

Bulletin

N° 157
1^{er} trim 2024

de l'amitié



Editorial



Il est habituel, en début d'une nouvelle année, de se souhaiter mutuellement le bonheur, la santé et des moments précieux à partager avec nos proches. Mais nous savons aussi que le passage du 31 décembre au 1^{er} janvier ne signifie que très rarement un changement de nos réalités quotidiennes. Les difficultés ne s'effacent pas avec le passage à une nouvelle année et les préoccupations et les soucis persistent bien souvent.

SOS futures mamans ne peut effacer ni la précarité, ni les violences, ni le chômage. En revanche toutes nos équipes de bénévoles, avec les responsables de centre, notre direction et notre Fondation, seront là en 2024 pour continuer à assurer une présence, une écoute, pour apporter un soutien matériel. Et nous savons à quel point un sourire, un mot, une prière ou une pensée, mais surtout

une action, peuvent reconforter, réduire les souffrances et apporter de la joie dans les moments difficiles.

« Tout ce qui n'est pas donné est perdu » écrivait le missionnaire jésuite Pierre Ceyrac. Que cette devise nous accompagne dans nos actions et notre vie, pour que nous soyons toujours prêts et prêts à offrir le soutien nécessaire à celles et ceux qui en ont besoin. Que personne ne se sente seul et trouve, au travers de SOS futures mamans ou ailleurs, une présence et le soutien recherché, à chaque fois qu'il ou elle en aura ou en ressentira le besoin, voilà mes vœux pour 2024.

Dominique Schaller
Président, Fribourg

Sommaire

La parole aux associations :

Chablais ————— 4

Le saviez-vous ————— 6

Fribourg ————— 8

Faire un don ————— 9

Lausanne-Ouest ————— 10

Jura & Prévoté ————— 13

Fribourg ————— 14

Neuchâtel ————— 15

Répertoire ————— 16

Impressum

Editeur

SOS futures mamans
Case postale, 1701 Fribourg, 026 424 63 83
secretariat@sosfuturesmamans.org
www.sosfuturesmamans.org

Conception/Rédaction

Marianne Demont (direction, rédaction),
Béatrice Meichtry (traduction),
Marie-Thérèse (corrections, relecture)

Impression

media f imprimerie SA, Bulle
Tirage : 7800 exemplaires

Parution

4 fois par année, en français et en allemand
Abo : CHF 20.- Gratuit pour les membres
ISSN 2235-1299

Naissance d'une mère

Témoignage d'Elodie, maman



J'ai pris connaissance de ma grossesse lors d'un contrôle chez ma gynécologue, alors que j'étais déjà enceinte de 5 semaines. C'était en août 2022. Ma vie a été chamboulée. Des larmes de joie et de peur ont coulé sur mes joues. À cette époque, j'étais en couple avec un homme instable, nous étions dans une relation toxique et je ne savais jamais comment lui parler sans qu'il se braque ou s'énerve.

Quand je suis rentrée chez moi et que je lui ai annoncé la nouvelle, son visage

s'est éteint (pourtant il me disait qu'il souhaitait un enfant avec moi depuis des mois...). Ironie du sort, la veille il m'avait acheté un test de grossesse car il sentait bien que j'étais différente depuis quelques semaines. Le test lui a prouvé ma grossesse car il est devenu immédiatement positif.

Ce soir-là, il m'a dit une phrase qui m'a alertée et m'a tout de suite fait redescendre sur terre... J'étais bel et bien sous son emprise depuis le début. Il m'a dit : «le deuxième enfant, j'aurai

voulu l'avoir avec la femme de ma vie». Après cette phrase il a voulu me quitter, mais sous les émotions je me suis mise à le supplier de rester pour son enfant... 3 semaines plus tard il a fini par claquer la porte et je me suis retrouvée seule, sans famille autour de moi.

J'ai découvert SOS futures mamans grâce à un flyer que j'ai récupéré à l'Eglise Catholique d'Aigle. Le flyer était sur ma table du salon, alors j'ai pris mon courage à deux mains et j'ai composé le numéro. C'est Sandra qui a répondu et nous avons parlé pendant 1 heure. Notre conversation m'a fait énormément de bien et nous avons fixé un rdv à l'association de Saint-Maurice.

