



SuperMamans

Le réseau d'entraide entre parents de Suisse romande

WWW.SUPERMAMANS.CH



20
22



SuperMamans

Le réseau d'entraide entre parents de Suisse romande

WWW.SUPERMAMANS.CH

Table des matières

- À propos - historique
- Que fait-on? - notre but
- Qui sommes-nous?
- Le comité
- Nos projets
- Les chiffres
- Témoignages



20
22

A PROPOS

HISTORIQUE

Suite au reportage sur l'initiative française MumAround présentée dans l'émission « Les Maternelles » en 2015, Elisa Kerrache, sage-femme et alors nouvelle maman, est fortement touchée par la générosité de ces femmes. Rapidement, elle décide de lancer le concept en Suisse - le 30 octobre 2015, le groupe Facebook est créé !

Elle définit le geste par « bichonnage » et les actrices principales par « MamanABichonner » et « MamanCadeau ».

Durant six mois, elle se consacre entièrement à ce deuxième bébé, mais elle doit rapidement se rendre à l'évidence : le concept fonctionne tellement bien qu'elle a besoin d'aide ! En février 2016, le rôle de « MamanContact » est créé et une équipe de bénévoles recrutée. En mars de la même année est créé le site web, puis les flyers.

SuperMamans se constitue sous forme d'association sans but lucratif en décembre 2016. Basée sur la générosité de ses membres, le principe de gratuité est inscrit dans les statuts. Elle est reconnue d'utilité publique par le canton de Vaud en septembre 2018.

Depuis ses débuts jusqu'à fin 2021, SuperMamans a bichonné pas moins de 3794 familles!



QUE FAIT-ON ?

NOTRE BUT

L'Association SuperMamans est un réseau d'entraide familiale entièrement bénévole et gratuit. Nous organisons un programme de passages en accord avec les agendas des MamansCadeau, celles qui offrent un repas, et de la MamanABichonner, celle qui en bénéficie.

Il s'agit principalement de la livraison d'un repas sain et fait maison, pour toute la famille.

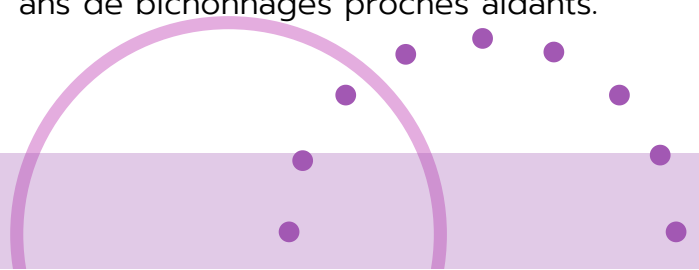
Notre association propose les services suivants :

- bichonnage classique et pré-bichonnage (avant la naissance), de la 24ème semaine de grossesse jusqu'aux 6 mois après le retour à domicile.
- bichonnage de soutien (dépression du post-partum, burn-out parental, deuil périnatal), durant la grossesse si intervention chirurgicale nécessaire, jusqu'aux 3 ans de l'enfant.
- parrainage, dès les premières semaines de grossesse en cas de fausse couche précoce et jusqu'aux 3 ans de l'enfant uniquement dans une démarche de bichonnage de soutien.
- bichonnage proches aidants (en cas de maladie d'un parent ou d'un enfant), familles avec enfants de moins de 8 ans.

Notre but est de soutenir les familles dans leur rôle en renforçant les liens sociaux existant autour d'eux. Que ce soit le premier ou le xième enfant, nous reconnaissons par notre action le droit et la nécessité de repos des nouvelles parturientes, des parents isolés et des familles en souffrance.

Notre présence est un complément aux divers services professionnels, sages-femmes, aides-maternelles, CMS, et associatifs avec lesquels nous collaborons.

2021 a permis de bichonner 622 familles dans toute la Suisse romande, dont 34 bichonnages de soutien. Nous avons également mis sur pied notre projet-pilote sur 3 ans de bichonnages proches aidants.



