



Simplement Parents

Rapport d'Activité

Année 2009

SOMMAIRE

Mot de la Présidente

Présentation de l'association / historique

Conseil d'administration

Les temps forts de 2009

Nos activités

 Les ateliers

 Les permanences / les réunions

 Les rencontres ponctuelles

Quelques chiffres

Nos projets pour 2010

Mot de la Présidente

Après bientôt deux ans d'existence, Simplement Parents rassemble plus d'une centaine d'adhérents, provenant de tout le Nord Isère.

Les réunions, les ateliers et les permanences sont autant d'occasions d'échanger et de se soutenir entre parents. Le forum en ligne permet d'entretenir et d'enrichir les liens créés entre les adhérents, et aussi d'échanger avec d'autres personnes, trop éloignées géographiquement pour participer à nos rencontres.

Les deux conférences organisées en 2009 ont rencontré un franc succès, ainsi que le goûter de Noël et la « troc party ». Des expériences à renouveler.

Avec des adhérents toujours plus dynamiques et enthousiastes, l'association a de beaux jours devant elle !

Je tiens à remercier les membres du conseil d'administration, qui malgré une vie de famille bien remplie et une activité professionnelle pour certaines, savent trouver l'énergie nécessaire pour contribuer à la vie de l'association.

Julie CASALS, présidente

Présentation de l'Association

L'association *Simplement Parents*, basée en Nord-Isère, a pour but de créer des lieux de rencontre, d'information et d'échange pour les parents.

Nos principaux objectifs :

- permettre aux futurs/jeunes parents de se rencontrer
- rassembler et diffuser des informations claires et objectives concernant la grossesse, l'accouchement, l'accueil du nouveau-né, l'allaitement maternel ;
- transmettre nos savoir-faire (allaitement, portage et massage des bébés, couches lavables, Parole en Signe, éducation respectueuse) ;
- proposer nos activités directement aux particuliers, et aux professionnels (petite enfance, maternité, santé) pour eux-mêmes ou pour leurs publics respectifs.

Nous organisons des réunions à thèmes, des ateliers d'apprentissage et des permanences.

Nous proposons à nos adhérents des tarifs réduits pour les ateliers, la location d'écharpes porte-bébé et de couches lavables, le prêt de tire-lait, de livres et de revues, et des tarifs préférentiels chez nos partenaires.

Notre siège social est aux Avenières, en Nord Isère (38630), à moins d'une heure de route de Lyon, Grenoble ou Chambéry.

Historique

L'association *Simplement Parents* a vu le jour en février 2008, suite à la rencontre de trois jeunes femmes et mamans : Esther, Delphine et Julie.

Fortes de nos expériences respectives dans d'autres groupes de parents, nous souhaitons mettre en commun nos compétences (soutien à l'allaitement, ateliers portage et Signe Avec Moi) pour proposer diverses activités autour de la parentalité.

Nous n'avons eu aucun mal par la suite à trouver de nouveaux adhérents, tout simplement parce que nous étions la seule association de ce type en Nord Isère.

A ce jour nous comptons plus 100 adhérents et nous avons développé notre panel d'activités, grâce à nos membres toujours plus motivés !

Le Conseil d'Administration

Les Membres du Bureau

La Présidente :	Julie CASALS
La Vice-Présidente :	Bérénice BART
La Secrétaire :	Séverine DEL REY
La Trésorière :	Aurélie NEIGE-DAUMAS

Les Membres Actifs

Laurence BEUTLER
Sandrine JUGE
Sandra LOPEZ
Delphine WALTZ

Les temps forts 2009

Parmi tous nos rendez-vous durant l'année 2009, nous avons relevé quelques évènements qui ont marqué les différents acteurs de l'association.

- Conférence "Jacques SALOME" avec Huguette VIDAL

Le 11 juin, Huguette VIDAL a tenu une conférence sur la relation parents-enfants selon l'approche de Jacques Salomé. Cette soirée a rassemblé une quarantaine de personnes.

- Conférence sur la psychomotricité libre

Le 12 novembre, Françoise Auclair, psychomotricienne nous a présenté la théorie de la motricité libre selon la réflexion Pickler Loczy.