Avec SOS futures mamans à mes côtés

SOS futures mamans et son équipe bienveillante a été le point de départ pour rassembler un maximum de soutien autour de moi. J'ai connu par

la suite d'autres associations et professionnels de santé qui m'ont aidée à surmonter mes difficultés personnelles. J'ai reçu de l'aide morale, matérielle et tout ce dont j'avais besoin pour préparer la venue de mon magnifique petit garçon qui est né en avril 2023.

Après ma grossesse, j'ai dû démissionner. A cause de mes horaires mon emploi ne me permettait plus de concilier ma vie de maman solo et ma vie professionnelle. Je me suis donc retrouvée au chômage en décembre 2023 et encore une fois, SOS futures mamans a été d'une aide incroyable.

Mon bébé et moi vous remercions du fond du cœur et espérons que SOS futures mamans permettra à d'autres mamans dans mon cas de se sentir mieux dans cette étape magnifique et en même temps stressante qu'est la grossesse et la naissance d'une mère.

Le saviez-vous...

Chronique des 50 ans

Par Marianne Demont, adjointe à Fribourg.



Cette année, le mouvement SOS futures mamans fête son 50^e anniversaire.

Fondé à Ependes en 1974 par Conrad Clément et son épouse Chantal, c'est en terre fribourgeoise qu'a été ouvert le premier centre SOS futures mamans et qu'est née la toute première association. L'œuvre du couple a ensuite largement

essaimé sur l'ensemble du territoire et compte aujourd'hui 14 associations régionales, 13 en Suisse et 1 en France.

Au vu de l'actualité de l'époque, le nom de l'association couvre parfaitement son objectif: répondre à l'urgence, accueillir dans la spontanéité des femmes et des jeunes filles, submergées et avouons-le, quelques fois parfaitement désemparées, par la nouvelle d'une grossesse. Les objectifs de l'association? Préserver la vie. Accompagner la future maman et lui assurer tout le soutien matériel nécessaire à l'accueil de son enfant. Lui donner une chance de retrouver la sérénité nécessaire pour avoir accès à son intériorité profonde. Et ainsi, lui permettre de prendre sa décision avec la plus grande liberté possible.

Et de citer Geneviève Poullot, fondatrice de SOS futures mères en France en 1971: «*La <détresse> invoquée ne vient pas de l'enfant attendu, mais du contexte social, de l'entourage - travail, logement, famille - et de la dureté des cœurs, ...*»¹

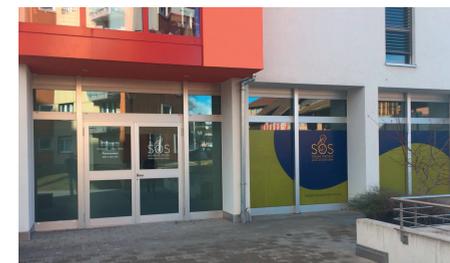
50 ans plus tard, l'intitulé de notre mission reste en tous points identique:

Accueillir la maman et l'enfant, les accompagner dans la difficulté.

Afin de répondre continuellement aux nouveaux défis sociétaux, nous accueillons également de nombreuses femmes déjà mamans, ainsi que des papas ayant la garde entière de leurs enfants, toutes et tous soumis aux aléas de la vie (séparation, perte d'emploi, maladie...). Ces tracasseries constituent autant de raisons qui incitent de nouvelles familles à pousser la porte de nos centres.

Nous restons toujours présents pour les réponses urgentes citées ci-dessus. Et si SOS futures mamans perdure, c'est parce que son fondement reste d'une incroyable actualité, même après 50 ans d'existence:

Tout mettre en œuvre pour permettre à la maman d'accueillir et d'élever son enfant en toute dignité.



1. Extrait du livre « Les femmes et les enfants d'abord! » aux éditions Saint-Paul à Paris.

Faire-part

Témoignage d'une maman

Bonjour,

J'étais venue l'été dernier au centre d'Ependes, afin d'ouvrir un dossier à mon nom et de pouvoir bénéficier de votre aide.