QUI SOMMES-NOUS ?

L'organisation

Afin de satisfaire toutes les demandes dans les meilleurs délais et au vu de la croissance exponentielle du concept, plusieurs personnes oeuvrent au bon fonctionnement de la machine.

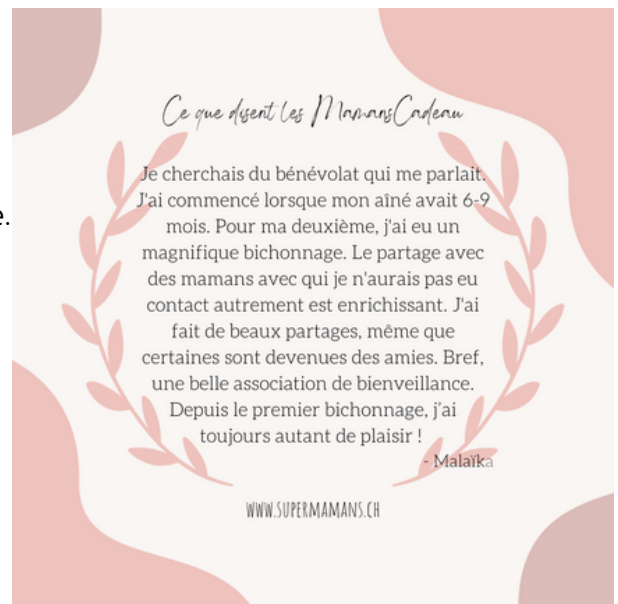
Ce sont les MamansContact, elles sont au nombre de 25 et leur rôle est d'organiser de A à Z le bichonnage, de l'inscription aux remerciements. Elles sont les garantes de la qualité des services proposés. Elles travaillent bénévolement pour l'association en moyenne 2 à 3 heures par semaine.



Les bénévoles, nos MamansCadeau

Nous comptons dans nos bénévoles, des femmes avec ou sans enfants, des grands-mamans et des hommes qui participent de manière active et gratuite.

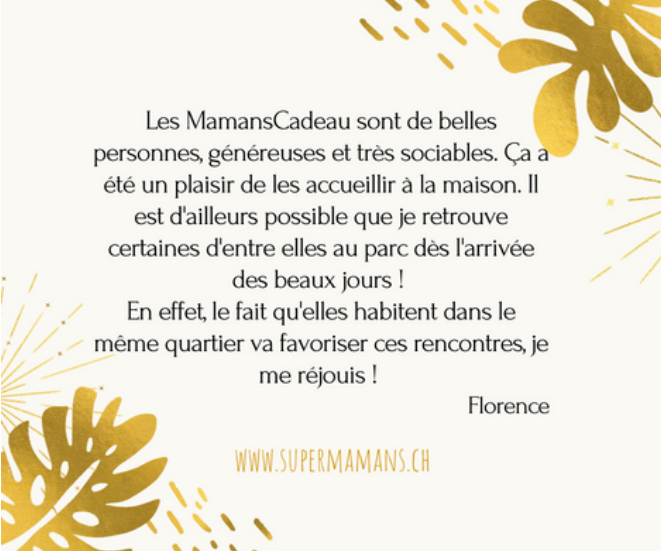
Nous les appelons MamansCadeau et PapasCadeau parce qu'ils offrent un repas sain et prêt à être réchauffé à une famille sans rien attendre en retour. Ils donnent de leur temps en cuisine, en transport et lors d'un petit moment de convivialité pour des inconnus. Ils bichonnent individuellement ou en couple.



Les bénéficiaires, nos MamansABichonner

Nos prestations sont ouvertes à toutes les familles. Nos conditions nous permettent de soutenir les parents dans les difficultés liées à la maternité dès la grossesse et jusqu'aux premières années de l'enfant. Nous proposons également nos services pour les familles touchées par la maladie et qui nécessitent une aide ponctuelle.

Notre action offre l'occasion de rencontrer des parents de la région, de créer des liens, voire même de tisser de belles amitiés.



