

Bulletin

N° 166
2^e trim 2026
FON-FR

de l'amitié



SOS
futures mamans
aimer accueillir aider

Editorial

Une chaîne de bienveillance

A l'approche de la Fête des mères, mon cœur se tourne vers toutes les femmes qui, jour après jour, donnent la vie, prennent soin et construisent l'avenir avec courage et tendresse. La maternité est un chemin unique, riche de joies et de découvertes, mais parfois aussi d'inquiétudes et de fragilités. C'est précisément dans ces moments que notre action prend tout son sens.

Depuis sa création, SOS futures mamans a pour vocation d'être une main tendue, un soutien bienveillant pour toutes les femmes qui vivent une grossesse dans des circonstances délicates ou qui doivent affronter des difficultés après la naissance de leur enfant. Nous savons combien une écoute attentive, un geste d'aide ou un accompagnement concret peuvent transformer une situation et redonner confiance.

En ce jour de fête, je souhaite exprimer ma profonde gratitude à celles et ceux qui font vivre notre association au quotidien. Nos responsables d'antennes locales, toutes bénévoles, donnent sans compter leur temps, leur énergie et leur cœur. Elles accueillent, écoutent, conseillent et soutiennent — parfois dans le silence, parfois avec des mots



simples mais profondément réconfortants — et permettent à chaque femme de se sentir comprise et accompagnée. Leur engagement est cette force discrète mais essentielle qui fait rayonner SOS futures mamans en Suisse romande et même au-delà.

Chacune de nos bénévoles est une source d'inspiration. Par leur fidélité et leur générosité, elles incarnent la

solidarité qui rend possible notre mission: que personne ne soit seule face à la maternité. Elles rappellent à toutes que l'espérance existe, que la vie peut s'épanouir même au cœur de l'incertitude, et que chaque geste, même discret, peut changer une existence.

En cette Fête des mères, je souhaite que notre message soit avant tout un message d'espérance. Espérance pour toutes les femmes qui attendent un enfant avec appréhension. Espérance pour celles qui traversent des moments difficiles. Espérance parce que, grâce à la solidarité et à l'engagement de nos bénévoles, aucun chemin n'est insurmontable. Espérance enfin parce que, chaque jour, nous construisons ensemble une chaîne de bienveillance, un cercle où la vie et la confiance peuvent grandir.

A toutes les mères, à celles qui le deviennent, et à toutes celles et ceux qui les accompagnent avec dévouement, j'adresse mes remerciements les plus sincères et mes vœux d'une Fête des mères pleine de douceur et de lumière.

Dominique-Anne Puenzieux
Présidente de la fondation

Sommaire

La parole aux associations :

Bâle ————— 4

Fribourg ————— 6

Faire un don ————— 9

Jura et Prévoté ————— 10

Neuchâtel ————— 11

Lausanne-Ouest ————— 14

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: 7'185 exemplaires

Parution

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

Une ambassadrice pour SOS futures mamans

Par Cristina Marti Schneider, présidente

Un après-midi d'été, une Française d'une trentaine d'années m'appelle. Elle a entendu parler de nous et est très enthousiaste à propos de notre travail. Elle m'explique qu'elle travaille dans une grande banque française qui chaque année, attribue un prix en argent à un projet social remarquable. Elle souhaiterait présenter notre association.

Je lui demande comment elle a entendu parler de nous et elle me raconte qu'enfant, elle était arrivée en France avec sa famille, en tant que réfugiée du Kosovo. A Strasbourg, grâce à une association fonctionnant de manière similaire à la nôtre, ils ont reçu pendant des années une aide matérielle et financière: paiement de leurs fourni-



tures scolaires, argent pour acheter de nouvelles chaussures une fois par an, vêtements pour enfants et adultes, etc.

Nous avons donc pris rendez-vous afin de lui faire visiter notre centre. Tout d'abord l'ancien local puis je lui ai parlé avec enthousiasme du nouvel emplacement que nous avons trouvé à Riehen.

Elle est venue, elle a vu, elle a été conquise

Littéralement! Elle a tout regardé, pris de nombreuses photos et noté tous les projets prévus pour cette année. Elle a également pris des photos du nouveau local afin de concevoir une superbe présentation PowerPoint de plusieurs pages. Pendant plus de deux mois et demi, elle s'est minutieusement préparée pour présenter notre association à sa banque, le Crédit Agricole, présente dans toute la Suisse. Le comité de décision était composé des directeurs de toutes les succursales du Crédit Suisse et plus de 10 projets ont été présentés.

Fin décembre, elle m'a rappelée, encore émue aux larmes: elle avait remporté le prix! Et bien plus qu'elle n'aurait jamais osé espérer: la direction avait été tellement touchée par notre action et par sa

propre biographie, qu'elle avait intégrée à sa présentation, qu'elle lui avait remis un chèque de CHF 11 000.–.

Nous sommes vraiment touchées par l'engagement dont a fait preuve M^{me} Sulejmani et très impressionnées par son esprit d'initiative! Nous tenons ici à la remercier chaleureusement, ainsi que le Crédit Agricole, pour la magnifique somme qu'ils nous ont offerte et nous leur assurons que leur généreux don sera utilisé au service de notre action en faveur des futures mamans et des familles.