En effet, jeune maman solo dès le début de la grossesse (le père de mon enfant m'ayant violemment quittée par message) et en fin d'études universitaires, j'étais perdue, désespérée et ne savais pas vers qui me tourner pour avoir de l'aide matérielle, morale, etc.

La responsable du centre d'Ependes (dont je ne me souviens plus du nom malheureusement) m'a accueillie à bras ouverts et a pris le temps de m'écouter durant tout un après-midi. Je suis ressortie du centre avec des habits de grossesse, des chaussettes tricotées pour mon fils, mais surtout avec un poids en moins sur les épaules et soulagée.

Aujourd'hui, je peux enfin vous annoncer la bonne nouvelle tant attendue par toute ma famille et mon entourage: mon fils est né le 10 décembre à l'hôpital Daler à Fribourg. Il se porte à merveille et est en bonne santé. Il fait 51 cm et pèse 4.1 kg. Je vais bien aussi, malgré la fatigue des premiers jours après la naissance. J'essaie de profiter un maximum de mon fils et de me reposer autant que possible.

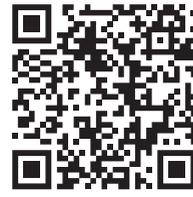
Encore une fois, merci pour tout le travail que vous faites. Votre soutien m'a permis de vivre une suite de grossesse plus sereine.

Avec mes meilleures salutations,
Mathilde¹

1. Nom d'emprunt

Faire un don depuis notre site !

Scannez le code QR avec l'appareil photo de votre smartphone.



Faites un don avec TWINT !

Scannez le code QR avec l'app TWINT
Confirmez le montant et le don



SOS FUTURES MAMANS, reconnue d'utilité publique est habilitée à recevoir des dons, des legs et successions, déductibles selon la législation de votre canton de domicile.

Récépissé

Compte / Payable à
CH97 0026 0260 3330 4201 T
Fondation SOS futures mamans
Case postale
1701 Fribourg

Payable par (nom/adresse)

Monnaie Montant
CHF

Point de dépôt

Section paiement

Compte / Payable à
CH97 0026 0260 3330 4201 T
Fondation SOS futures mamans
Case postale
1701 Fribourg

Informations supplémentaires
BA- Don en faveur des mamans

Payable par (nom/adresse)

Monnaie Montant
CHF



Au-delà de ce que l'on peut espérer

Témoignage de Lara Dolce, présidente

Parfois, il me semble que les mois s'écoulent à une vitesse vertigineuse, emportant avec eux tous les faits et gestes du quotidien sans en laisser aucune trace dans ma mémoire.

Mais apparemment... pas tous!

Il y a quelques mois, j'étais à la recherche d'une poussette pour jumeaux car nous n'en avions pas en stock et la future maman, avec une petite santé et qui devait accoucher sous peu, n'en avait pas la force.

Guettant ce précieux et rare objet sur le net, voici que je tombe sur la perle rare parmi les poussettes deuxième main: très bon état, propre, complète

jusque dans les moindres accessoires, sans compter le prix... vraiment correct.

J'écris à la personne qui la vend, lui indique que c'est pour SOS futures mamans et lui demande si la poussette est encore disponible. La réponse est négative car un autre acheteur s'y intéresse déjà, et... zut... elle en est vraiment désolée.

Je poursuis donc mes investigations et voilà que la personne me réécrit: elle veut nous faire un don financier à la hauteur du prix de sa poussette qu'elle ne peut malheureusement nous attribuer. Je n'en reviens pas, quelle grâce; je la remercie pour tant de générosité.

Je continue mes recherches dans cet état de bonheur et finalement je trouve une belle poussette pour jumeaux, ce qui me permet de rassurer rapidement la future maman.

Une petite semaine passe et voilà que la généreuse personne de la première poussette m'écrit: le premier intéressé n'en veut plus et l'objet est donc disponible pour SOS futures mamans si nous la voulons encore, et gratuitement bien sûr. Comment refuser?