Les MamansCadeau sont de belles personnes, généreuses et très sociables. Ça a été un plaisir de les accueillir à la maison. Il est d'ailleurs possible que je retrouve certaines d'entre elles au parc dès l'arrivée des beaux jours !

En effet, le fait qu'elles habitent dans le même quartier va favoriser ces rencontres, je me réjouis !

Florence

WWW.SUPERMAMANS.CH

LE COMITÉ



Jenny Riedo
Présidente



Annabelle Franche
Trésorière



Cyrielle Lonfat
Secrétaire



Naomi Zürcher
MamanContact



Perrine Quillet
Responsable projet
proches aidants



Virginia Huré-Vergeron
MamanCadeau



ET MAINTENANT ?

NOS PROJETS

L'Association SuperMamans bouillonne d'idées pour améliorer ses prestations et ainsi venir en aide à plus de familles.

Projet proches aidants

Ce projet pilote 2021-2023 vise à soulager les familles dont soit un parent soit un enfant est frappé par une maladie grave. Ayant eu plusieurs demandes de ce type dans le passé, nous avons mis sur pied ce projet pilote sur la base même de nos bichonnages existants.

La première phase donc, est déjà amorcée : flyers et publicité ont été faits, des bichonnages organisés.

La deuxième phase est en cours et vise à créer des synergies avec d'autres associations pour faire connaître notre service.

La troisième phase prévue pour 2023 permettra de voir si ce projet doit devenir permanent au sein des SuperMamans et évaluer ces besoins particuliers pour la suite.

Grâce aux fonds reçus pour ce projet, nous avons déjà pu:

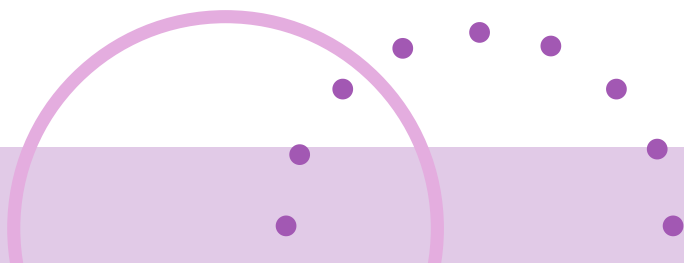
- créer et imprimer les flyers proches aidants
- créer et imprimer le roll up proches aidants pour les manifestations
- organiser et donner 2 des 3 séances de formation d'écoute avec La Main Tendue pour nos MamansContact et MamansCadeau impliquées.

Logo, site web et visuel global

Suite à quelques remarques de professionnels du marketing et de professionnels de la santé, les SuperMamans visent à revoir le visuel de l'association à l'aide de professionnels, dans le but d'être encore plus crédible, d'améliorer sa visibilité et de mieux collaborer avec tout le réseau de professionnels de la santé.

Nous avons déjà participé à quelques colloques, dont ceux du Chablais et de Martigny, pour présenter nos services, et les professionnels de la santé qui ne nous connaissaient pas sont plus qu'enthousiastes. La refonte du logo et de notre site web vise à nous rendre encore mieux connu des professionnels et du public en général.

Le comité a approuvé le devis de la société "Antistatique", spécialiste en communication pour un montant de 18'725CHF, pour lequel nous cherchons activement le financement.



ET MAINTENANT ?

Traduction du site web et des items de promotions

Dans la foulée, et avec le désir de mieux servir les familles - de tous horizons - nous avons débuté un travail de traduction du site web afin d'être présentes en Suisse alémanique. De même, suite à plusieurs demandes de familles allophones, nous désirons traduire notre site web et notre matériel de promotion dans pas moins de 8 langues. Nous trouvons déjà parmi nos MamansCadeau des polyglottes !

