

Bulletin

N° 164
4^e trim 2025
FON-FR

de l'amitié




SOS
futures mamans
aimer accueillir aider

Editorial

« La dignité humaine exige du courage pour se défendre. »

« Il est facile de se tenir avec la foule. Il faut du courage pour rester seul. » citation de Ghandi

C'est bien souvent le combat auquel sont confrontées les futures mamans et mamans qui font appel à nos associations.

Selon la définition du CNRTL¹ français, la dignité est le sentiment de la **valeur intrinsèque** d'une personne qui commande le respect d'autrui. C'est la **prérogative inaliénable** dont jouit une personne en raison de son comportement qui lui vaut considération et respect ou y donne droit.

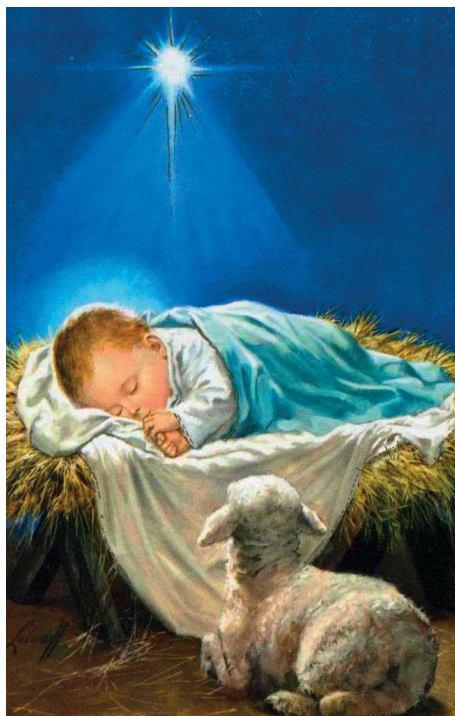
Toutes ces femmes doivent se débattre pour obtenir le droit, ainsi que celui de leurs enfants, de vivre dignement dans notre monde de plus en plus égocentrique et féru d'individualisme. L'Homme est pourtant voué à vivre en société sur la planète Terre qui lui a été offerte, dans le respect de toutes les formes de vie ainsi que celui de l'inanimé.

Mais nous souvenons-nous vraiment que TOUT est lié et mérite de la considération ? Y pensons-nous avant de commettre nos actes ?

Je souhaiterais exprimer ma reconnaissance à toutes les mamans et futures mamans qui viennent nous confier leurs tourments, leurs inquiétudes, leurs désarrois car il leur faut beaucoup de courage pour exprimer toutes ces émotions aux bénévoles qui prennent le temps de les écouter avec respect. J'aimerais leur dire MERCI pour la confiance qu'elles nous accordent dans ces échanges. Grâce à elles, nos vies trouvent un sens.

« Et voici le signe qui vous est donné : vous trouverez un enfant emmailloté et couché dans une mangeoire. » *Luc 2, 12*

« Aujourd'hui également les enfants sont un signe. Signe d'espérance, signe de vie, mais aussi signe « diagnostic » pour comprendre l'état de santé d'une famille, d'une société, du monde entier. Quand les enfants sont accueillis, aimés, défendus, protégés dans leurs droits, la famille est saine, la société est meilleure, le monde est plus humain... L'enfant de Bethléem est fragile, comme tous les nouveaux nés... Cet enfant, comme tout enfant, est faible et a besoin d'être aidé et protégé. Aujourd'hui également les enfants ont besoin d'être accueillis et défendus, depuis le sein maternel... Peut-être cet



enfant pleure-t'il? Il pleure parce qu'il a faim, parce qu'il a froid, parce qu'il veut rester dans les bras... Aujourd'hui également, les enfants pleurent, ils pleurent beaucoup, et leurs pleurs nous interpellent. »²

C'est dans cet esprit que je vous adresse mes vœux d'espérance pour une fête de Noël sereine et rénovatrice!

Pierre Monferini
Président de l'association faïtière

¹ Centre national des ressources textuelles et lexicales du CNRS français.

² Extraits de l'homélie du Pape François, le dimanche 25 mai 2014.