La soirée a été très animée et riches en questions/réponses. Elle a réuni une trentaine de personnes.

- REAAP, participation à la journée départementale

Nous avons été référencé par le Réseau d'Ecoute, d'Appui et d'Accompagnement aux parents.

Une journée de rencontre départementale à laquelle nous avons participé, a été organisée le 12 octobre et nous a permis de rencontrer beaucoup de professionnels de la petite enfance.

- CIANE

Sandra et Julie sont déléguée auprès du CIANE (Collectif Interassociatif Autour de la Naissance).

A ce titre, nous avons l'agrément pour représenter les usagers au sein de différents instances de la périnatalité (réseau de périnatalité, commissions régionales de la naissances, commissions de relation aux usagers - CRU - des hôpitaux,...).

- Le succès de notre forum

Notre forum rencontre un fort succès. Il compte aujourd'hui 106 membres inscrits et est devenu notre principal moyen de communication.

Nos activités

Les Ateliers Parentalité

Ateliers "Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent"

Nous souhaitons tous mieux communiquer avec nos enfants en évitant les disputes inutiles et l'énerverment mutuel et améliorer les relations dans la fratrie. Mais ce n'est pas toujours facile ... Simplement Parents propose donc des ateliers "Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent", et "Frères et sœurs sans rivalité" basé sur les habiletés décrites par Faber et Mazlish.

Objectif de ces ateliers : acquérir des outils de communication qui vont nous permettre de mieux dialoguer avec nos enfants tout en leur permettant de devenir des adultes autonomes et responsables. Les outils (ou "habiletés") acquis peuvent aussi servir dans notre vie quotidienne, avec nos proches, nos collègues, ...

Ces ateliers sont animés par **Sandrine JUGE**, formée à la communication non violente, à l'écoute et à l'aide aux personnes et animatrice du Groupe Allaitement à Chambéry.

Activité en 2009

3 ateliers de 6 ou 7 séances chacun ont été organisés.

Le premier atelier "Ecouter pour que les enfants parlent, Parler pour que les enfants écoutent" a démarré en mars 2009 au foyer de Veyrins Thuellin et a rassemblé 10 participants, présents à chaque séance se déroulant le samedi après-midi.

S'agissant d'un premier atelier, l'association a proposé un tarif préférentiel et a donc enregistré un chiffre d'affaire de 400€.

Le deuxième atelier a démarré en septembre 2009 et a rassemblé 8 participantes pour un chiffre d'affaire s'élevant à 640€.

Un atelier "Rivalité Frères, Soeur" a rassemblé 6 participantes pour un chiffre d'affaire s'élevant à 320€.

Les Ateliers Portage

Le portage en écharpe

- Satisfait le besoin de contact du bébé et celui (ne l'oublions pas !) de ses parents ;
- Calme les pleurs et les coliques du nourrisson : le contact et les mouvements le rassurent, et facilitent sa digestion ;
- Favorise son endormissement, notamment lors des « pleurs du soir » (moins fréquents chez les bébés portés dans la journée...) au cours des premiers mois, et assure un sommeil de meilleure qualité ;
- Permet à l'adulte d'identifier plus facilement les besoins du nourrisson, donc d'y répondre plus rapidement et plus efficacement (relation de confiance) ;
- Participe au développement psycho-moteur : stimule l'oreille interne du bébé, responsable du sens de l'équilibre, et favorise l'éveil tout en évitant la sur-stimulation (c'est l'enfant qui choisit de se tourner vers l'extérieur ou de se blottir contre l'adulte qui le porte) ;
- Respecte le dos du porteur (répartition optimale du poids, au plus près du centre de gravité) et celui du bébé (son dos est entièrement soutenu, en position physiologique) et prévient les problèmes de hanches grâce à la position « grenouille », bassin ouvert et genoux repliés ;
- Redonne du temps libre aux parents : à la maison (travaux ménagers, jeux avec les plus grands, occupations diverses) et à l'extérieur (promenades, soirées chez des amis, concerts, voyages, courses...) - poussette et lit d'appoint deviennent inutiles, et le bébé pleure rarement dans l'écharpe ;

Différents ateliers sont animés par **Julie CASALS**, formée par "Je Porte Mon Bébé" et **Bérénice BART**, formée par "Je porte mon enfant, tout un art" :

Un atelier d'initiation, un atelier portage devant, un atelier portage dos et hanche, et un atelier perfectionnement.