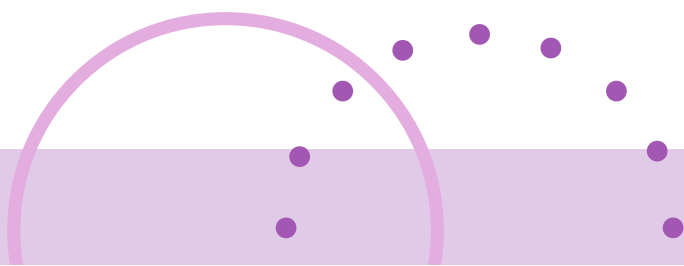
Nous avons reçu deux devis équivalents d'un montant de 13'000CHF, pour lequel nous cherchons actuellement le financement.



POURQUOI SOUTENIR NOTRE ACTION ?

La mission des SuperMamans mérite d'être soutenue pour les raisons suivantes :

- L'originalité du concept : nous offrons une prestation complémentaire aux services de l'Etat en matière de périnatalité.
- La reconnaissance : nous sommes un partenaire reconnu par les plus grands hôpitaux romands et les professionnels de la santé (sages-femmes, infirmières, CMS et centres de puériculture).
- La prévention de la dépression du post-partum et du burn out maternel : avec nos bichonnages de soutien, nous maintenons un lien social autour des personnes à risque afin de diminuer les conséquences de la maladie.
- La durabilité : fondée en 2015, SuperMamans mène à bien sa mission auprès des familles sur un budget limité.



LES CHIFFRES

COMPTES 2021-
2022-2023

2021	SuperMamans (annuel)	Proches aidants 1ère année	Matériel manifestations/ Publicité Globale	Remerciement MamansCadeau	Total:
Cartes de voeux	-200	-600			-800
Charges MamansContact	-1000	-100			-1100
Frais de déplacement	-100	-400			-500
Formation MamanCadeau	-1000	-1000			-2000
Flyers	-200	-450			-650
Frais bancaires	-150	-50			-200
Internet	-1000	-300			-1300
Timbres/frais d'envois	-500	-200		-2500	-3200
Papeterie	-150	-100			-250
Publicité ciblée / cinémas	-1000	-1000			-2000
Présentoirs roll up	-200	-200			-400
Tables pliantes			-250		-250
Chaises			-200		-200
Stérilisateur avec robinet			-300		-300
Mat. publicitaire (badges, tabliers, t-shirts,etc)			-1000		-1000
Tote bags personnalisés (2000 pièces)				-2500	-2500
Dons individuels	1650	900	0	0	2550
Dons institutionnels	3000	3500	1750	5000	13250
Produits des manifestations	850	0	0	0	850
Total dépenses	-5500	-4400	-1750	-5000	-16650
Total revenus	5500	4400	1750	5000	16650
Différence	0	0	0	0	0

Un super moment de partage et de quoi faire chaud au coeur (et au ventre !) quand notre vie est chamboulée par l'arrivée d'un tout petit !

- Diane

LES CHIFFRES

COMPTES 2021-
2022-2023

2022	SuperMamans (annuel)	Proches aidants 2ème année	Développement régional et linguistique	Total:
Cartes de voeux	-200	-100	-500	-800
Charges MamansContact / cafés rencontres	-2250	-150	-350	-2750
Frais de déplacement	-100	-250	-100	-450
Formation MamansCadeau (3 séances)	-2000	-1500	-500	-4000
Flyers (allemand, anglais)	-200	-100	-400	-700
Frais bancaires et Twint	-300	-100	-100	-500
Internet - Web, référencements, SMS	-4200	-250	-550	-5000
Timbres/frais d'envois	-500	-100	-300	-900
Papeterie	-100	-100	-50	-250
Foires et salons	-2000	-500		-2500
Matériel promotionnel (pub, sacs)	-1000	-500	-500	-2000
Dons individuels espérés	2700	1250	50	4000
Dons institutionnels espérés	5000	2000	3000	10000
Produits espérés des stands	1750	0	0	1750
Dons matériels	2500	400	300	2800
Participation financière à la formation	900	400		1300
Total dépenses	-12 850	-3650	-3350	-19850
Total revenus	12 850	3650	3350	19850
Différence	0	0	0	0

J'ÉTAIS AVEC DES BÉQUILLES ET 2 ENFANTS À
CHARGE SEULE. LES REPAS ONT RENDU MON
QUOTIDIEN PLUS FACILE ET DIMINUÉ MON
NIVEAU DE STRESS. MERCI!

