



RÉSEAU DE SOUTIEN
AUTOUR DU
POST-PARTUM

L'histoire de l'association

CRÉATION EN SUISSE EN 2015

A l'automne 2015, l'émission « Les Maternelles » diffuse un reportage sur l'initiative française MumAround. Cette communauté de mamans organise à Issy-les-Moulineaux l'apport de repas maison pour leurs membres qui viennent d'accoucher.

Touchée par la générosité de ces mamans, Elisa Kerrache décide d'importer un concept similaire en Suisse. Elle lance le 30 octobre 2015 un groupe Facebook et définit le geste par « bichonnage » et les actrices principales par « MamanABichonner » et « MamanCadeau »

PUIS SONT NÉES : SUPERMAMANS ALLEMAGNE, BELGIQUE ET FRANCE EN 2020 !

Qui sont les SuperMamans ?

C'est un réseau de bénévoles, prêt(e)s à
soutenir les jeunes mamans après
l'arrivée de leur bébé

ON LES APPELLE : LES MAMANSCADEAUX



Pourquoi ?

Certaines mamans se sentent parfois isolées après la naissance de leur(s) enfant(s) et ressentent le besoin d'être soutenues et entourées

ON LES APPELLE : LES MAMANS À BICHONNER



Comment ça se passe ?

La référente départementale s'occupe
d'organiser les rencontres entre les bénévoles
et les jeunes mamans.

ON L'APPELLE : LA MAMANCONTACT

Elle réalise un planning de visites

QU'ON APPELLE : LE BICHONNAGE



Qui sont les
Mamans à
Bichonner
?



LES FEMMES ENCEINTES EN
MENACE D'ACCOUCHEMENT
PRÉMATURÉ

LES JEUNES MAMANS
D'UN BÉBÉ DE MOINS
DE 6 MOIS



LES MAMANS QUI ONT
BESOIN DE SOUTIEN
(DÉPRESSION POST-PARTUM,
DIFFICULTÉS, ETC.)

Comment devenir Maman à bichonner ?

S'INSCRIRE DIRECTEMENT SUR
LE SITE INTERNET :
WWW.SUPERMAMANSFRANCE.FR

La maman est ensuite recontactée
par la MamanContact de son
département.



Qui sont les Mamans Cadeaux ?

MamanCadeau est le nom donné à nos bénévoles.

ELLES SONT MAJORITAIREMENT
DES FEMMES (SANS ENFANT,
MAMANS, MAMIES)

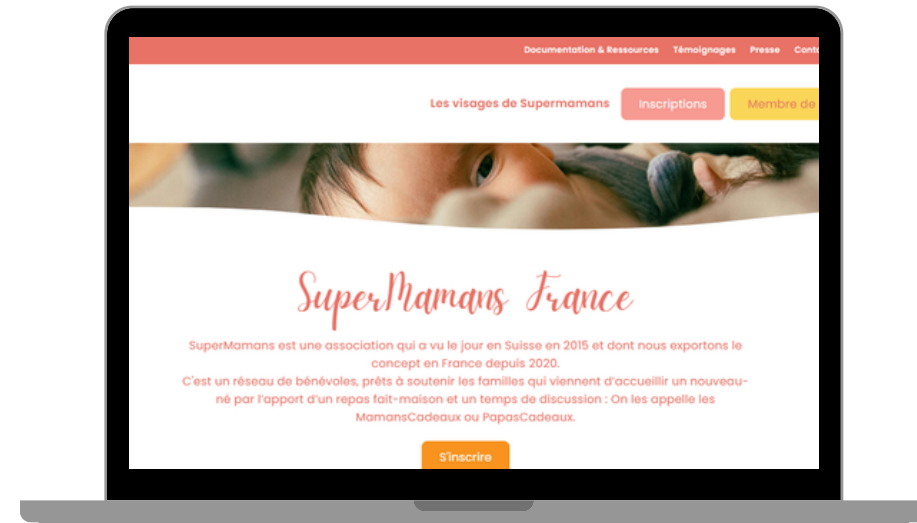
PARFOIS DES HOMMES

On les appelle "Cadeau" car
elles offrent de leur temps en
cuisine, en transport et en temps
d'échange pour des mamans
inconnues.



Comment devenir MamanCadeau ?

S'INSCRIRE DIRECTEMENT SUR
LE SITE INTERNET :
WWW.SUPERMAMANSFRANCE.FR



Une adhésion à l'association est demandée, à partir de 1 €.

Le bénévole est ensuite recontacté par sa MamanContact.

Une mini formation par téléphone, vidéos et guide est donnée au bénévole.

*Qui est la
Maman
Contact
?*



C'EST LA RÉFÉRENTE DÉPARTEMENTALE DE L'ASSOCIATION

- ✓ Elle organise les bichonnages et veille à leur bon déroulement.
- ✓ Elle est en charge de faire connaître l'association dans son département.

*Qui est la
Maman
Région
?*



C'EST LA RÉFÉRENTE RÉGIONALE DE L'ASSOCIATION

- ✓ Elle recrute et forme les nouvelles MamansContact de sa région
- ✓ Elle assure le suivi des MamansContact ou l'intérim en cas de départ

Qu'est ce qu'un bichonnage ?

Une série de visites (par exemple 1 visite par semaine sur 5 semaines, idéalement par des bénévoles différentes)

LA BASE D'UNE VISITE DE BICHONNAGE :

APPORTER UN REPAS GRATUIT, FAIT MAISON - POUR TOUTE LA FAMILLE

Et selon l'envie, et la disponibilité de chacune, pourquoi pas :

S'OCCUPER DE BÉBÉ

PARTAGER UN TEMPS DE
DISCUSSION AUTOUR D'UN
THÉ/CAFÉ

PLIER DU LINGE

FAIRE UN PEU DE VAISSELLE

ACCOMPAGNER
UNE SORTIE

Quelques chiffres

Septembre 2026

FRANCE

+ de 8000

Visites par an

15

MamansRégion

+ de 5000

Bénévoles

+ de 1500

Familles
bichonnées
par an

+ de 230

MamansContact

de 1 à 4 par
département

Pour nous soutenir

- Vous êtes un particulier ou un(e) professionnel(le) ?
Une collectivité ou une association ?
- Vous souhaitez nous soutenir et
participer à nous faire connaître ?

*Faites
un don !*



PARLEZ DE NOUS AUTOUR DE VOUS !



Devenez **Membre de soutien**
pour **recevoir flyers & affiches**
directement chez vous !

*Nous
suivre
—
Nous
contacter*



www.supermamansfrance.fr



Association Supermamans France



@supermamansfrance



supermamans.france@gmail.com