Activité en 2009

Un total de 31 ateliers ont été proposés durant l'année. Ils ont rassemblé 79 participants et ont représenté un chiffre d'affaire **de CHIFFRE**

Les portes-bébé du monde

Laurence BEUTLER, maman passionnée par les couches lavables, l'est aussi par les différents portes-bébé qui existent à travers le monde.

Elle a donc eu l'excellente idée de proposer aux adhérents de les découvrir lors des permanences à Veyrins-Thuellin et a rencontré un fort succès !

Des portes-bébés ont alors été mis à la disposition des adhérents sous forme de prêt, dans un premier temps, puis de location.

Activité en 2009

8 personnes ont loué un porte-bébé pour un chiffre d'affaire de 108 €.

Des commandes groupées pour des achats de porte-bébé ont également été mis en place, ce qui permet aux adhérents de bénéficier de remises.



Les Ateliers Massage bébé

Depuis des années et sur tous les continents, le massage bébé est une tradition qui se perpétue de mère en fille.

Masser son bébé c'est utiliser un toucher sain qui va nourrir sa peau et surtout ses émotions.

Le massage permet de renforcer le lien d'attachement entre les parents et l'enfant. Il permet aussi de soulager certains petits maux comme les coliques, flatulences ou encore poussées dentaires.

Notre mode de vie est souvent stressant. C'est pourquoi il est important de partager un moment privilégié avec son bébé, un moment de détente et de bien-être...

L'association propose donc des ateliers Massage Bébé enseignés par une instructrice certifiée par l'AFMB (Association Française de Massage Bébé) qui permettent d'acquérir de manière progressive une technique de massage élaborée par Vimala McClure et utilisée dans le monde entier.

Cet atelier est animé par **Séverine DEL REY**, Instructrice en massage bébé certifiée par l'Association Internationale de Massage Bébé.

Activité en 2009

5 ateliers de 4 et 5 séances ont été proposés.

Les 3 premiers ateliers ont été proposés gratuitement car Séverine était en cours de certification. Ils ont rassemblé 10 participants. Les deux ateliers suivants sont toujours en cours et rapportent un montant total de 200 € pour 5 participants.

Les Ateliers Parole en Signe

Les enfants sont capables de communiquer par gestes bien avant de pouvoir le faire oralement.

L'utilisation de la langue des signes permet aux enfants "préverbaux" de disposer rapidement d'un large vocabulaire pour s'exprimer et être mieux compris de leur entourage en attendant que la parole se mette en place.

Cet atelier est animé par **Delphine**, formée par "Signe Avec Moi".

Désirant proposer des ateliers aux bébés ainsi qu'aux enfants plus grands, elle a créé sa propre association "Parole en Signe"

Activité en 2009

Delphine a eu l'occasion de faire un atelier durant cette année et a rassemblé une dizaine de participants.

Elle a proposé de faire son dernier cours au zoo de Fiti lieu, ce qui a permis de rassembler une vingtaine d'adhérents et leur famille et de partager un excellent après-midi !



Les Couches Lavables

Par souci d'économie, de réduction de déchets et de bien-être pour bébé, les couches lavables sont une alternative intéressante aux couches jetables.

Pratiques, elles ont largement évolué depuis les langes de nos grands-mères. Elles sont maintenant faciles à mettre et faciles à entretenir.

Douces et souples, c'est un véritable confort pour bébé qui a sa peau qui respire dans des tissus tout doux, contrairement au plastique des couches jetables.

Saines, les couches lavables sont dénuées de produits chimiques, de parfums ou de gels absorbants.

Economiques, on réalise de réelles économies en investissant dans des couches lavables.

Jolies, le choix est quasi infini, on trouve tous les coloris et matières souhaités, changer bébé peut devenir un véritable bonheur!!!!