LES CHIFFRES

COMPTES 2021-
2022-2023

2023	SuperMamans (Annuel)	Proches aidants 3ème année	Développement régional et linguistique	Total:
Cartes de voeux	-200	-100	-400	-700
Charges MamansContact	-1000	-200	-350	-1550
Frais de déplacement	-100	-250	-200	-550
Formation MamanCadeau	-750	-500	-500	-1750
Flyers	-200	-100	-300	-600
Frais Bancaires	-150	-50	-100	-300
Internet	-1000	-100	-550	-1650
Timbres/frais d'envois	-500	-100	-300	-900
Papeterie	-150	-100	-100	-350
Publicité ciblée / cinémas	-1000	-500	-500	-2000
Dons individuels espérés	1750	500	500	2750
Dons institutionnels espérés	2300	1500	2800	6600
Produits espérés des stands	1000	0	0	1000
Total dépenses	-5050	-2000	-3300	-10350
Total revenus	5050	2000	3300	10350
Différence	0	0	0	0

Projets autres	Total:
Traduction site web, flyers, mails types - en 8 langues	-13 614
Refonte visuelle - nouveau logo, en-têtes - site web	-18 725

C'ÉTAIT UNE BELLE DÉCOUVERTE ET ÇA MONTRE
QUE L'ENTRAIDE EXISTE TOUJOURS !
UNE BELLE EXPÉRIENCE ET DE TRÈS BON REPAS!
L'IDÉE EST VRAIMENT BIEN, CAR PRÉPARER À
MANGER AVEC UN PREMIER BÉBÉ C'EST
DIFFICILE AU DÉBUT !
VIVE LES SUPERMAMANS!!!

CARMEN .

TÉMOIGNAGES

Les bichonnages nous ont beaucoup aidés! Nous sommes dans une situation périlleuse et SuperMamans nous a donné un filet pour se reposer dessus quand on tombait. MERCI

WWW.SUPERMAMANS.CH



MERCI!

SuperMamans c'est une très belle représentation de la solidarité entre Mamans, surtout pour ceux qui n'ont pas de famille sur place pour donner un coup de main à l'arrivée de bébé. ça nous a fait du bien de ne pas penser à l'organisation d'un certain nombre de repas, mais c'était également très sympa de pouvoir échanger avec quelques mamans qui habitent près de chez nous. Bravo pour cette initiative!

- Joana

WWW.SUPERMAMANS.CH

Merci pour cette super association qui apporte un grand soutien logistique et de beaux moments d'échange dans des périodes difficiles. Ça fait chaud au cœur de faire partie d'un mouvement de solidarité, de se serrer les coudes, et d'échanger avec des mamans qui ont des problématiques similaires. Bravo et merci !

WWW.SUPERMAMANS.CH

**Faites un don avec
TWINT !**



Scannez le code QR avec l'app TWINT



Confirmez le montant et le don



TÉMOIGNAGES

Je suis très heureuse d'avoir croisé la route de cette super association qui se met en 4 pour nous aider au mieux. Au delà de l'aide des repas, savoir qu'il y a quelqu'un là pour nous aider, ça fait beaucoup de bien au morale! J'ai apprécié déguster ces bons repas et me réjouir pouvoir faire de même dans quelques temps. Un grand merci à tous !!

-Mélissa

WWW.SUPERMAMANS.CH



Merci infiniment pour ces bichonnages. J'ai rencontré de supers mamans qui ont bien pris soin de moi. J'ai pu découvrir des plats sains et variés qui m'ont redonné la pêche. Merci pour votre aide et à l'association que je ne connaissais pas, mais que je recommanderai à toutes les futures mamans.

