

L'Association 1000 jours ensemble, espace d'entraide et de soutien à la parentalité

À Fontainebleau, la sage-femme Bertille Sève et une équipe de professionnelles ont créé l'Association 1000 jours ensemble, un projet collectif destiné au soutien des parents et à l'accompagnement des mille premiers jours de l'enfant.



L'éducatrice de jeunes enfants Christelle Bardez anime un atelier d'apaisement et relaxation de l'enfant avec son parent.

“
On partageait
la même envie
de faire un
accompagnement
post-natal, et de
créer un espace
d'échanges et de
soutien pour les
parents
”

Bertille Sève,
sage-femme

Créée en 2022, l'Association 1000 jours ensemble accompagne les familles du début de la grossesse jusqu'aux trois ans de l'enfant, en proposant des ateliers thématiques et des temps d'échanges. Le projet est né de la rencontre entre la sage-femme Bertille Sève et d'autres professionnelles de la périnatalité : la psychologue Marie Canteloup-Escure, l'infirmière puéricultrice Alice Gioberti et la kinésithérapeute Estelle Calvo. Ensemble, elles ouvrent d'abord le cabinet périnatal La Chrysalide, pour accompagner les femmes avant et après la grossesse. Mais rapidement, vient l'idée d'aller plus loin en créant une association consacrée à la parentalité.

L'union des compétences pour accompagner les familles

« En tant que sage-femme, je proposais à mes patientes les séances classiques de préparation à la naissance, mais j'ai senti que ce n'était pas suffisant. Avec les professionnelles de l'Association 1000 jours ensemble, on a réalisé qu'on partageait la même envie de faire un accompagnement post-natal, et de créer un espace d'échanges et de soutien pour les parents », explique Bertille Sève, sage-femme et présidente de l'association. Alice Gioberti, infirmière puéricultrice, ajoute : « Il existait déjà quelques associations sur le territoire, mais finalement assez peu de ressources par rapport aux besoins identifiés.

Les familles exprimaient le besoin d'être accompagnées, de se rencontrer et de rompre avec l'isolement. De là est née l'idée de créer une association avec des ateliers et des groupes d'entraide. Au fur et à mesure, on a affiné les propositions par rapport aux demandes des familles. »

Soutenue par la pédopsychiatre Claire Van den Hove et des médecins, dont la pédiatre Bernadette Lavollay, l'Association 1000 jours ensemble est lancée en 2022. Des professionnel.le.s aux profils variés (éducateur.rice.s spécialisé.e.s, pompiers, diététicien.ne.s, sophrologues...) ont rejoint les praticiennes de La Chrysalide et aujourd'hui, une grande diversité d'ateliers est proposée, comme l'initiation aux gestes de premiers secours, la santé environnementale, l'éveil psychomoteur, la diversification alimentaire, le massage bébé, etc. Une adhésion annuelle de vingt euros permet aux parents de participer à tous les ateliers, de façon illimitée.

Des ateliers qui répondent aux besoins des familles

En cette matinée de février, la salle d'atelier est recouverte d'un grand tapis où sont éparpillés des jouets sensoriels. Christelle Bardez, éducatrice de jeunes enfants, accueille trois couples mères-enfants pour un atelier d'apaisement et relaxation du bébé. Arrivée dans l'association il y a un an et demi, l'intervenante assure l'animation d'ateliers et la coordination de l'association. « *En tant qu'éducatrice de jeunes enfants, j'ai longtemps travaillé dans un hébergement d'urgence mère enfant, mais la fonction publique ne me convenait pas et la hiérarchie n'était pas bienveillante. Avec cette association, j'ai trouvé un cadre bienveillant où je peux être avec les familles. C'est ce qui fait sens pour moi. J'anime également des ateliers payants à côté, mais le fait d'agir à travers une association subventionnée permet de toucher plus de familles* », raconte-t-elle.

