



RAPPORT D'ACTIVITÉ

2023



ANNÉE 2023

**RAPPORT
D'ACTIVITÉ**

ASSOCIATION MONO PARENTHÈSE

monoparenthese.fr

SOMMAIRE

01

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

02

LES OBJECTIFS DE
L'ASSOCIATION

03

LES CHIFFRES DE
L'ASSOCIATION

04

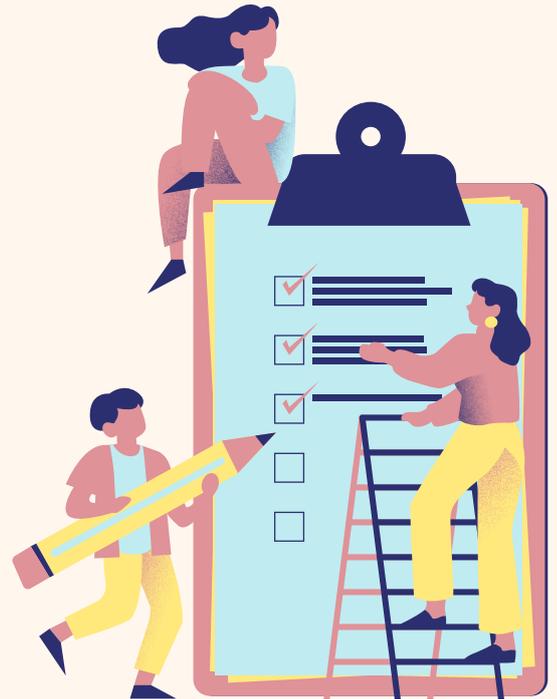
LES ACTIVITÉS EN 2023

05

LES PARTENAIRES

06

RAPPORT MORAL ET
ORIENTATIONS 2024



LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Voilà déjà 2 ans d'activité pour l'association MONO PARENTHÈSE. Après un premier bilan fin 2022, nous constatons que nos actions et nos valeurs correspondent à une réelle demande de la part des parents solos.

Le bilan 2023 fait apparaître une augmentation importante du nombre d'adhérents. Nous essayons d'augmenter et de diversifier l'offre des activités proposées en partenariat avec d'autres associations qui partagent nos valeurs : accueil, soutien, répit et lien social. Nous restons à l'écoute des besoins des parents solos et nous avons développé nos activités sur Villefranche-sur-Saône et ses alentours.

Des projets pour 2024 pour faire entendre les besoins de la monoparentalité et ses difficultés.

Je tiens à remercier nos partenaires : la CAF du Rhône, le Département du Rhône, l'UDAF du Rhône et de la Métropole et les associations partenaires.

Enfin un grand merci à tous les bénévoles impliqués dans cette association et sans qui elle n'existerait pas !

Grâce DERSY
Présidente



" Sortir de la solitude, rencontrer des gens, faire des activités, prendre du temps pour soi n'est pas simple pour les parents solos.

Ne plus se sentir seul(e), participer à des espaces de rencontres et de répit.

L'association MONO PARENTHÈSE : Une parenthèse pour les parents solos ! "





LES OBJECTIFS ET LES MISSIONS DE L'ASSOCIATION

L'ASSOCIATION PROPOSE DES ESPACES DE RENCONTRE, D'ENTRAIDE ET DE RÉPIT QUI PERMETTRONT :

- de prévenir les situations d'épuisement et les ruptures de parcours
- de lutter contre l'isolement et de créer du lien social autour des familles
- d'améliorer le bien-être de l'enfant et/ou des parents

MONO PARENTHÈSE PROPOSE :

- des groupes de parole des parents solos animés par un(e) psychologue clinicien(ne)
- des conférences
- des sorties en famille : balades, pique-niques, visites musées par exemple
- des moments de répit comme du yoga parents/enfants, des moments conviviaux et des sorties culturelles en famille

NOTRE MISSION

L'objectif principal de notre projet est de soutenir et d'accompagner les familles ou futures familles monoparentales dans le respect de leur vie privée et sans jugement de valeur.