- Yolanda

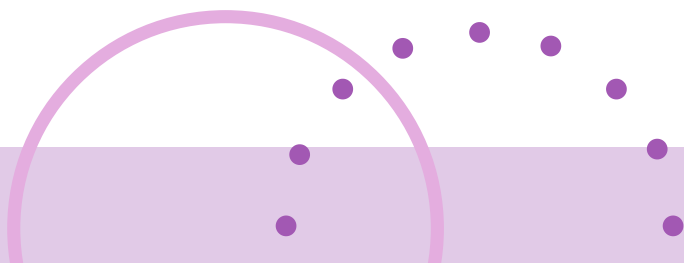
WWW.SUPERMAMANS.CH

Les SuperMamans, des échanges précieux, des mamans tellement à l'écoute et une entraide qui fait vraiment du bien! C'est également super de vous retrouver sur les réseaux et pouvoir échanger avec d'autres mamans. Merci pour tout et je vais continuer d'être une MamanCadeau.

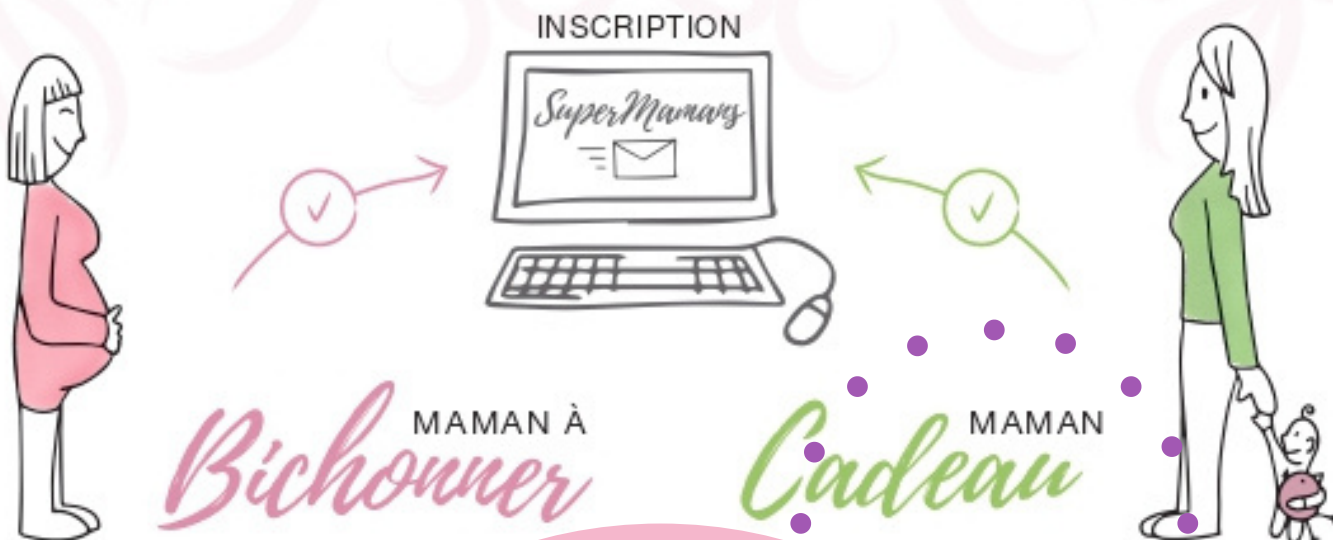
- Marion

www.supermamans.ch

Suivez nos actualités!



COMMENT CELA FONCTIONNE ?



TROUVEZ-NOUS
EN LIGNE!

www.supermamans.ch



Faites un don avec
TWINT !

Scannez le code QR avec
l'app TWINT

Confirmez le montant et
le don



Association SuperMamans, a/s Annabelle Franche,
Chemin de la Pernette 1, 1008 Prilly
IBAN: CH71 0900 0000 1485 3816 9
Au nom de : Association SuperMamans à Prilly.