

Communiqué de presse du 8 avril 2022

## **CONFERENCE : BURNOUT DANS LE MILIEU ASSOCIATIF L'BURN**

Conférence organisée le jeudi 14 avril 2022, de 18h à 20h à l'Athénée Municipal



### **Burnout dans le milieu associatif : mieux comprendre pour mieux agir**

**2,55 millions de salariés en burnout soit une augmentation de 25% par rapport à mai 2021** (Cabinet Empreinte Humaine octobre 2021 Opinion Way)

Les acteurs du milieu associatif (directeurs et autres salariés mais aussi parfois bénévoles membres de bureau/conseil d'administration ou non) ne sont pas épargnés par le burnout notamment pendant cette période de crise.

Il est pourtant rare d'aborder ce sujet dans des structures où l'humain, le sens, le sentiment d'utilité sont au cœur du travail en milieu associatif.

Il est pourtant parfois plus difficile de connaître les limites de l'engagement

De plus, les modèles économiques associatifs soutenus principalement par des subventions de plus en plus rares avec peu de visions pluriannuelles ont un impact non négligeable sur les conditions de travail et l'état d'épuisement de ses membres.

Ce type de structure doit osciller entre le caractère non lucratif et pourtant le besoin de financer des projets et du fonctionnement.

L'association L'BURN a réalisé une enquête auprès de plus de 200 acteurs du milieu associatif de Bordeaux et Bordeaux Métropole (Président et Membres de bureau, Directeur et Salariés, Bénévoles...) afin d'analyser les facteurs de risques psychosociaux spécifiques au milieu associatif et l'état d'épuisement physique et mental des acteurs associatifs de la métropole.

**Selon cette étude 87% des dirigeants associatifs disent rencontrer des difficultés pour mener à bien leurs projets par manque de moyens humains et financiers. 75,6% considèrent que cela a un impact sur les conditions de travail et la qualité de vie au travail.**

**L'association L'BURN et la Ville de Bordeaux, avec le soutien de la MAIF, organisent une conférence gratuite sur inscription le jeudi 14 avril 2022 à 18h à l'Athénée Municipal.**

Les résultats de cette étude seront dévoilés lors de cette conférence animée par Anne-Sophie Vives, directrice de l'association L'BURN et Jeanne Gauthier Lenoir Psychologue Clinicienne du Travail.

La conférence s'appuiera également sur le témoignage d'une victime de burnout en milieu associatif.

Les éléments délivrés lors de la conférence viendront alimenter ce temps d'information, l'occasion d'échanger, de partager et de donner des clés pour agir !

### **Au programme de la conférence :**

- Expliquer le processus du burnout (signaux faibles/signaux forts)
- Sensibiliser les acteurs associatifs sur les risques psychosociaux et les spécificités liées au domaine associatif
- Identifier des leviers d'action permettant d'améliorer les conditions de travail dans les associations (perspectives...)

La participation à la conférence est gratuite. Le nombre de places étant limité, **l'inscription est recommandée** en complétant ce [formulaire en ligne](#).

## **L'association BURN**

### **L'association L'BURN :**

- Qui sommes-nous ?

Association bordelaise reconnue d'intérêt général d'aide aux femmes victimes de burn-out qu'il soit professionnel et/ou personnel créée en mars 2019, nous avons pour objet :

- d'accompagner les femmes victimes de burnout tout au long de leur reconstruction en vue de leur réinsertion socio-professionnelle
- de sensibiliser à la question du burn-out et de la spécificité du burn-out des femmes.

Il s'agit d'un dispositif mixte de pair-aidance (toutes les bénévoles sont en phase de reconstruction post-burnout)/ professionnels de santé, du droit, du social

L'association bénéficie d'un comité scientifique pluridisciplinaire qui réalise des travaux de recherche sur la question du burnout et de la spécificité du burnout des femmes et conceptualise les programmes d'accompagnement.

### **La communauté des BURN'ettes :**

L'association L'BURN est issue d'une communauté d'entraide entre femmes en burnout professionnel et/ou personnel sur facebook : Les BURN'ettes créée en 2018.

Face au manque de reconnaissance et de prise en charge, il s'agissait de recréer du collectif dans l'isolement que peuvent connaître les femmes victimes de burnout. Mais aussi en apportant une dimension genrée du burnout, pour parler de façon décomplexée des difficultés à concilier les rôles de travailleuse, de femme, de mère sans s'épuiser.