Au début de l'atelier, Christelle Bardez recueille les ressentis des mamans, qui racontent la fatigue, les nuits difficiles, les problèmes de digestion du nourrisson. Ces temps d'échanges sont importants pour elle : « *J'apprécie ces moments car les familles*



Bertille Sève et Alice Gioberti, fondatrices de l'association



Christelle Bardez anime un atelier d'apaisement et relaxation.

arrivent avec leur vécu, et me racontent, par exemple, comment s'est passée leur nuit. C'est ce qui va guider la séance. Même si j'ai prévu le déroulement de l'atelier, je m'adapte avant tout aux familles. »

Sur un poupon de portage, l'animatrice fait la démonstration de techniques pour apaiser le bébé, telles que le massage des pieds ou le bercement avec un tissu Rebozo. Tout au long de l'atelier, les participantes échangent leurs impressions et leurs expériences, sur l'accouchement et les premiers mois du bébé, tandis que Christelle Bardez leur donne des conseils et les incite à se faire confiance. Bercés par leurs mères, ou allongés sur le tapis, les bébés s'endorment au cours de la séance, qui se termine par l'écoute de sons apaisants.

Pour Camille, participante avec son fils de dix mois, cet atelier est le deuxième auquel elle assiste : « *Ces ateliers permettent de*

“
Avec cette association, j'ai trouvé un cadre bienveillant où je peux être avec les familles. C'est ce qui fait sens pour moi
”

Christelle Bardez,
éducatrice de
jeunes enfants



L'association propose des ateliers, cercles de parents et événements.

“
Ces ateliers permettent de rencontrer d'autres mamans et de socialiser les bébés, d'autant plus que mon fils ne peut pas aller à la crèche pour sa première année, en raison de problèmes de santé
 ”

Camille,
 participante avec son fils de dix mois

Page web de l'association
 1000 jours ensemble sur helloasso



rencontrer d'autres mamans et de socialiser les bébés, d'autant plus que mon fils ne peut pas aller à la crèche pour sa première année, en raison de problèmes de santé. C'est aussi l'occasion d'avoir des réponses aux questions qu'on se pose, en tant que maman d'un premier bébé pour moi. J'apprécie le fait qu'on soit dans la bienveillance et pas dans le jugement ». Juliette, venue avec son fils de deux mois pour la première fois, a également beaucoup aimé l'atelier : « Il m'a permis à la fois d'apprendre des méthodes et outils de relaxation, et d'échanger avec d'autres parents. »

Des rencontres pour favoriser l'entraide et la confiance parentale

À côté des ateliers, l'association propose divers événements (cinés-débats, conférences...) et organise régulièrement des cercles de futures et jeunes mamans, ainsi que des cercles de papas. « Beaucoup de personnes sont isolées, et le fait de rencontrer d'autres parents qui vivent la même expérience permet de se rendre compte qu'elles ne sont pas seules à traverser ces difficultés », détaille Bertille Sève. Pour Alice Gioberti, ces temps d'échanges répondent à un besoin des familles : « On s'aperçoit à quel point les contacts se nouent entre parents, ce qui permet des échanges en dehors du cadre de l'association. Il y a une véritable entraide qui se met en place. » Depuis 2024, l'association a lancé le projet Pères d'avenir, des temps d'échanges pour les pères et futurs pères de deux quartiers de la ville d'Avon, mis en place dans le cadre de la politique de la ville.

Animées par un éducateur spécialisé, ces rencontres permettent de valoriser la place du père et de renforcer son rôle dans l'éducation des enfants.

Un projet collectif récompensé par un prix en maïeutique

Financée par la Caf et la CPAM de Seine-et-Marne, et soutenue par les mairies de Fontainebleau et Avon, l'Association 1000 jours ensemble favorise le maillage partenarial, en relayant les actions d'autres acteurs locaux, tels que la protection maternelle infantile, la maternité ou la crèche.

Pour les projets menés au sein de l'Association 1000 jours ensemble, Bertille Sève a reçu le prix solidaire en maïeutique (prix clinique) du Collège national des sage-femmes de France et de l'Institut Cerba. « Je n'aurais pas pu mener ce projet seule. Au début, on était quatre et aujourd'hui, on est une vingtaine, avec des compétences variées et complémentaires qui apportent une grande richesse à l'association », déclare la sage-femme, qui conclut : « Ce qui me passionne, c'est l'aventure humaine que constituent la grossesse et l'accueil d'un bébé. En tant que sage-femme, je ne peux pas répondre à tous les besoins des parents, et de fait, je suis contente d'être aujourd'hui entourée d'autres professionnel·les. Il a fallu du temps pour que le bouche-à-oreille se fasse, mais aujourd'hui, on voit que l'association devient de plus en plus connue, et qu'elle plaît aux familles. »

Sophie Vo