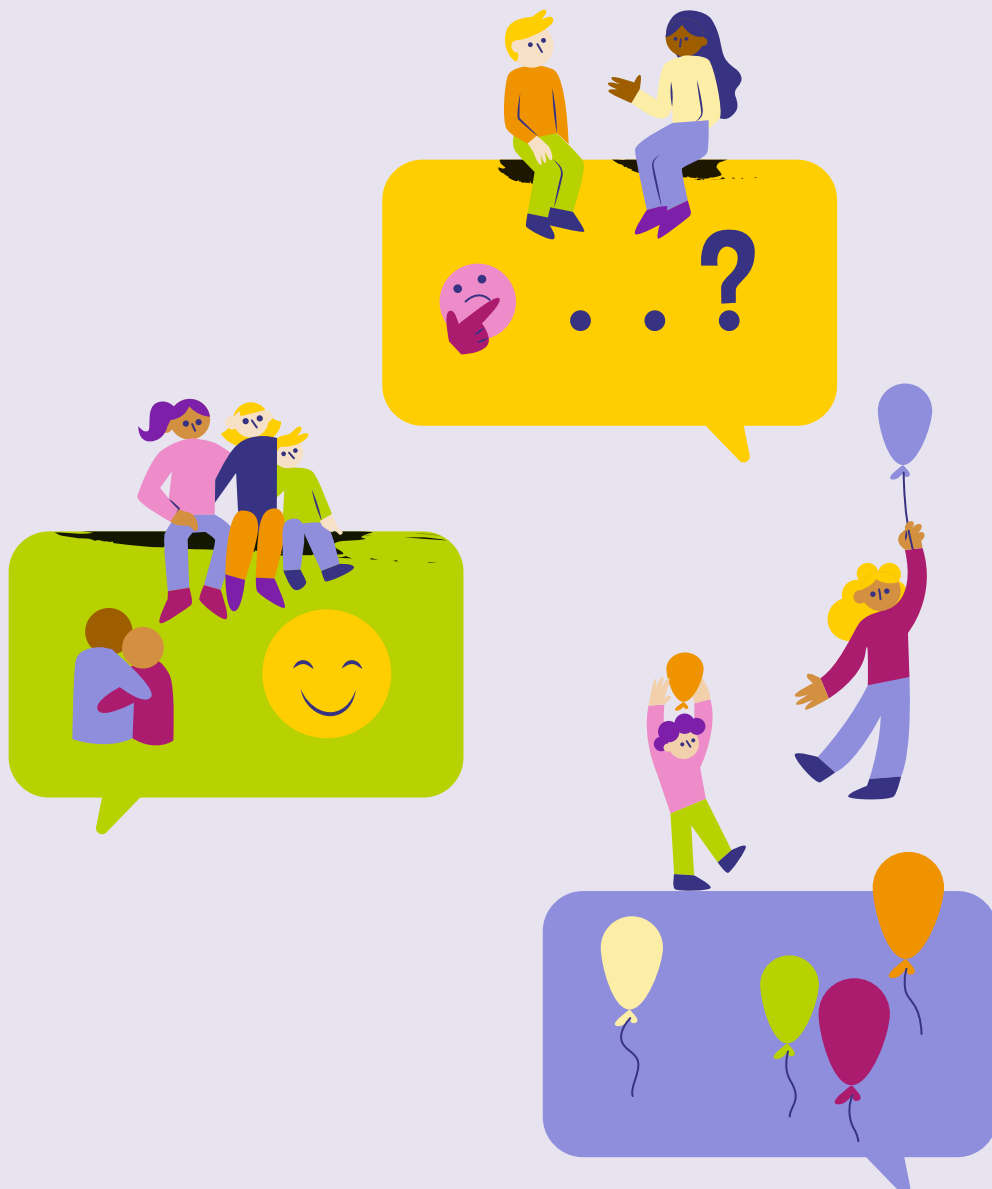




BRUXELLES POUVOIRS LOCAUX
SERVICE PUBLIC RÉGIONAL DE BRUXELLES

ATELIER DE PAROLES POUR LES MÈRES





OBJECTIFS

- Créer un environnement bienveillant pour permettre aux mamans solos d'échanger et de partager leurs préoccupations quotidiennes.
- Permettre aux mamans solos de reconstruire des relations sociales, des liens de solidarité, du partage d'expériences et de recevoir des conseils et du soutien.
- Améliorer leur bien-être en proposant des activités telles que le coaching, l'écoute proactive, des échanges en groupe visant à renforcer les compétences personnelles, la confiance en soi, à rompre l'isolement.
- Informer des ressources existantes, donner des conseils adaptés à leurs besoins spécifiques comme la formation professionnelle, la recherche d'emploi, la gestion des problèmes financiers, la lutte contre l'isolement, le soutien contre l'épuisement parental, la médiation, le logement, etc.
- Créer en parallèle un espace dédié aux enfants dès sept ans de ces familles, favorisant l'expression de leur ressenti face à leur situation particulière. L'objectif est de les accompagner dans leur développement personnel, émotionnel et social. À partir de sept ans, car c'est l'âge où ils commencent à pouvoir mettre des mots sur leurs émotions, à écouter et à échanger avec leur pairs, à pouvoir tenir une séance de bout en bout.