- Pourquoi avoir créé cette association ?

2,55 millions de personnes sont touchées par le burnout en France. Ce chiffre a doublé depuis la crise sanitaire.

Pourtant face à ce fléau, la prise en charge du burnout en France est encore lacunaire : entre méconnaissance du syndrome, difficulté de reconnaissance légale et sociale, manque de visibilité des acteurs compétents et des démarches à réaliser...l'association répond à un besoin de coordination,

d'écoute et d'accompagnement bienveillant sur le long terme en vue d'une réinsertion socio-professionnelle.

- Pourquoi les femmes ?

Les femmes sont 2 fois plus concernées par le burnout : en cause notamment les inégalités professionnelles et intrafamiliales, la mauvaise conciliation vie privée/vie professionnelle, la charge mentale et la sous-valorisation des métiers à prédominance féminine.

Pendant la crise sanitaire, selon la fondation des femmes et l'INED, les femmes ont été majoritairement impactées.

- Combien de personnes sont accompagnées par l'association ?

En trois ans, nous avons suivi de façon individuelle ou collective 600 femmes victimes de burnout sur la Région Nouvelle Aquitaine et au delà grâce aux ateliers virtuels mis en place.

Nous sommes suivies par 5500 personnes sur les réseaux sociaux.

La communauté d'entraide virtuelle sur facebook compte à ce jour plus de 800 femmes en burnout.

Afin de répondre à la demande grandissante, l'association va procéder à l'essaimage de son modèle sur d'autres territoires en France dès 2023.

- Que proposons-nous ?

L'association propose :

- des actions de sensibilisation auprès du grand public et des entreprises : conférence, formation, atelier, escape game sur la question du burnout avec un focus particulier sur l'impact des inégalités professionnelles, de la sous valorisation des emplois à prédominance féminine, du sexe, du harcèlement sur l'état d'épuisement psychique et physique des femmes.

- accompagnement post burnout :
  - permanences d'écoutes par des pair-aidantes, permanences gratuites de psychologues, avocates, assistantes sociales, coachs
  - ateliers collectifs : groupes de parole entre pairs ou à destination des aidants, ateliers d'information et d'aide à la reconstruction physique et mentale
- accompagnement à la remobilisation professionnelle : programme d'accompagnement "BURN'ette is BACK" mêlant psychoéducation, techniques thérapeutiques et techniques d'insertion professionnelle adaptées aux spécificités des personnes ayant vécu un burnout (hyperfatigabilité, troubles cognitifs, anxiété/stress post traumatique lié au travail...)

De la rencontre de cette communauté et de professionnels (de santé, du social, du droit et de l'insertion professionnelle) est née l'association L'BURN en 2019, afin de créer une prise en charge pluridisciplinaire au plus proche des besoins des femmes victimes de burnout.

Mais aussi pour sensibiliser sur la question du burnout et de la spécificité du

burnout des femmes. Les actions sont basées sur le travail de recherche du

## **Contacts interview**

Association L'BURN - Les BURN'ettes

**Anne-Sophie Vives**, directrice-fondatrice - [direction@lesburn-ettes.com](mailto:direction@lesburn-ettes.com) - 06 69 52 39 68

**Marlène Bonhomme**, chargée de communication - [com@lesburn-ettes.com](mailto:com@lesburn-ettes.com)



Il soutient :

**L'BURN**  
-la communauté de BURN'ettes-

**AÉSIO**  
MUTUELLE

**FONDATION**  
DES TEMPS

**FONDATION**  
CREDIT AGRICOLE  
AQUITAINE

**EMPANDA**

**Victoria Garden**  
APPART HOTEL

Merci à nos partenaires financiers

&

## Où nous trouver ?

### Site internet :

[www.lesburn-ettes.com](http://www.lesburn-ettes.com)

### Réseaux sociaux :

<https://www.linkedin.com/in/l-burn-by-les-burn-ettes/> <https://www.facebook.com/lesBURNettes/>  
<https://www.instagram.com/les%20burn'ettes>

### La communauté d'entraide des BURN'ettes :

<https://www.facebook.com/groups/2307660236172070>