

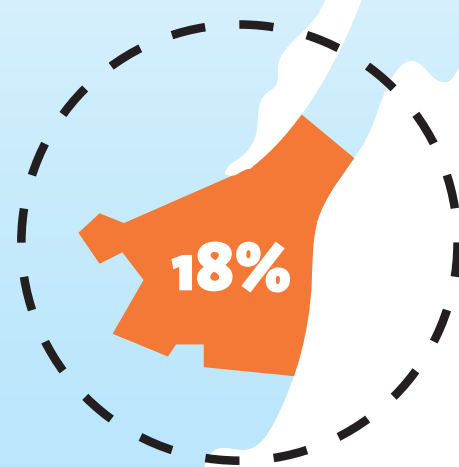
# LE STRESS ET LA PRESSION

## VÉCUS PAR LES PARENTS DE LA CHAUDIÈRE-APPALACHES



**15 000**

parents québécois d'enfants de 0 à 5 ans se sont prononcés sur leur expérience de la parentalité dans le cadre de l'initiative Perspectives parents. Parmi eux, 943 sont de la région de la Chaudière-Appalaches.



**18%** des parents de la Chaudière-Appalaches disent ressentir un stress élevé

**16%** des parents du Québec disent ressentir un stress élevé

Chaudière-Appalaches	Ensemble du Québec	
<b>22%</b>	<b>20%</b>	des parents se mettent beaucoup de pression concernant la façon dont ils s'occupent de leurs enfants
<b>11%</b>	<b>10%</b>	des parents ressentent beaucoup de pression sociale
<b>16%</b>	<b>20%</b>	des parents ont un faible sentiment de satisfaction parentale
<b>36%</b>	<b>33%</b>	des parents ont crié, élevé la voix ou se sont mis en colère contre leurs enfants de 0-5 ans quelques fois par semaine, et
<b>17%</b>	<b>14%</b>	ont eu ce comportement au moins une fois par jour

**Les parents qui se soutiennent entre eux ou qui peuvent fréquemment compter sur quatre ou cinq sources de soutien s'estiment plus satisfaits et efficaces, vivent moins stressés et se mettent moins de pression**

<b>38%</b>	<b>47%</b>	des conjoints se soutiennent fréquemment entre eux
<b>22%</b>	<b>17%</b>	des parents sont très soutenus par leur entourage

**54% 55% DES PARENTS SONT CONFRONTÉS À 5 OBSTACLES OU PLUS LIMITANT OU EMPÊCHANT L'UTILISATION DES SERVICES OFFERTS AUX FAMILLES**

## SOUTENIR LES PARENTS C'EST CONTRIBUER AU DÉVELOPPEMENT DE NOS TOUT-PETITS



[avenirdenfants.org/parents](http://avenirdenfants.org/parents)

Québec   
Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches  
 Ministère de la Famille

**PRÉCA**  
PARTENAIRES POUR LA RÉUSSITE ÉDUCATIVE  
 EN Chaudière-Appalaches



**AVENIR D'ENFANTS**  
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

**REGROUPEMENT DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES FAMILLE DE LA CHAUDIÈRE-APPALACHES**