

31^{ème} édition
RALLYE AÏCHA des GAZELLES du
MAROC

L'ÉQUIPAGE 303,
LES GAZ'SOEURETTES

POUR L'ASSOCIATION



Maman
Blues



<http://www.maman-blues.fr>





”On ne naît pas mère, on le devient...”

C'est un long parcours qui retrouve un trésor laissé de côté depuis l'enfance, constitué pendant l'enfance : la mère est un secret d'enfance.”

Jean-Marie Delassus, médecin, philosophe et écrivain.

(1) L'ASSOCIATION:

Maman Blues est une association à but non lucratif et non thérapeutique, qui accompagne les femmes qui traversent une **difficulté maternelle**.

Par ‘difficulté maternelle’, on entend toute difficulté dans le « Devenir Mère » (baby blues, dépression du post-partum, psychose puerpérale, burn-out maternel, difficultés dans le lien mère/bébé).

(2) SES OBJECTIFS :

L'association **Maman Blues** a pour principaux objectifs⁽¹⁾ :

- De **témoigner** de manière large⁽²⁾ (...) de ce qu'est la difficulté maternelle, de la faire connaître et reconnaître dans toute sa dimension humaine, maternelle, émotionnelle et psychique.
- De **soutenir, d'informer, de conseiller et d'orienter** éventuellement vers des professionnels de la santé, toutes personnes concernées par ce problème de santé : mère mais aussi père, enfants, famille et entourage.
- De **soutenir et/ou faire connaître les professionnels** ou futurs professionnels de la santé, de la petite enfance et du secteur social qui œuvrent ou œuvreront dans ce cadre de santé publique, qui apportent ou apporteront réflexions, prise en charge et soutien autour de la difficulté maternelle. (...)
- De **sensibiliser** l'opinion et les pouvoirs publics à ce sujet.

⁽¹⁾ Extrait des statuts ⁽²⁾ C'est-à-dire au-delà du cadre médical et de la nosographie psychiatrique.

(2) SA CRÉATION:

Maman Blues est née en 2006, de la volonté de plusieurs participantes à un forum de discussion (créé en 2004).

Dire que
la difficulté maternelle
existe
et l'accompagner!

(4) LES CHIFFRES CLÉS:

15-20 % de femmes seraient en difficulté psychique après la naissance de leur enfant. (Mais le rapport de la commission des 1000 Premiers jours évoque un chiffre bien plus élevé, à savoir 30 à 40%)

Soit 80 000 femmes chaque année et autant d'enfants et de familles susceptibles d'en être affectés.





(1) UN BUT :

Eviter l'errance médicale pour les mères en difficulté.

(2) POUR QUI ? :

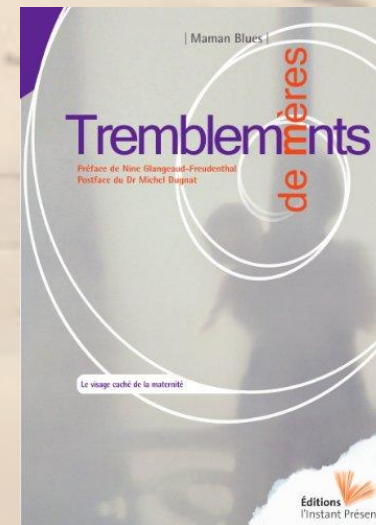
Pour les **mères**, mais aussi les pères, les coparents, et pour le bien de la famille.

(3) COMMENT ? :

Par les témoignages de mères sur le **forum**, ou dans les **groupes de paroles** organisés dans plusieurs départements;
 +
Par un réseau de référentes bénévoles réparties sur le territoire, pour être au plus proche des mères,
 +
Par l'application internet des 1000 premiers jours;
 +
Par une orientation rapide et parfois dans l'urgence, vers des professionnels de santé sensibilisés et/ou formés;
 +
Par la collaboration avec des **professionnels de santé** pour les informer, les recommander,
 +
Par l'écriture de livres et d'articles.

(4) POURQUOI ? :

- Pour éviter **une chronicisation** de la dépression;
- Parce que persiste encore aujourd'hui **un tabou** autour de la santé mentale en général, et des difficultés liées au post-partum en particulier.



Témoignages recueillis par **Maman Blues**, "**Tremblements de Mères**" lève le voile sur ces "accidents de maternité" qui touchent chaque année des milliers de femmes, des milliers d'enfants.

La 1ère force de Maman Blues c'est le témoignage



Implication
dans



Reconnaissance
de l'association

Refonte
du site internet

(1) L'APPLI DES 1000 PREMIERS JOURS:

À la demande du ministère de la Santé et des Solidarités, **Maman Blues** a été intégrée sur cette appli dédiée aux parents et qui est destinée à être le « compagnon privilégié des 1000 premiers jours ».

Cette application contient un outil quasi unique en son genre, qui aide à détecter la dépression post-partum (basé sur l'échelle d'Edimbourg). L'outil permet un **autodiagnostic** pour évaluer le risque de dépression post-partum . C'est à partir de là que **Maman Blues** peut intervenir.

L'application contient aussi une **cartographie** qui facilite la recherche d'un accompagnement adapté et proche de chez soi grâce à la géolocalisation.

<https://1000jours.fabrique.social.gouv.fr/>



(2) LA RECONNAISSANCE:

Maman Blues souhaite **se faire (re)connaitre** à une plus large échelle, afin de permettre à toujours plus de femmes en difficulté maternelle d'être entendues et d'accéder plus facilement et plus rapidement à l'aide dont elles ont besoin. Tout est fait pour donner de la visibilité à l'association, encourager les adhésions, les témoignages ...

(3) LA REFONTE DU SITE INTERNET:

Maman Blues va mettre en ligne **un site internet rénové** qui permettra une meilleure visibilité et une facilitation des recherches (prévue pour mars 2022).





(1) LES PROJETS :

Quand on demande à Élise MARCENDE, Présidente de **Maman Blues** :

“Que feriez-vous si **Maman Blues** gagnait le prix de 10000 euros versé par Maienga?”

- (1) **Maman Blues**: “l’association fait face à un réel et très important besoin de **formation** pour les référentes locales et, plus largement, pour les bénévoles qui interviennent au sein de l’association. Une telle somme permettrait de créer et de déployer des parcours de formation à l’écoute et l’analyse des demandes par exemple, afin d’assurer partout un accompagnement de qualité pour les mères et les bénévoles.”
- (2) **Maman Blues**: “le chantier de rénovation du **site internet de l’association** est absolument essentiel pour aider les femmes en difficulté maternelle, or cela coûte très cher. C’est le point d’entrée incontournable, il est donc très important que cette rénovation soit de qualité, que le site soit riche et facile d’utilisation par toutes et tous.”

(2) LE CHOIX:

Nous, les Gaz’Soeurette, avons choisi d’embarquer dans notre aventure l’association **Maman Blues** car le sujet de la **difficulté maternelle** liée au post partum nous concerne et nous touche personnellement.

Toutes deux mères de famille, nous sommes particulièrement sensibles à ce problème auquel **Marie a été durement confrontée à la naissance du premier de ses 4 enfants.**

Nous souhaitons qu’un maximum de femmes, qui se sentent démunies, isolées et déboussolées face à la **difficulté maternelle**, puissent avoir accès à l’aide et à l’accompagnement de **Maman Blues.**

Merci à vous,
parce que,
Maman Blues,
c’est nous, c’est vous.