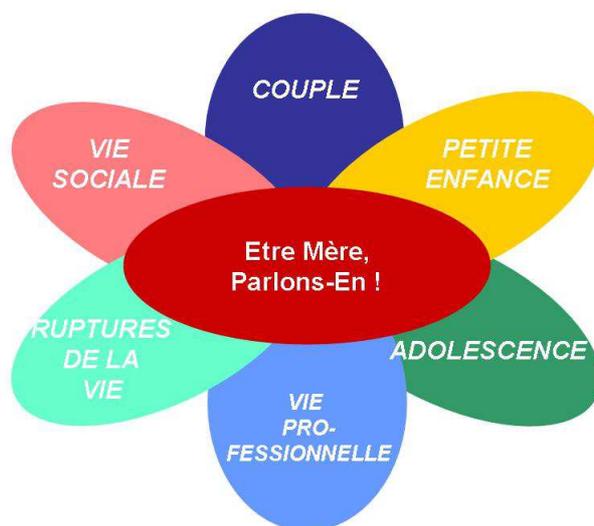


Les ateliers de mères



Des moments uniques
d'écoute et d'échanges de savoir-faire
de mère à mère

Le MMMFrance a 10 ans d'expérience dans les ateliers de partage entre mères

Par leur rôle d'éducatrices, les mères, en lien avec les pères, sont porteuses de Paix dans les familles et au profit de toute la société. Pour les aider dans cette fonction essentielle et parce qu'elles ont besoin d'être soutenues et reconnues, le MMMFrance a développé des ateliers d'échanges et de mise en réseau des mères.

CE QUE SONT LES ATELIERS

- Des **rencontres entre mères** autour d'une animatrice pour échanger pépites, trucs et astuces issus du savoir-faire de chacune.

- **Une réponse aux différents besoins que sont en particulier :**

- sortir les mères de l'isolement, notamment les jeunes mamans
- aider les mères nouvellement arrivées en France à s'intégrer et à accompagner leur enfant dans son intégration
- aider les mères à concilier vie privée - vie professionnelle
- recréer le lien de transmission entre mères

- Pour cela, **la proposition du MMMFrance** est double : le parcours "Etre mère, Parlons-en" et des ateliers "thématiques"

Le **parcours sur l'éducation : "Etre mère, parlons-en"** : 4 rencontres autour d'un film mettant en situation 5 familles très diverses, pour échanger sur l'éducation.

Les **ateliers thématiques** : échanges de trucs et astuces entre mères pour trouver des solutions à leurs questionnements



Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n° 55, 14 avenue René Boleysve 75016 Paris – info@mmmfrance.org

www.mmmfrance.org – CODE SIREN 449 249 713 000 16

Les différentes propositions d'ateliers du MMM France

Le parcours « ETRE MERE, PARLONS-EN »

- 4 thèmes centraux de l'éducation qui constituent un socle pour repartir avec des « pépites » permettant de mieux vivre-ensemble en famille. Le parcours constitue un ensemble de 4 ateliers
 - × Quelles sont mes priorités de parent ?
 - × Comment mettre en place le respect en famille
 - × Quelles sont les limites et priorités que je pose et la façon dont je les fais respecter ?
 - × Comment j'écoute mon enfant ? Quels sont nos bons moments en famille ?

LES ATELIERS THEMATIQUES

- Les ateliers thématiques regroupe des propositions d'ateliers mais il est possible de choisir 1 ou plusieurs ateliers ou puiser dans les thèmes des autres parcours
- Ateliers **MERE et PETITE ENFANCE** : pour rassurer, accompagner et valoriser une nouvelle maman dans un rôle qu'elle découvre
 - × Comment se reposer avec un bébé ?
 - × Comment confier son bébé d'un coeur léger ?
 - × Comment calmer un bébé qui pleure ?
 - × Comment faire face à la colère de mon enfant ?
 - × Comment gérer les disputes entre frère et soeur ?
 - × Comment faire manger de nouvelles choses à mon enfant ?
 - × Comment parler de la cour de récréation ?
 - × Comment renforcer la confiance en lui de mon enfant ?
 - × Comment parler de la vie affective et sexuelle à mon enfant ?
- Ateliers **MERE et ADOLESCENCE** pour trouver des « pépites » sur des préoccupations liés à cette période de la vie des famille
 - × Comment gérer les devoirs scolaires ?
 - × Comment gérer les moments de tensions familiales ?
 - × Comment aider ses enfants à se faire respecter ?
 - × Comment renforcer la confiance en lui de mon enfant ?
 - × Comment parler d'alcool aux enfants ?
 - × Comment parler de drogue aux enfants ?
 - × Comment parler de la vie affective et sexuelle à mon enfant ?
 - × Comment rester zen en pleine crise d'ado ?



Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n° 55, 14 avenue René Boleysve 75016 Paris – info@mmmfrance.org

www.mmmfrance.org – CODE SIREN 449 249 713 000 16

- Ateliers **MERE ET VIE PROFESSIONNELLE** : pour trouver des « pépites » sur des questions communes aux mères menant une vie professionnelle

Propositions d'ateliers (à adapter aux besoins de l'entreprise/du groupe)

- × Comment gérer la vie quotidienne de ma famille en mon absence (gestion des activités, relation avec l'école, temps sans école)
 - × Comment gérer une situation stressante de la vie professionnelle dans ma famille (ou inversement)
 - × Comment réussir à gérer un conflit avec la crèche/ nounou/la jeune fille/l'école/la garderie...)
 - × Comment se faire respecter comme mère dans mon parcours professionnel
 - × Trucs et Astuces pour se créer des moments de bien-être personnel
- Ateliers **RUPTURES DE VIE** : pour trouver des « pépites » sur des questions communes aux mères vivant des situations particulièrement difficiles comme *la maladie / Le handicap / le divorce / le chômage / l'alcoolisme...*

Exemple d'ateliers

- × Comment organiser des bons moments ?
 - × Comment gérer mon moral ?
 - × Comment gérer le regard des autres
 - × Comment établir une relation avec mon ex-conjoint ?
 - × Comment réagir quand je me sens rabaissée ?
 - × Comment me positionner avec mon conjoint à la recherche d'un emploi ?
 - × Comment parler de la maladie (avec mon enfant, en famille, avec les autres) ?
 - × Comment gérer la relation avec le personnel médical ?
 - × ...etc
- Ateliers **VIE SOCIALE** : pour trouver des « pépites » de mères sur le « mieux-vivre ensemble » en société et sur le mieux-vivre dans la société
 - × Mères d'ici et d'ailleurs, partageons nos richesses ?
 - × Comment gérer un conflit (entre enfants, avec l'école, un voisin...) ?
 - × Comment apprendre aux enfants le respect du bien public ?
- Ateliers **MERE et COUPLE** : pour trouver des « pépites » de mères sur la vie en couple
 - × Homme, femme, enfants...quelle répartition des tâches ?
 - × Comment organiser un bon moment de couple ?
 - × Comment gérer un conflit de couple ?
 - × ...etc



Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n° 55, 14 avenue René Boleysve 75016 Paris – info@mmmfrance.org

www.mmmfrance.org – CODE SIREN 449 249 713 000 16

Les ateliers du MMM France : quelles spécificités ?

Une approche originale qui favorise la transmission de savoir-faire concrets

Echange de savoir-faire sur l'éducation

- La pédagogie des ateliers est fondée sur la maïeutique et le souci de faire émerger et partager des réussites éducatives des mères. L'intérêt du partage de bonnes pratiques est double : renforcement des participantes dans leur rôle (elles « savent ») et appropriation de nouvelles façons de faire directement utilisables (elles trouvent des solutions)
- L'animation des ateliers est basée sur une méthode rigoureuse et un savoir-être (croire dans les capacités de chacune, rassurer, accepter la différence, faire émerger, éviter les jugements...reformuler...faire prendre conscience des compétences...)
- ... dans un climat **de respect et de confiance** mis en place grâce à une charte et une animation structurée (Non-jugement, Confidentialité, Ecoute positive)
- L'échange est fructueux grâce au **professionnalisme de l'animatrice** qui s'appuie sur la méthode développée par le MMM France.