Sommaire

La parole aux associations :

La Côte ————— 4

Neuchâtel ————— 6

Fribourg ————— 8

Faire un don ————— 9

Lausanne-Ouest ————— 10

Chablais ————— 12

Genève ————— 14

Répertoire ————— 15

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: 7'665 exemplaires

Parution

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

Pour quelques étoiles dans les yeux

Témoignage de Marie-José Hautier, présidente

Dans ce monde en perpétuelle mutation où l'insécurité est omniprésente, le travail et l'attention de nos bénévoles sont plus que remarquables. Elles accompagnent les bénéficiaires avec attention et chaleur. Chacun peut repartir avec des sacs d'habits, de jouets ou de livres. Et il n'est même pas demandé de dire merci.

Au-delà de la simple distribution matérielle, nos bénévoles font preuve d'une résilience et d'une bienveillance qui réchauffent les cœurs. En confiance, certaines mamans nous confient des pans de leur vie que peu de personnes connaissent.

C'est le cas de cette maman qui m'apprend que sa fille a été diagnostiquée « autiste » et que seuls elle et son mari sont au courant. Maintenant je le suis aussi. Cette famille n'a pas été épargnée. Ils ont vécu la guerre, l'exode, déjà avec un enfant malade. Ce fils qui aujourd'hui encore passe des examens médicaux tous les deux mois, car personne ne sait quel mal le ronge. Il n'a que 12 ans et sa sœur 5 ans.

Cette famille si digne, qui ne se plaint jamais et qui est reconnaissante.

Cette autre maman nous raconte, après plus de 5 ans, comment ses parents ont choisi son mari pour elle. Mais elle a eu beaucoup de chance parce que c'est un homme attentionné, bienveillant et qui fait tout pour sa femme et ses filles. Et c'est vrai. C'est un homme très gentil et très respectueux, qui ne manque jamais de venir nous saluer quand il nous croise dans la rue et demande des nouvelles de notre propre famille.

Ou encore cette maman, violée durant la guerre dans son pays et devenue maman à 16 ans. Dans un premier temps elle a pu trouver un mari qui a bien voulu d'elle et de sa fille. Mais il s'est cru tout permis. Elle a dû divorcer, quitter son pays et venir ici pour tenter de refaire sa vie. Heureusement elle a trouvé un homme bon. Ils ont eu un 1^{er} enfant. Puis des jumeaux. Mais un accident de travail et le voilà invalide. Elle ne lâche rien. Elle nous fait même des gâteaux de son pays à chaque fois qu'elle vient chercher des habits.

Chaque année, nous prenons soin d'emballer des cadeaux pour cette période à venir. Bien sûr, nous faisons avec ce que nous recevons. Il n'y aura ni console, ni jeux électroniques. Mais si cela se peut encore, les enfants repartiront avec des étoiles dans les yeux, heureux d'ouvrir avant l'heure, un paquet qu'ils n'auraient pas osé demander.

Nous non plus nous ne lâchons rien.

Merci à tous les bénévoles qui nous permettent de continuer notre mission, merci à toutes celles et ceux qui gardent des étoiles dans les yeux et qui nous donnent envie de leur ouvrir notre porte. Qu'ils soient les bienvenus.



Un nouveau local pour Neuchâtel

Voici le nouveau local de l'association SOS futures mamans de Neuchâtel !

Cela aura demandé beaucoup de travail pour préparer ce déménagement et une semaine de fermeture imposée, mais au final, nous sommes si contentes et heureuses de pouvoir à nouveau accueillir nos mamans.

Surface plus vaste en rez-de chaussée, facile d'accès, avec des places de parc à disposition et un arrêt du tram à 3 mètres... Qui aurait pu rêver mieux ?

Un immense MERCI aux bénévoles qui se sont activées pour donner des idées et préparer cet emménagement.

Depuis lundi 27 octobre, mamans et donateurs sont accueillis avec joie dans nos nouveaux locaux :

**Chemin de la Plaine 3,
2013 Colombier**





Remerciements



Je vous remercie du fond du cœur pour votre aide et pour les affaires d'enfants que vous m'avez offertes.

Je suis profondément reconnaissante qu'il existe une organisation aussi bienveillante et attentionnée.