Notre référente en couches lavable est **Laurence BEUTLER**, toute nouvelle chef d'une entreprise de location de couches lavable. Elle est donc à l'affût des nouveautés et des produits de qualité.

Activité en 2009

Onze commandes groupées d'un montant total de 5910€ ont été effectuées cette année.

Le bénéfice pour l'association est de 5% soit 295,50€. Ce bénéfice a été utilisé pour l'achat de nouvelles couches mises en locations et accessoires divers.

Un système de location de couches lavables, qui a rapporté 374€ pour 25 locations a été mis en place en 2009 puis arrêté, au vue des difficultés d'organisation. Seuls 2 kits naissance restent à la location.

Les ateliers créatifs

Les ateliers coutures/art créatif

Cécile, passionnée de couture a proposé des cours de couture à thème comme la fabrication de couches lavables, de vêtements pour enfant (robe, sarouel...).

Elle a rassemblée en 2009, 9 participantes qui sont venues régulièrement à ses ateliers qui ont eu lieu à son domicile ou au foyer.

Elle a aussi proposé des ateliers de serviettage.

Ne pouvant plus assurer ses ateliers, elle reste toujours disponible sur le forum et est d'excellents conseils pour toutes les questions techniques des adhérents.

L'atelier Loisirs créatifs

Aurélie, adhérente diplômée dans l'animation socioculturelle a proposé un atelier créatif pour les enfants sur le thème de Pâques.

Ce fut un après-midi de partage et de plaisir entre les enfants mais aussi entre les parents.

Ce concept sera à renouveler courant 2010.

Nos Permanences, Réunions

Nous précisons que toutes nos permanences, réunions et conférences sont gratuites et ouvertes à tout public, adhérents ou non, professionnels ou toute personne intéressée par le sujet.

Les Permanences

Une permanence régulière a lieu au foyer de Veyrins –Thuellin qui nous est prêté gracieusement par la mairie, tous les premiers lundi de chaque mois de 14h à 17h.

Elle permet aux adhérents de se rencontrer, d'échanger, de partager en toute convivialité et aux autres personnes de venir découvrir l'association et s'informer sur ses différentes activités et de pouvoir adhérer.

Lors de ces permanences, les adhérents peuvent louer des livres, essayer et/ou louer des portes-bébé, des écharpes et des couches, ou encore emprunter un tire-lait gratuitement...

Activité en 2009

12 permanences ont été tenues pendant l'année 2009.

Chaque permanence regroupe en moyenne une dizaine de personnes (hors membres du CA) et leurs enfants.

Les réunions Naissance

Nous souhaitons aider les futurs parents à vivre une naissance la plus respectueuse possible, tant pour le bébé à venir que pour eux-mêmes. Nous voulons mettre à leur disposition des informations permettant de faire des choix "éclairés" concernant la période périnatale.

Nous organisons régulièrement des "réunions naissance" pour permettre aux futurs/jeunes parents de partager leurs expériences ou d'exprimer leurs ressentis concernant la grossesse, l'accouchement, l'accueil du nouveau-né, l'allaitement...

Ces réunions sont animées par Julie Casals, membre du CIANE.

Activité en 2009

Simplement Parents est devenu membre du CIANE (Collectif Interassociatif Autour de la Naissance) cette année.

A ce titre, nous avons l'agrément pour représenter les usagers au sein de différents instances de la périnatalité (réseau de périnatalité, commissions régionales de la naissances, commissions de relation aux usagers - CRU - des hôpitaux,...).

En 2009, 3 réunions naissance ont été organisées et on réunit une vingtaine de personnes.

Les réunions Allaitement

Dans notre société, depuis 30 ou 40 ans, les pratiques autour de l'allaitement se sont perdues. Les mamans ont perdu l'habitude d'allaiter et les médecins ont perdu le savoir nécessaire.

Aujourd'hui, on redécouvre les bienfaits de l'allaitement mais on n'a plus les repères nécessaires pour mener correctement à bien un allaitement (positions, pratiques, exemples autour de soi, ...). Du coup, ce geste qui devrait être simple et naturel devient compliqué et source de questions et d'angoisses et il est difficile de tenir le coup, tiraillée entre la difficulté d'allaiter et la culpabilité face au sevrage.