Les principaux fruits, selon les étapes de l'échange

- Emergence de compétences : valorisation de la mère
- Appropriation par chacune du savoir-faire qui lui convient : transmission intra-générationnelle
- Mise en oeuvre des savoir-faire acquis : chaque participante choisit un savoir-faire concret découvert et qui lui correspond

Plus les profils des participantes sont variés, plus l'échange sera riche

- La diversité devient grâce à la méthode une richesse au lieu d'être un frein. Toutes les mères se retrouvent sur les thèmes proposés quels que soient leur situation familiale, leur niveau professionnel, leur origine culturelle et sociale.



Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n° 55, 14 avenue René Boleysve 75016 Paris – info@mmmfrance.org

www.mmmfrance.org – CODE SIREN 449 249 713 000 16

Les ateliers du MMM France : quels bénéfices ?

Les bénéfices pour la mère ...et la famille (l'enfant – le père) :

- Les mères ressortent confortées dans leurs capacités à éduquer leur enfant et **rassurées de voir** qu'elles jouent un rôle important. « *Cela me donne du courage de voir que ce que je fais tous les jours avec mes enfants a des répercussions sur la société* »
- Les mères se retrouvent autour de ce qui **les unit** malgré leurs différences : elles tissent des liens. « *Dans le groupe nous sommes très différentes, mais ce qui nous motive, c'est que nous voulons donner le meilleur à nos enfants* »
- Les mères **sont valorisées** car elles prennent conscience de leur savoir-faire. « *C'est mieux qu'une thérapie !* » « *J'étais venue pour écouter mais j'ai réalisé petit à petit que j'avais des idées qui pouvaient être utiles aux autres, ça m'a rendue fière* »
- Les mères repartent avec des **idées concrètes et immédiatement applicables** : les « **pépites** » « *quand je sais qu'une pépite marche je l'essaye chez moi* » « *j'ai mis en place des petits trucs simples qui changent ma vie* »

Les bénéfices pour l'entreprise

Une meilleure efficacité

- Une meilleure organisation est source de réduction des dysfonctionnements quotidiens au bureau ... : absentéisme, retard, coups de téléphones, etc...
- ...ce qui améliore la performance globale de votre entreprise

Une plus grande cohésion

- par la création d'un climat de confiance et de respect
- la création d'un réseau de communication entre les mères collaboratrices instaure un climat de confiance qui renforce la cohésion des équipes

La compatibilité des valeurs humaines et entrepreneuriales

- Les exigences de l'entreprise sont perçues comme compatibles avec la réalité de la vie quotidienne des salariés
- Mise en oeuvre d'une politique en faveur des femmes au sein de votre entreprise
- Construction (à terme) de la parité. Vous permettez aux mères d'envisager un parcours professionnel compatible avec leur rôle de mère

La prévention du mauvais stress

- Le sentiment d'être « écouté » et "reconnu" fait partie de la prévention du stress au travail

Les ateliers en entreprises regroupent une dizaine de mères autour d'une animatrice formée par le MMM France. Les horaires et temps d'ateliers sont adaptés en fonction des besoins de l'entreprise (petit déjeuner, formation d'après midi, en général sur une durée de 2 heures) ;

Pour mettre en place des ateliers au sein de votre entreprise, contactez nous à

info@mmmfrance.org



Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n° 55, 14 avenue René Boleysve 75016 Paris – info@mmmfrance.org

www.mmmfrance.org – CODE SIREN 449 249 713 000 16

Les bénéfices pour la ville

- L'appui à la parentalité est une **source d'apaisement** au sein des familles
- ...et dans leur **relation avec les écoles, les voisins et l'ensemble du quartier**
- Le climat de confiance, de respect des diversités sociales renforce la **cohésion sociale**
- Le sentiment d'être reconnues, fait des mères ,des **actrices efficaces de la paix** dans leur environnement direct
- Les ateliers sont également **un outil efficace d'intégration** : Le MMMFrance propose des ateliers pratiques sur le soutien scolaire en particulier adaptés à tout type de population y compris les mères nouvellement arrivées en France, en cours d'apprentissage du français

**Pour mettre en place des ateliers dans un quartier de votre ville
Contactez info@mmmfrance.org**



Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n° 55, 14 avenue René Boleysve 75016 Paris – info@mmmfrance.org

www.mmmfrance.org – CODE SIREN 449 249 713 000 16

Les ateliers du MMM France : comment ?