Un suivi au long cours

Témoignage de Chantal Gabry, responsable du centre de Fribourg

Voilà un long chemin parcouru avec cette famille.

Cela a débuté par une demande de layette pour une famille de réfugiés avec des jumeaux, Tania et Malik. Au fil du temps, cependant, nous apprenons que ces deux enfants, nés dans un

pays en guerre, ont des séquelles telles qu'ils sont gravement handicapés.

Bon an, mal an, avec notre soutien, la famille s'adapte. La fille ainée, Sara, entre à l'école et, quelques années plus tard, une petite sœur vient s'ajouter à la fratrie.



La maman est souvent épuisée lorsqu'elle vient nous voir car les deux jumeaux ont grandi et c'est physiquement très lourd pour elle, surtout que Tania ne marche pas. Il lui faut également accompagner ces deux enfants dans l'acceptation de leur handicap, gérer le nouveau bébé etc.

Sara voudrait faire un CFC d'assistante en pharmacie mais ne trouve pas d'employeur et se désespère. Il est difficile de la convaincre d'essayer autre chose.

Un après-midi de janvier, cependant, la maman arrive avec sa petite dernière, une jolie brunette aux yeux bleu porcelaine et me brandit un papier : Sara vient de signer un contrat d'apprentissage dans une belle pharmacie de la ville. Elle tenait à nous l'annoncer en premier. Une belle confiance s'est installée entre nous au fil des années et nous pouvons ainsi partager autant les peines et soucis que les moments de joie.

Quelle chaleur dans le cœur de cette maman – une magnifique leçon pour nous toutes, bénévoles.



Parce que rien
ne remplacera jamais
l'amour d'une maman.

#noussoommelàpourtoi

www.sosfuturesmamans.org



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.

Empfangsschein

Konto / Zahlbar an

CH26 0076 8300 1806 7150 4
Stiftung SOS werdende Mütter
Postfach
1701 Fribourg

Zahlbar durch (Name/Adresse)

Währung Betrag
CHF

Annahmestelle

Zahlteil



Konto / Zahlbar an
CH26 0076 8300 1806 7150 4
Stiftung SOS werdende Mütter
Postfach
1701 Fribourg

Zahlbar durch (Name/Adresse)

Währung Betrag
CHF

Quand les mères sont à la fête

Par Chantal Mérillat, présidente

C'est désormais devenu une tradition chez SOS futures mamans Jura & Prévôté, à l'occasion de la journée de la Fête des Mères, nous offrons à chaque maman que nous suivons, un petit montant sous forme d'argent (50,-) ou de bon à faire valoir dans un commerce local.

Nous veillons bien à ce que ce petit cadeau soit remis en main propre à la maman et nous lui précisons que c'est à elle et à elle seule qu'il est offert, afin qu'elle puisse ainsi s'octroyer un petit plaisir personnel: un objet, une pièce de vêtement, une séance chez le coiffeur...

Alors que pour la plupart d'entre nous, mères, grands-mères, ce dimanche de fête est synonyme de joie familiale, de fleurs, de cadeaux, qui se soucie de ces mamans ?

Qui reconnaît leur courage et leur dignité ?

Qui les remercie et les fête ?



Chez nous, la fête des mères, c'est vraiment la fête de TOUTES les mères !

Il faut voir briller leurs yeux quand elles reçoivent leur petit cadeau, nos mamans ! Et le sourire de nos bénévoles quand elles en parlent ! Un petit geste oui, mais qui rend heureuse celle qui donne et celle qui reçoit.

Alors belle, joyeuse, heureuse fête des mères. Merci pour votre présence, merci pour tout ce que vous donnez, merci pour l'amour qui fait grandir vos enfants.

Jour de fête

Par Viviane Graber, présidente

10 mai 2026. Journée de fête pour les mamans, et les grands-mamans!

Et bien en ce jour spécial, je souhaite avoir un regard de reconnaissance pour toutes les bénévoles.

En regardant la liste des 28 collaboratrices de Neuchâtel, nous en avons :



11 qui ont entre 5 et 9 ans de bénévolat

9 qui ont fêté leurs 10 ans

6 qui sont actives depuis 20 ans

1 depuis 30 ans!

Sans oublier notre trésorière qui vient de céder sa place, après 48 ans de bons et loyaux services!

Pour toutes ces années passées à accueillir, renseigner, conseiller et écouter les mamans, en plus de nettoyer, ranger, décorer le vestiaire, je vous tire bien bas mon chapeau et vous dis,

Merci de votre fidélité, de votre patience et de votre amitié.

Bonne fête à vous toutes.

Votre présidente

Un coup de pouce aux mamans en précarité

Article de Sophie Bourquin, journaliste RP au journal Littoral

S'adressant aux mères dans le besoin, l'association SOS futures mamans a quitté ses locaux de Neuchâtel pour installer son vestiaire à Colombier. Fondée dans un esprit solidaire, l'association fournit matériel, conseils et écoute, gratuitement, aux familles les plus démunies.