Pour aider les parents dans leur choix avant la naissance de leur enfant puis les soutenir durant l'allaitement, Simplement Parents organise des réunions allaitement où les mamans (et les papas !) peuvent se rencontrer et échanger librement sur ce sujet.

Activité en 2009

6 réunions allaitement ont eu lieu au foyer de Veyrins et ont réunit une quarantaine de personnes.

Ces réunions allaitement sont animées par Sandrine (Animatrice du groupe allaitement de Chambéry) ou Cécile.

Les réunions Parentalité

Nos réunions parentalité sont d'abord et avant tout des réunions ... de parents !

Parce qu'on est parfois pris dans le quotidien et qu'on n'arrive pas à prendre du recul ...

Parce qu'on reproduit parfois des comportements qui ne nous plaisent pas...

Parce qu'on ne s'y retrouve plus, entre le discours de l'entourage, nos convictions personnelles, ce qu'on entend autour de nous, ... Parce qu'on doute toujours, qu'on ne sait jamais si on fait bien pour nos enfants ...

Parce qu'être parent, c'est parfois compliqué tout simplement ...

Nos réunions parentalité se veulent donc un moment où nous nous retrouvons pour parler de nos joies, nos peines, nos difficultés ou nos succès avec nos enfants, grands et petits. Un moment où nous pouvons échanger librement entre parents, en toute liberté et dans le respect des idées de chacun, afin de trouver des solutions respectueuses de nos enfants et de leur besoin mais qui leur permettent de s'insérer dans la société et de s'épanouir.

Un moment pour les parents, tout simplement ...

Ces réunions sont animées par Sandrine JUGE. Les parents viennent échanger à propos des enfants. Ces échanges débouchent généralement sur des problématiques plus générales (histoires personnelles et familiales, couple, affirmation de soi...)

Activité en 2009

En février 2009, nous avons mis en place une réunion parentalité par mois. Cette réunion remportant un franc succès, elle est devenue bimensuelle à partir de septembre.

Une réunion mensuelle est destinée aux thèmes concernant les nourrissons (0-18 mois), l'autre aux enfants de plus de 18 mois.

On compte entre 2 et 10 personnes soit une moyenne de 6 participants par réunion.

Nos rencontres ponctuelles

La sortie au zoo de Fitialieu

Delphine a proposé son dernier cours de langage des signes au zoo afin d'apprendre à signer les animaux.

De nombreux adhérents sont venus se joindre au groupe, ont pu bénéficier du tarif d'entrée réduit et ont partagé un goûter commun.

Cette journée ensoleillée fut riche en rencontres (certains adhérents venant de loin) et très agréable pour les enfants.

La Troc Party

En décembre, l'association a organisé une troc party. Le principe a été d'échanger des objets divers et variés (vêtements, accessoires, jouets, livres, petit électroménager etc...).

De nombreux adhérents se sont déplacés, ont pu échanger ou non leurs objets en toute convivialité et ont demandé à renouveler cette rencontre.

Le goûter de Noël

Comme l'année précédente, un goûter de Noël a eu lieu au foyer de Veyrins en décembre.

Il a rassemblé 30 adultes qui ont partagé un jus de pomme chaud et quelques petites gourmandises et 35 enfants qui ont pu jouer avec les jouets loués à la ludothèque des Avenières.

Nos Objectifs pour 2010



Poursuivre les ateliers mis en place



Recruter de nouvelles animatrices (ou animateurs) d'ateliers, portage/allaitement/Parole en Signe notamment.



Organiser une bourse aux vêtements en mars.



développer les rencontres familiales à l'extérieur (comme la sortie au zoo).



Organiser des conférences avec une Ostéopathe, une psychologue clinicienne et écrivain telle que Isabelle filliozat.



Demander des subventions (pour financer ces conférences en particulier)



Obtenir un local fixe



Programmer des permanences dans d'autres zones géographiques (Villefontaine, Bourgoin Jallieu, Les Terres Froides)