Une mise en place facile et rapide

Moyens humains et matériels :

- Une animatrice formée selon la méthode développée par le MMM France qui peut immédiatement animer un groupe de 6 à 10 mères sur plusieurs séances.
- **Une salle de réunion** pour 10 personnes équipée d'un matériel simple
1 paperboard, des feutres, du matériel vidéo pour projeter, un DVD, du café ou un plateau-repas

Modalités

- Chaque projet a ses contraintes propres
- Un programme sur mesure est mis en place selon les besoins et les possibilités :
exemples : petit déjeuners de mères, déjeuners, rythme hebdomadaire, mensuel ...

Les éléments de coût

- Le MMM France est une association loi 1901 à but non lucratif
- Un programme d'ateliers peut être financé soit par subvention, soit par don (mécénat ...)



Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n° 55, 14 avenue René Boleysve 75016 Paris – info@mmmfrance.org

www.mmmfrance.org – CODE SIREN 449 249 713 000 16

Le MMM France en bref

- Association loi 1901, créée en 1993 à Paris
- Membre de l'UDAF 75
- Section française d'une ONG internationale, le Mouvement Mondial des Mères, créée en 1947 ayant un statut consultatif à l'ONU
- Organisation multi-culturelle, apolitique et aconfessionnelle
- L'objet du MMM et du MMM France : promouvoir la paix et la sécurité (70 associations dans 35 pays) à travers 3 buts :

Aider les mères à assumer leurs responsabilités familiales, sociales, civiques et professionnelles

Représenter les mères dans la vie nationale française

Affirmer et faire reconnaître par l'opinion publique, dans les lois et les institutions, la fonction sociale de la mère de famille

• Informations pratiques :

Siège social :

Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n°55 - 14 avenue René Boylesve - 75016 Paris

Site internet : www.mmmfrance.org



Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n° 55, 14 avenue René Boleysve 75016 Paris – info@mmmfrance.org

www.mmmfrance.org – CODE SIREN 449 249 713 000 16

La charte de la mère – 1947

(extraits)

« La mère influence fondamentalement la vie familiale, économique, sociale et civique.

.../...

L'organisation de la vie familiale doit s'articuler autour de l'égalité de l'homme et de la femme, tout en tenant compte de leur complémentarité.

.../...

La femme doit être libre de choisir son état de vie, son orientation professionnelle ou toute autre forme d'activité. Les pouvoirs publics doivent reconnaître et non remplacer l'action éducative de la famille au travers des décisions législatives et de soutiens financiers.

.../...

Il faut promouvoir dans l'opinion publique, dans les lois et les institutions, la reconnaissance du rôle irremplaçable de la mère ».



Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n° 55, 14 avenue René Boleysve 75016 Paris – info@mmmfrance.org

www.mmmfrance.org – CODE SIREN 449 249 713 000 16

La formation de l'animatrice par le MMM France

Profil des animatrices

- Une animatrice est une mère qui travaille professionnellement ou volontairement dans un centre social ou une association. Elle déjà en lien avec des mères.

Les animatrices ont suivi une formation spécifique

- La méthode d'animation des ateliers du MMM France est issue du coaching et de la formation en entreprise.
- Elle leur a permis d'acquérir les compétences pour réaliser par la suite des ateliers de partage de savoir-faire entre mères. Ces compétences sont de trois ordres :
 - **Un savoir** : connaissance des techniques et outils de communication et ceux spécifiquement créés par le MMM France (film, guides d'animation, méthodologies...).
 - **Un savoir-faire** : les animatrices savent guider les mères grâce à un « fil rouge » d'animation afin que les mères puissent se transmettre leur savoir-faire de manière fructueuse
 - **Un savoir-être** : les animatrices maîtrisent les attitudes-clés facilitant l'échange dans le respect absolu de chaque mère.



Mouvement Mondial des Mères France

Boîte n° 55, 14 avenue René Boleysve 75016 Paris – info@mmmfrance.org

www.mmmfrance.org – CODE SIREN 449 249 713 000 16