

GUIDE – “Mon parcours de parent face aux difficultés de logement et aux démarches”

Introduction – Mon histoire, pourquoi j’ai écrit ce guide

Je suis parent.

Comme beaucoup, je pensais que faire les démarches, patienter et être sérieux suffiraient pour obtenir de la stabilité.

Mais la réalité a été différente : attente, incertitude, stress, peur pour mon enfant... et souvent le sentiment d’être seul face à un système compliqué.

Ce guide n’est pas écrit par une experte en costume.

Il est écrit par quelqu’un qui a vécu les démarches, les silences administratifs, la fatigue... mais aussi la reconstruction.

Mon objectif :

-  vous éviter certaines erreurs
-  vous donner des repères concrets
-  vous rappeler que vous n’êtes pas seul(e)

Chapitre 1 – Le début des difficultés

- Ma situation de départ
- Le moment où j’ai compris que le logement devenait instable
- Les premières démarches
- Ce que je ne savais pas (et qui m’aurait aidé)

- Mon contexte familial : Je suis maman célibataire et j'ai eu beaucoup d'épreuve à traverser seule, je fais donc ce que j'aurais aimé trouver depuis longtemps : du soutiens et de l'aide.
 - Ce qui t'a le plus marqué émotionnellement le fait de tout devoir gérer toute seule, mon manque de connaissances + la fatigue qui m'ont mener à une dépression.
-

Chapitre 2 – Le parcours administratif réel

- Demande de logement social
- DALO et démarches complexes
- Les délais et le manque de réponses
- Les documents demandés encore et encore

 Conseils tirés de mon expérience :

- toujours garder des copies
- relancer régulièrement
- demander de l'aide extérieure

Chapitre 3 – La peur de l'expulsion et l'instabilité

- Le stress quotidien
- L'impact sur le sommeil et la santé mentale
- La peur pour mon enfant
- Le sentiment d'injustice

 Ce qui m'a aidé :

- contacter des associations
- demander un accompagnement social
- parler de ma situation au lieu de rester seul(e)

Chapitre 4 – Être parent dans la tempête

- Continuer à s'occuper de son enfant malgré tout
- Culpabilité et fatigue
- Vouloir protéger son enfant du stress

Ce que j'ai appris :

- demander de l'aide n'est pas un échec
 - rester fonctionnel est déjà une victoire
-

Chapitre 5 – Les erreurs que j'aurais aimé éviter

- attendre trop longtemps avant de relancer
 - croire que quelqu'un allait rappeler
 - ne pas demander d'accompagnement social assez tôt
-

Chapitre 6 – Ce qui m'a aidé à tenir

- ressources utiles
 - petites victoires
 - soutien extérieur
 - changements d'état d'esprit
-

Chapitre 7 – Ce que je veux dire aux parents aujourd'hui

- vous avez le droit d'être fatigué
 - vous avez le droit d'être en colère
 - votre situation ne définit pas votre valeur
 - vous pouvez avancer étape par étape
-

Conclusion

Si ce guide peut vous faire gagner du temps, éviter des erreurs ou simplement vous faire sentir moins seul(e)... alors mon expérience aura servi à quelque chose de plus grand.