Une bénévoles se charge d'aller la récupérer et... oui, cette poussette est juste magnifique. C'est la semaine suivante que la même bénévoles a la joie de la donner au papa du nouveau-né, lequel

la reçoit avec grande reconnaissance sous le regard ému de l'accueillante.

Toujours une solution heureuse

Pour ma part, je trouve que cette histoire démontre que chez SOS futures mamans il y a toujours quelque chose qui se résout, qui donne du sens, qui apporte du réconfort, qui fait découvrir la bonté des cœurs.

La générosité des donateurs, la disponibilité des bénévoles, la reconnaissance des familles. Oui, ces choses-là laissent de belles traces dans ma mémoire.



Accueillir son enfant redécouvrir le monde

Nos objectifs pour 2024

Par Chantal Mérillat, présidente

A la fin de l'année 2023, SOS futures mamans Jura & Prévôté a accueilli Claude, sa 38^e bénévole, qui est aussi la onzième dame-contact. Comme ses compagnes, elle va visiter les familles, y apporter chaque mois lait et couches, mais surtout soutenir, écouter, conseiller, rassurer les hommes et les femmes qui vivent des situations souvent difficiles matériellement ou moralement.

Notre association est active et, je le crois, efficace; ce ne sont pas moins de 50 familles qui sont, à ce jour, suivies pendant 2 ans par nos dames-contact.

Avec les téléphonistes qui assurent la permanence tous les jours de la semaine au 032 422 26 26 et les équipes qui gèrent nos trois vestiaires de Delémont, Porrentruy et Moutier, tout est en place pour répondre aux appels et aux demandes des mères et des familles jurassiennes qui nous sollicitent.

Mais une difficulté demeure: comment atteindre ces jeunes gens ou ces très jeunes filles pour lesquels les canaux traditionnels de communication sont inefficaces? Comment leur faire connaître notre existence?

C'est l'objectif de SOS futures mamans Jura & Prévôté pour 2024: aller à leur rencontre là où ils vivent, où ils étudient, où ils se rassemblent. Par une campagne d'affichage ciblée dans les divers lieux de formation, les gymnases, les centres d'orientation professionnelle, les espaces jeunesse...

Aller à leur rencontre

Et par un message adressé à tous les étudiants et apprentis jurassiens avec la précieuse collaboration des directeurs des différents établissements concernés. Qu'ils en soient ici vivement remerciés!

Pour que plus personne ne se sente abandonné quand l'annonce d'une naissance est d'abord source de problèmes, d'inquiétude, voire d'angoisse au lieu d'être une grande joie et un beau cadeau!



**Une aide concrète pour
bien accueillir son enfant**

www.sosfuturesmamans.org

Témoignage d'une famille

Cher Pierre,
Chères collaboratrices,
Chers collaborateurs,

Avec ces quelques mots, au nom de toute la famille, on vous dit «GRAZIE». Merci SOS futures mamans pour toutes ces années d'aide concrète que vous nous avez offertes! Grâce aux gestes et douces paroles reçus lors de mes passages dans votre centre, vous avez contribué à nous conduire là où nous en sommes aujourd'hui.

Je présente à toute l'équipe de SOS futures mamans mes sincères remerciements et aussi à Dieu qui a permis notre rencontre.

Vous êtes des personnes magnifiques! Merci à tous et bonne année 2024. Giampero et Chiara

Merci pour toutes ces années où vous nous avez donné des habits et des doudous!

Federica

Merci Andréa

MERCI Gabriel



Nouvelle année, nouvel espoir

Par Viviane Graber, présidente



Concernant les centres SOS futures mamans de Fleurier et de Neuchâtel, je peux compter une fois de plus sur toutes les bénévoles. Les deux vestiaires sont bien achalandés, grâce aux généreux donateurs nous avons du beau matériel: lits, poussettes, chaises hautes, porte-bébé, jouets, jeux, livres ainsi que des habits pour enfants dès la naissance jusqu'à 4-5 ans.