LIEU

Les ateliers se tiendront de préférence dans un local communal, tout autre lieu central au sein de la commune, ou encore tout lieu ayant une pertinence par rapport à l'activité (Maison des Parents solos par exemple).

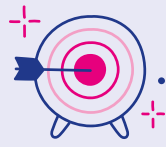
Ces lieux devront pouvoir garantir une certaine confidentialité et une accessibilité aisée en transports en commun, afin de convenir également aux personnes à mobilité réduite, aux poussettes, etc.

Le lieu devra être adapté à l'accueil, à la garde et à la réalisation d'activités distinctes destinées aux enfants de moins de sept ans pendant les ateliers. Et enfin, il devra disposer d'un espace spécifique dédié aux sessions d'écoute et de parole réservées aux enfants âgés de sept ans et plus.



DURÉE

Un atelier par mois, avec une programmation tentant de s'ajuster aux disponibilités des participantes, qu'il s'agisse d'obligations professionnelles, familiales ou personnelles. Ainsi, une variété de jours et d'horaires favorisera la participation régulière des membres du groupe.



PUBLIC LIÉ À LA MONOPARENTALITÉ CIBLÉ

Les mères et leurs enfants.

DESCRIPTION DU PROJET

Création d'un espace d'échange et de partage entre les mères de familles monoparentales, suivi et animé par des personnes de métiers liés à la santé mentale, aux sciences sociales ou encore en psychologie.

Des ateliers de parole pour les enfants de ces familles sont prévus en parallèle, et également animés par une équipe formée en santé mentale ou d'orientation pédagogique.

Les horaires sont adaptés aux besoins des participantes et de leurs enfants, avec une possibilité de prise en charge des plus petits pendant les rencontres.

Une ou deux séances sont prévues en commun avec les mères et les enfants, afin de partager avec d'autres familles le vécu de chacun et chacune et de soutenir et orienter les familles selon leurs besoins.

À la fin des ateliers, les informations sur les services d'aide de proximité sont diffusés, tels que les services sociaux, CPAS, planning familial, service d'aide au logement, centres de santé, services d'aides juridiques, etc. ainsi qu'une mise à disposition d'outils (brochures, dépliants, adresses, coordonnées et liens vers des sites pertinents).

Des visites ou un des ateliers pourraient même être prévus dans l'un de ces endroits...

Chaque groupe suit idéalement un programme d'un an, comprenant douze ateliers d'une durée de quatre heures chacun, organisés mensuellement. L'objectif est ainsi de fournir un soutien continu et complet aux mamans solo et à leurs enfants tout au long de l'année.

Un petit événement de clôture à la fin des sessions d'ateliers est organisé (drink ou lunch), où les témoignages récoltés, les échanges sur de nouvelles actions à adopter ainsi que les prochaines activités prévues y sont présentées.



NOMBRE DE PARTICIPANTES MAXIMUM

Huit à dix personnes par atelier.



SERVICE PILOTE DE L'ACTION

Plusieurs services communaux pourraient jouer le rôle de service pilote : service Social, service Petite Enfance, service Jeunesse, service Égalité des chances, service Emploi et Formation, service Culture...

COMMUNICATION

Concrètement, pour atteindre le public visé, un appel à participation est diffusé sur le site internet de la commune, le journal local, les réseaux sociaux de la commune, des dépliants et des affiches dans les lieux fréquentés par les familles : guichets communaux, écoles, centres de santé, centres PMS, etc.

Toutes les informations pertinentes sur le projet, y compris les détails des ateliers, les objectifs, et les contacts, y sont mentionnés. Si des ateliers précédents ont déjà eu lieu, on peut y inclure les témoignages et les informations sur les avantages des ateliers.

Si nécessaire pour étoffer le groupe, des publications régulières sur le projet sont mises en ligne, avec des visuels attrayants, des histoires inspirantes, et un partage d'informations.

Des présentations de l'activité peuvent également se faire lors d'événements dans les écoles, dans les locaux de la commune ou d'autres lieux publics communaux.

CRITÈRES À PRENDRE EN COMPTE

- **Accessibilité** : comme dit plus haut, le lieu doit être facilement accessible en transports en commun, adapté pour les personnes à mobilité réduite et à l'accès des poussettes.
- **Confidentialité** : le lieu doit offrir un environnement confidentiel et sécurisé, permettant aux participantes de s'exprimer librement.
- **Horaires flexibles** : les mères de familles monoparentales sont surchargées, le projet doit s'adapter aux diverses obligations des participantes, que ce soit professionnelles, familiales, ou personnelles.