Que Dieu vous accorde santé, force et bonheur, afin que vous puissiez continuer à soutenir les mamans et leurs petits trésors.

Viktoria

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 succe-
sions, déductibles selon la
légalisation de votre canton
de domicile.

Récapitulé

Compte / Payable à

CH97 0026 0260 3330 4201 T
Fondation SOS futures mamans
Case postale
1701 Fribourg

Payable par (nom/adresse)

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
CHF

Montant

Monnaie
CHF

Montant

Point de dépôt

Ce sourire qui nous rappelle pourquoi nous sommes là

Témoignage de Sandra, bénévole

Voilà bientôt 2 ans que je me suis engagée au sein de SOS futures mamans et j'ai déjà vécu beaucoup de beaux échanges et de belles rencontres.

Comme cette maman qui, un mercredi matin, s'est présentée au centre avec ses deux filles de 10 et 7 ans, accompagnée d'une dame, sa famille d'accueil, qui les soutient et les accompagne depuis qu'ils sont arrivés en Suisse.

Au début de notre échange, c'était difficile de communiquer. Je sentais que la maman était très angoissée. La bar-

rière de la langue et ses sanglots rendaient l'échange compliqué. Mais peu à peu elle s'est détendue et les mots sont venus plus facilement.

Elle était enceinte de presque 7 mois et vivait une période émotionnellement difficile. Elle avait des angoisses en lien avec sa grossesse, des insomnies et des maux de tête. Le nuit, il lui arrivait de se lever pour aller marcher car elle ne tenait pas en place. Elle craignait qu'il lui arrive quelque chose et que ses filles restent sans leur mère. Son mari et les gens de l'entou-



rage ont essayé de la rassurer, mais rien n'y faisait.

Elle m'a raconté son parcours pour arriver en Suisse. Le bateau, les hommes et les femmes séparés. Se retrouver avec des gens qu'elle ne connaissait pas et la séparation d'avec son mari, ont été des épreuves difficiles pour elle.

Elle m'a également parlé du fait qu'elle n'a pas pu aller à l'école dans son enfance. Elle le vit assez mal, surtout à cause du regard des autres. Elle se sent rabaissée. Mais malgré tout, elle suit actuellement des cours de français. Elle s'accroche mais c'est compliqué à gérer.

Nous avons pris le temps de discuter. Le temps, c'est souvent ce qu'il nous manque pour pouvoir bien échanger avec les mamans. Mais là, j'ai vraiment pris le temps. Heureusement, c'était une matinée un peu plus calme.

Son mari était déjà passé une semaine avant, nous avons ouvert le dossier et mis du matériel de côté. Il nous restait à choisir le trousseau de naissance pour le bébé.

Après un joli moment de partage autour de la table où ses filles nous ont re-

joint, la maman est repartie plus détendue, avec le sourire et reconnaissante pour tout ce que fait l'association.

Et c'est exactement pour ça que nous sommes là: pour accueillir ces mamans, les écouter, les rassurer et les soutenir dans les moments où elles en ont le plus besoin.

Sandra

Une maman enceinte venant d'un pays lointain, une personne qui lui ouvre sa porte et qui l'accompagne discrètement. Une qui lui enseigne la langue, une qui l'écoute, la rassure et l'encourage, et d'autres qui lui offrent du matériel et des habits. La joie de la rencontre et la joie du don. Chez SOS futures mamans, l'esprit de Noël se vit et revit tout au long de l'année.

A l'approche de la fête de Noël, nos plus doux sentiments de reconnaissance sont pour vous, bénévoles et donateurs, qui rendez possibles tous ces «Noëls quotidiens». Joyeuses fêtes à vous et à toutes les familles de la Terre.

Lara, présidente

Des nouvelles...

Par Sandra Dubosson, responsable du centre de Monthey

Cela fait déjà un an que nous avons déménagé...

En juillet 2024, nous avons quitté les locaux de Saint-Maurice, le bail arrivant à son terme. Après de longues recherches dans différentes communes, c'est finalement à Monthey, auprès du curé Jérôme Hauswirth et de sa paroisse, que nous avons été guidés... Une fois de plus la Providence a bien fait les choses.