Logé depuis peu à Colombier, entre l'arrêt du tram et l'aérodrome, le vestiaire SOS futures mamans se veut un lieu d'accueil et d'écoute et cela se voit : entre les piles de layettes, les empilements de jouets et tout le matériel dédié à la petite enfance, un coin jeux a été aménagé pour les enfants, des fauteuils disposés



Le vestiaire se veut aussi lieu d'accueil et d'écoute. Photo Sophie Bourquin

pour prendre le temps de discuter, dans un décor joyeusement coloré.

C'est là que les 28 bénévoles de l'association récupèrent, trient et remettent en circulation le matériel d'occasion destiné aux mères dans le besoin. « Nous avons été installés à Puits-Godets pendant plus de 15 ans et nous avons dû déménager. Cela a été un coup de chance de trouver ce local », se réjouit Viviane Graber, présidente de l'association.

Comme son nom l'indique, SOS futures mamans vient en aide gratuitement aux familles en manque de ressources, selon des critères assez précis. « Nous suivons entre 200 et 250 familles par année, nous ouvrons un dossier pour chacune et consignons tout ce que les gens prennent, cela va des vêtements de grossesse aux habits de bébés, jusqu'à huit ans environ. Ils nous ramènent ce qui est devenu trop petit et se servent dans les tailles au-dessus », explique Viviane Graber, qui précise que l'association peut aussi offrir des bons pour du lait en poudre ainsi que des couches.

« En principe nous ne donnons pas d'argent, mais nous pouvons exceptionnellement donner un coup de main

pour payer une facture. Ce que nous apportons ici, en plus du vestiaire, c'est une écoute et aussi des conseils: les gens ont aussi besoin d'être compris et rassurés. Nous avons aussi une permanence téléphonique assurée par six bénévoles, 365 jours par année, entre 8 h et 20 h. »

Fondée à Fribourg en 1974, l'association possède une section neuchâtoise depuis 1978 qui vit grâce à la générosité de donateurs. « Nous fonctionnons grâce à une équipe de bénévoles de longue date, nous aimerions bien pouvoir agrandir l'équipe et surtout trouver quelqu'un possédant un véhicule assez grand pour pouvoir transporter ponctuellement un lit ou une petite commode. »

Sophie Bourquin

Colombier, Plaine d'Areuse 3, ouvert les lundis et jeudis de 14 h 30 à 17 h.

De la fierté d'être mère

Par Esther Zimmermann, bénévole au centre de Préverenges

Que représente cette journée pour les mères qui fréquentent régulièrement notre centre et repartent les bras chargés de matériel et d'habits? Quand je les vois partir, leurs poussettes croulant sous les sacs et un paquet de couches glissé dessous, je me demande ce qui les attend à la maison et quelles autres épreuves elles doivent traverser. Souvent, ce sont les soucis financiers qui les angoissent pour l'avenir. Mais ce que je vois sans cesse dans leurs yeux, c'est la fierté qu'elles portent à leurs enfants. Elles veulent le meilleur pour leurs bébés. Elles choisissent soigneusement les habits, elles sont heureuses de recevoir un paquet de couches, si nous en avons.

Sont-elles vraiment à l'honneur pour la Fête des Mères?

Je ne sais pas.

Les enfants fabriquent-ils quelque chose de joli à l'école pour leurs mamans?

Je ne sais pas.

En équipe, nous sommes particulièrement heureuses lorsque les mères nous annoncent que leurs enfants réussissent bien à l'école, qu'ils ont trouvé un apprentissage ou même qu'ils sont au gymnase. Je me souviens notamment de cette jeune mère qui m'a confié, les yeux

brillants, que son mari avait obtenu une augmentation de salaire et qu'elle n'avait plus besoin d'aide. Elle m'a remerciée du fond du cœur pour le temps qu'elle a pu passer avec nous après la naissance de son enfant. «C'était comme rentrer à la maison», a-t-elle dit.

Nous espérons sincèrement pouvoir offrir aux mères un peu de réconfort face aux grands défis que représente l'éducation de jeunes enfants. Le rôle des parents n'est pas d'élever des enfants parfaits, mais de leur apprendre à devenir des êtres humains indépendants, éclairés, respectueux et assez



confiants pour atteindre leurs buts et réaliser leurs rêves. Qu'elles ne perdent pas la fierté qui brille dans leurs yeux. Que leurs enfants s'épanouissent et trouvent leur voie vers l'autonomie.

Je souhaite à toutes les mères une joyeuse Fête des Mères entourées de leurs proches.

Et je souhaite à toutes les mères une Fête des Mères empreinte de recueillement, en pensant à celles qui traversent des moments difficiles, afin que cette journée leur apporte douceur, paix et un souffle de tendresse.



JAB
CH-1701 Fribourg 1



Fondation SOS futures mamans

Case postale - 1701 Fribourg
fondation@sosfuturesmamans.org

IBAN CH26 0076 8300 1806 7150 4

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 Troistorrents 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 montagnesneuchatelaises@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. 07 82 68 82 51 IBAN FR76 1027 8086 0000 0203 6210 107