- **Encadrement professionnel** : l'équipe qui encadre les ateliers doit avoir reçu une formation en psychologie, en sciences sociales, ou en santé mentale pour guider les séances de manière adéquate.
- **Nombre de participantes** : la taille des groupes doit être limitée pour favoriser une atmosphère intime et permettre à chacune de s'exprimer.
- **Activités pour enfants** : des activités appropriées pour les enfants en bas âge doivent être organisées pendant les ateliers. Les membres encadrant doivent être spécialisés à la petite enfance.
- **Écoute et partage** : favoriser un environnement propice à l'écoute active et au partage d'expériences, encourageant l'empathie et la solidarité.
- **Thématiques variées** : une variété de thèmes pertinents, y compris le bien-être émotionnel, la gestion du stress, les compétences parentales... peuvent être abordés.
- **Réseautage et solidarité** : le réseautage entre les participantes pour favoriser le soutien mutuel en dehors des ateliers doit être encouragé.



PARTENAIRES

CPAS, maison médicale, centre de santé, planning familial, Maison des parents solos, centres PMS, Ligue des Familles, écoles et comités de parents, services d'aide à l'emploi...



- **Ressources et informations :** des ressources et des informations utiles, comme des contacts pour des services d'aide locaux, des programmes de formation, et des conseils pratiques seront préparés dès avant les séances. En effet, certaines thématiques seront très probablement soulevées par les participantes (logement, justice, etc.).
- **Flexibilité thématique :** adapter les thèmes des ateliers en fonction des besoins et des préoccupations des participantes.
- **Durée des ateliers :** prévoir la durée des ateliers de manière à permettre des discussions approfondies tout en respectant le temps disponible des participantes.



BUDGET À PRÉVOIR

- **Honoraires pour l'animation des ateliers et pour la garde des enfants en bas âge.**
- **Matériel pédagogique :** les fournitures nécessaires pour les activités pendant les ateliers, comme du matériel d'écriture, des supports visuels, etc.
- **Activités et soins pour les enfants :** les fournitures nécessaires pour les ateliers des enfants de sept ans et plus, et les jeux et le matériel de soin des tout petits (langes, produits de change, etc.).
- **Communication et promotion :** les coûts pour la création, la mise en page, l'impression et la distribution (ou l'envoi) des dépliants et des affiches, et les dépenses liées à la publicité en ligne ou dans les médias locaux.
- **Restauration :** les collations et les boissons fournis pendant les ateliers et pour les enfants.
- **Transport :** les frais de transport des membres de l'équipe animant les ateliers.
- **Ressources, documents d'information :** création/commande et distribution de documents d'information, tels que des brochures, des dépliants et des guides pratiques.
- **Équipement technique :** équipements audiovisuels, projecteur, écrans, etc.
- **Assurance :** toute assurance nécessaire pour couvrir le lieu et les activités.
- **Formation et développement continu :** formations ou sessions de développement professionnel en lien avec les besoins des ateliers.
- **Services d'interprétation et de traduction** afin d'assurer la compréhension et la participation de toutes les femmes, au moins pour certains supports et documents.

ÉVALUATION

- **Définir des objectifs concrets** : amélioration du bien-être, réduction du stress, renforcement des compétences parentales, création de réseaux de soutien, accès à l'emploi et/ou au logement.
- **Utiliser des questionnaires avant et après** les ateliers, des entretiens individuels, des sondages en ligne, etc. Ces outils doivent être créés et adaptés en fonction des publics visés : les mères, les enfants, le personnel encadrant.
- **Participation** : mesurer le taux de participation aux ateliers ainsi que la constance de cette participation, déterminer les causes des absences, et évaluer le degré de satisfaction.
- **Témoignages** : recueillir des témoignages des participantes, des retours sur leur expérience, les changements vécus, et les avantages perçus.
- **Organiser une séance de feedback à chaud** avec les participantes pour discuter des résultats, recueillir des commentaires, et discuter des améliorations éventuelles. Prévoir des séances intermédiaires (par exemple en milieu d'année) peut également fournir des informations pour des ajustements à mi-parcours.
- **Impact sur le long terme** : déterminer si les résultats attendus ont été atteints, notamment en termes de création d'un réseau amical ou d'entraide, d'amélioration du bien-être, d'arrivée de nouvelles participantes, d'accès à l'emploi, etc.
- **Recueillir le point de vue** des personnes de métier, du personnel encadrant et des partenaires pour obtenir leur avis sur l'efficacité des ateliers et des suggestions pour leur amélioration.
- **Évaluer la pertinence des thèmes abordés** pendant les ateliers, en vérifiant s'ils ont été en phase avec les besoins réels des participantes.
- **Adapter/réadapter en fonction des résultats** : effectuer les adaptations nécessaires aux ateliers suivants pour répondre de manière précise aux besoins identifiés et améliorer l'efficacité de l'action.



LIENS

Une initiative de ce type a été mise en place à **la commune d'Uccle** :

[Soutien et accompagnement des parents solos](#)

Une autre, peu après le confinement, dans la **commune de Berchem-Sainte-Agathe** :

[1,2,3 Soleil - Berchem-Sainte-Agathe](#)

Et enfin, avec quelques variantes dans la **commune d'Evere**, des ateliers destinés aux parents solos :

[Parents solos : des héros !](#)