La salle proposée correspondait parfaitement à nos besoins. Depuis le 1^{er} juillet 2024, nous sommes donc installés au sein de la Maison des Jeunes de Monthey.

Nous avons été profondément touchés par l'accueil chaleureux de la paroisse et remercions du fond du cœur toutes les personnes qui nous ont ouvert leurs portes avec bienveillance.

Un nouveau lieu, de nouvelles possibilités

Nous disposons maintenant de 120 m² avec un bureau d'accueil, un ascenseur, et un accès facilité grâce à la proximité de la gare de Monthey et de son parking. Le centre est ainsi plus accessible via les transports publics. Nous avons également pu élargir nos horaires: nous sommes ouverts une

demi-journée en plus, nous assurons désormais une journée et demie d'accueil par semaine.

Une équipe fidèle et engagée

Nous avons la chance de pouvoir compter sur plus d'une vingtaine de bénévoles motivées, fidèles, engagées et au grand cœur. Chaque semaine, la joie de servir et le plaisir d'aider sont au rendez-vous. L'humain est au centre de toutes nos actions et c'est ensemble que nous faisons la différence.

Mieux faire connaître notre action

Parmi nos objectifs principaux: nous faire connaître davantage afin d'accueillir encore plus de mamans en situation de besoin. Pour cela, nous organisons diverses actions: vente de gâteaux, Marché de Noël, présentation au CMS (Centre Médico-Social), campagne de publicité à la radio et dans les journaux, articles dans les journaux paroissiaux.



... et un témoignage

Par Fabia et Sandra, bénévoles à l'accueil des mamans

Une maman dans l'épreuve

Il y a quelques jours, une maman a perdu son mari, emporté par un cancer du pancréas. Ce drame a plongé la famille dans un profond deuil. La maman se retrouve désormais seule avec ses quatre enfants, dont un nourrisson de seulement trois mois. La douleur et le choc sont encore vifs, rendant chaque instant difficile à surmonter.

Elle est venue au centre SOS futures mamans, accompagnée de l'infirmière de la petite enfance qui l'entoure de bienveillance. Dans cette situation délicate et particulière, nous avons accueilli cette maman avec amour et douceur et par notre écoute attentive, elle a pu dans nos bras, exprimer sa souffrance en versant ses larmes. Nous avons préparé avec soin tout le nécessaire pour son bébé et ses enfants : du lait infantile, des couches, une poussette trio, des vêtements, un bureau, une commode, une étagère, etc... Tout a été livré à son domi-

cile par Fred, notre homme de confiance, toujours prêt à se mobiliser pour les situations d'urgence. En quittant notre centre, cette maman repart soulagée et remplie de reconnaissance pour l'aide que nous avons pu lui apporter.

Notre priorité : l'accompagnement avec cœur et humanité

Nous restons engagés pour accompagner chaque famille avec solidarité, dignité et compassion. Face à l'adversité, nous voulons être une présence réconfortante et concrète, pour que chaque maman sache qu'elle a de la valeur et qu'elle n'est pas seule.

Chers donateurs,

Nous tenons à vous exprimer notre plus profonde gratitude. Grâce à votre générosité, nous sommes en mesure d'apporter soutien et assistance à ces mamans dans le besoin. Votre don fait toute la différence dans leur vie, et nous vous en sommes sincèrement reconnaissants. Ensemble, nous partageons l'espoir d'un avenir meilleur pour ces familles.

Un grand MERCI pour votre confiance et votre soutien.

Nous vous souhaitons un joyeux Noël et que cette saison de partage vous apporte paix et bonheur.





Entourage et aide matérielle : la recette du bonheur

Témoignage de Sonia Ducor, présidente

Véronique a 16 ans, elle est étudiante à l'Ecole de Commerce et nous appelle car elle a reçu notre numéro par l'assistante sociale de son école.

Nous recevons Véronique avec sa maman, dans nos locaux. Elle nous raconte son histoire : quand elle a appris sa grossesse, elle a eu un moment de panique. Comment allait-elle faire avec ses études et le bébé ? Et comment allait réagir le papa du bébé qui était à peine plus âgé qu'elle, 17 ans et encore en apprentissage ? Elle se confie alors à l'assistante sociale de son école qui lui conseille de prendre contact avec notre association.