2024 nouvelle année, nouveaux défis, nouvelles rencontres, nouveaux projets, nouvelles motivations, nouveaux stress, nouveaux soucis, nouveaux travaux, nouveau souffle, nouveaux bébés, nouvelles mamans, nouveaux parents, nouveaux grands-parents, nouveaux jours, nouvelles semaines, nouveaux mois, nouvelle lune, nouveau soleil, nouvelle vie, nouvel espoir!

Les mamans vont être comblées et nous serons toutes à l'écoute de leurs problèmes et essayerons dans la mesure du possible de répondre à leurs attentes.

Voici probablement ce que nous réserve cette année. Les envies et les besoins de chacun sont différents. Nous devons composer avec tout cela avec humilité, patience, empathie et bienveillance.

La vie est une opportunité, profitez-en
La vie est belle, admirez-la
La vie est un rêve, réalisez-le
La vie est un devoir, complétez-le
La vie est un jeu, jouez-la

Mère Teresa

Que la force soit avec tous ceux qui œuvrent et sont engagés pour aider, soutenir, soit au niveau privé soit dans des associations.

Toute ma reconnaissance à mes collaboratrices et à nos chers donateurs.

Que l'année qui vient de commencer soit une année pleine de sérénité, de partage et de bonheur.

JAB
CH-1701 Fribourg 1



Fondation SOS futures mamans

Case postale - 1701 Fribourg
fondation@sosfuturesmamans.org

IBAN CH97 0026 0260 3330 4201 T

Les associations SOS futures mamans

BÂLE

Kornfeldstr. 83 - CVJM – Haus 170 - 4125 Riehen
basel@soswerdendemuetter.org

Tél. 061 601 18 30
CCP 60-396223-3

BIENNE

Rue Alfred-Aebi 86 - 2503 Bienne
bienne@sosfuturesmamans.org

Tél. 032 322 10 66
CCP 25-10378-5

CHABLAIS

Rte Forestière 14 – 1872 Troistorrents
chablais@sosfuturesmamans.org

Tél. 024 485 30 30
CCP 19-9241-3

FRIBOURG

Ch. Monséjour 2 - Case postale – 1701 Fribourg
fribourg@sosfuturesmamans.org

Tél. 026 424 63 83
CCP 17-8400-2

GENÈVE

Rue Schaub 18 – 1200 Genève
geneve@sosfuturesmamans.org

Tél. 022 792 00 92
CCP 17-419740-4

JURA & PRÉVÔTÉ

CP 812 – 2740 Moutier 1
juraetprevote@sosfuturesmamans.org

Tél. 032 422 26 26
CCP 25-3513-3

LA CÔTE

Rte de Divonne 48 – 1260 Nyon
lacote@sosfuturesmamans.org

Tél. 079 607 44 53
CCP 12-15668-8

LAUSANNE-OUEST

Allée du Rionzi 28 – 1028 Prévèrenge
lausanneouest@sosfuturesmamans.org

Tél. 0844 771 911
CCP 10-715024-4

MONTAGNES NEUCHÂTELOISES

Numa-Droz 181 – 2300 La Chaux-de-Fonds
montagnesneuchatelaises@sosfuturesmamans.org

Tél. 079 772 16 90
CCP 23-3311-2

NEUCHÂTEL

CP 3145 – 2001 Neuchâtel
neuchatel@sosfuturesmamans.org

Tél. 032 842 62 52
CCP 20-1076-4

NORD VAUDOIS

Rue de l'Hôpital 33 – 1400 Yverdon-les-Bains
nordvaudois@sosfuturesmamans.org

Tél. 079 106 13 66
CCP 30-527618-4

RIVIERA-VEVEYSE

Av. Clos d'Aubonne 11 – 1814 La Tour-de-Peilz
rivieraveveyse@sosfuturesmamans.org

Tél. 0 844 222 333
CCP 70-56352-2

STE-CROIX

CP 269 – 1450 Ste-Croix
stecroix@sosfuturesmamans.org

Tél. 024 426 52 52
CCP 17-403950-8

F-PONTARLIER

5bis, rue Jeanne d'Arc - 25300 Pontarlier
pontarlier@sosfuturesmamans.org

Tél. 03 81 38 91 30