

# SOLUTIONS

## «Bichonnage» gratuit pour les mamans

Aurélien Binato

**É**lodie, 34 ans, a reçu son premier «bichonnage» après la naissance de son troisième enfant. «Une maman a apporté une tarte curry-courgettes, une salade et un cake au chocolat pour toute ma famille, avant de rester boire un thé. Avec un nouveau-né, les premiers temps sont compliqués. C'était super de ne pas avoir à se soucier de préparer le repas ce jour-là, de simplement mettre les pieds sous la table...» Élodie a bénéficié du réseau d'entraide romand gratuit Supermamans, créé par la Lausannoise Elisa Kerrache, implanté dans les cantons romands pour soutenir les jeunes mamans et renforcer les liens sociaux autour d'elles.

Le concept: des «mamans cadeau» bénévoles cuisinent et apportent un repas à des jeunes mères: les «mamans à bichonner». L'an passé, 651 familles romandes en ont bénéficié; 1481 «mamans cadeau» sont actuellement enregistrées.

**Partager et échanger sur le vécu**  
Supermamans démarre en 2015, inspiré d'un modèle français. «Cette solidarité m'a touchée, raconte Elisa Kerrache. J'ai eu la chance d'être très entourée à la naissance de mon premier enfant et cela m'a tellement aidée que j'ai voulu en faire profiter d'autres.»

Le succès est immédiat. «J'ai réalisé que cela répondait à un vrai besoin et j'ai créé une association.» L'antenne genevoise démarre en 2016. L'an passé, 52 bichonnages ont eu lieu, «en majorité sur la Rive droite, la gauche est moins active», rapporte Romaine, maman responsable bénévole de l'antenne genevoise.

La maman cadeau indique sur la plateforme son périmètre d'action. Puis une «maman contact» de l'association lui envoie un Doodle avec les disponibilités d'une mère à bichonner dans ce périmètre. «Nous établissons le premier contact; ensuite c'est aux mamans de confirmer le rendez-vous, d'indiquer combien de personnes mangent, s'il y a



Grâce à l'initiative Supermamans, les jeunes mères peuvent bénéficier de l'appui de bénévoles solidaires. GETTY IMAGES

### Retour à la maison

De retour à la maison, les jeunes parents peuvent avoir de nombreuses questions et inquiétudes. Une sage-femme qui vient à domicile assure un suivi et un soutien. Des consultations - Imad, HUG, Arcade sages-femmes - offrent aussi une écoute. L'association Supermamans se veut un complément pour soulager les parents en préparant un repas et en offrant un moment de convivialité. **A.T.**

des allergies, etc.», précise Elisa Kerrache. Le jour J, la «maman cadeau» dépose son repas et «souvent, elle partage aussi un moment de convivialité. Le but est de permettre la transmission de vécu, d'échanger sur ses expériences.»

### «Offrir ce service à d'autres»

La «maman à bichonner» a droit à cinq visites maximum, réparties sur plusieurs jours ou semaines, au maximum deux mois après son retour à la maison. «Que ce soit son premier ou son quatrième enfant, qu'elle soit dans le besoin ou non,

peu importe, chacune a le droit qu'on prenne soin d'elle.» En général, la jeune mère commence à recevoir des repas dans les deux semaines suivant son accouchement, rapporte Elisa Kerrache. Mais cela prend parfois plus de temps. Par la suite, la maman bichonnée n'a aucune obligation de rendre la pareille. «Ça doit rester un service qui marche à l'envers», souligne la Lausannoise. Élodie, elle, n'a pas hésité à devenir maman cadeau sur son mercredi de congé. «J'avais envie de pouvoir l'offrir à d'autres mamans.» Elle en est à son dixième bichon-

nage, souvent avec l'aide de ses deux filles. «Elles adorent ça, c'est un moment de partage et elles savent que c'est utile.» Les «mamans cadeau» sont surtout des femmes, mères de petits ou d'adolescents, «mais nous avons aussi quelques grands-mères, des personnes sans enfants et quelques papas qui viennent en couple».

L'association, reconnue d'utilité publique par le Canton de Vaud, fonctionne grâce aux cotisations de ses membres, à des donateurs, du bénévolat et du produit de ventes de gâteaux et d'artisanat.