En discutant avec Véronique et sa maman, nous sommes heureuses d'ap-

prendre que cette dernière est tout-à-fait disposée à aider sa fille. C'est elle qui gardera l'enfant afin que Véronique puisse continuer ses études. Côté matériel, elles sont soulagées d'apprendre que nous allons leur fournir tout le nécessaire pour l'accueil du bébé. Elles repartent contentes et rassurées, avec déjà quelques habits et un kit de naissance confectionné par nos 2 bénévoles expertes en couture : Nadine et Viviane.

Fin avril, le jeune couple, tout heureux, vient nous présenter leur magnifique petit bonhomme qui se porte à merveille ! Depuis, ils viennent très souvent chercher des couches et des vêtements. Nous avons ainsi régulièrement des nouvelles de la petite famille.

Fondation SOS futures mamans

Case postale - 1701 Fribourg
fondation@sosfuturesmamans.org

IBAN CH97 0026 0260 3330 4201 T

Les associations SOS futures mamans

BÂLE

Schützengasse 51 - 4125 Riehen
basel@soswerdendemuetter.org

Tél. 077 430 71 69
IBAN CH74 0900 0000 6039 6223 3

BIENNE

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

Tél. 032 322 10 66
IBAN CH16 0900 0000 2501 0378 5

CHABLAIS

Rte Forestière 14 - 1872 Troistorrens
chablais@sosfuturesmamans.org

Tél. 024 485 30 30
IBAN CH48 0900 0000 1900 9241 3

FRIBOURG

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

Tél. 026 424 63 83
IBAN CH98 0900 0000 1700 8400 2

GENÈVE

Rue Schaub 18 - 1200 Genève
geneve@sosfuturesmamans.org

Tél. 022 792 00 92
IBAN CH43 0900 0000 1741 9740 4

JURA & PRÉVÔTÉ

CP 812 - 2740 Moutier 1
juraetprevote@sosfuturesmamans.org

Tél. 032 422 26 26
IBAN CH47 0900 0000 2500 3513 3

LA CÔTE

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

Tél. 079 607 44 53
IBAN CH58 0900 0000 1201 5668 8

LAUSANNE-OUEST

Allée du Rionzi 28 - 1028 Préverenges
lausanneouest@sosfuturesmamans.org

Tél. 0844 771 911
IBAN CH96 0900 0000 1071 5024 4

MONTAGNES NEUCHÂTELOISES

Rue Daniel-Jeanrichard 44 - 2300 La Chaux-de-Fonds
montagnesneuchateloises@sosfuturesmamans.org

Tél. 079 772 16 90
IBAN CH33 0900 0000 2300 3311 2

NEUCHÂTEL

Ch. de la Plaine 3 - 2013 Colombier
neuchatel@sosfuturesmamans.org

Tél. 032 842 62 52
IBAN CH37 0900 0000 2000 1076 4

NORD VAUDOIS

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

Tél. 079 106 13 66
IBAN CH45 0900 0000 3052 7618 4

RIVIERA-VEVEYSE

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

Tél. 0 844 222 333
IBAN CH17 0900 0000 7005 6352 2

STE-CROIX

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

Tél. 024 426 52 52
IBAN CH85 0900 0000 1740 3950 8

F-PONTARLIER

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

Tél. 03 81 38 91 30
IBAN FR76 1027 8086 0000 0203 6210 107

JAB
CH-1701 Fribourg 1



Avez-vous déjà pensé à votre **calendrier 2026** ?

Une idée cadeau originale, à offrir ou à s'offrir.



Commandez-le dès à présent auprès de l'association de votre région au prix de Fr. 15.- (frais d'envoi inclus).

Les coûts de production étant entièrement supportés par nos partenaires bienfaiteurs, vous avez l'assurance que l'intégralité des sommes perçues sera utilisée au bénéfice des mamans et de leurs enfants.

Une jolie manière de soutenir notre action et de contribuer au rayonnement de notre mouvement.