NOS VALEURS

Accueil - Soutien - Répit
- Lien social

L'ASSOCIATION EN CHIFFRES



BUREAU ET CONSEIL D'ADMINISTRATION

11 Membres du conseil
d'administration

7 réunions sur l'année

4 Membres du bureau

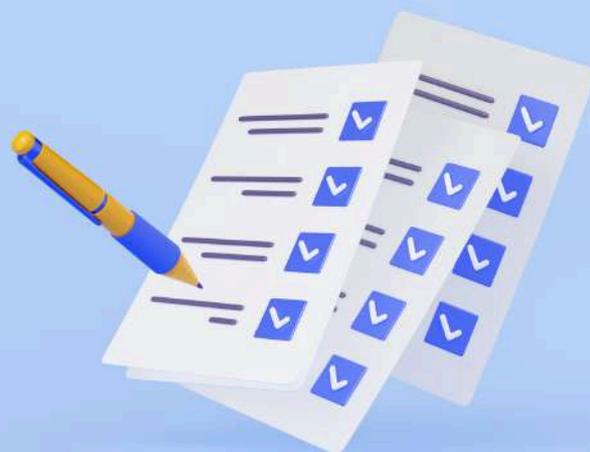
5 réunions sur l'année



NOMBRE
D'ADHÉSIONS 2023

77

dont 11 adhésions de soutien



NOS CHIFFRES CLÉS



77

Adhérents

77 dont 11 adhésions de soutien



26

Événements

Les groupes de parole, des ateliers créatifs pour les enfants, yoga parents enfants, conférences, brunchs, balades



11

Bénévoles

Une équipe de bénévoles, grâce à qui cette association existe.



2

Antennes

Lyon 7ème et Villefranche-sur-Saône



4

Partenaires

Le Département du Rhône, UDAF69, Caf du Rhône, Fondation FDJ



7

Collaborations

Centre Social Quartier Vitalité, Yoga Wazo, Les ateliers de la Grenouille Zen, Rire et Zen attitude, MDR de Villefranche, Association Les P'tits Sages, Marie Costa



LES ACTIVITÉS DE MONO PARENTHÈSE

À LYON

Activité		Données / Résultat
Groupe de parole	8 groupes de parole de janvier 2023 à décembre 2023 animés par une psychologue	<ul style="list-style-type: none">• 48 enfants accueillis par une intervenante plasticienne• 59 participants
Yoga parents enfants	9 ateliers, animés par une professeure diplômée de yoga de janvier à fin décembre 2023	63 binômes parent/enfant participants
Balades pédestres familiales	<ul style="list-style-type: none">• 1 randonnée en famille au Bois de Serres• 1 balade en famille au Domaine de Lacroix Laval	<ul style="list-style-type: none">• 5 adultes participants et 6 enfants• 3 participants et 4 enfants
Conférence	1 conférence	<ul style="list-style-type: none">• 13 enfants accueillis• 16 participants

LES ACTIVITÉS DE MONO PARENTHÈSE

À LYON



Activité		Données / Résultat
Brunch de juin 2023	Invitation des familles adhérentes ou futures adhérentes en partenariat avec le centre social Quartier Vitalité	8 participants et 7 enfants
1 initiation au yoga du rire	En partenariat avec l'association Rire et Zen attitude	7 adultes et 3 enfants
Événements conviviaux	Galette des rois en Janvier 2023	8 adultes participants et 10 enfants
Sortie culturelle	1 sortie au Musée des Confluences avec 1 guide	5 adultes et 5 enfants



LES ACTIVITÉS DE MONO PARENTHÈSE

À VILLEFRANCHE

Activité		Données / Résultat
Groupe de parole	L'activité n'a pas pu démarrer	
Yoga parents enfants	1 atelier animé par une professeure de yoga	3 binômes parents/enfants
Conférence	1 conférence en octobre 2023	12 participants et 5 enfants accueillis
Brunch	Brunch d'inauguration en mai 2023	7 participants et 7 enfants
Événements conviviaux	<ul style="list-style-type: none"> • 1 pique-nique en juillet 2023 • 1 repas de Noël en décembre 2023 	<ul style="list-style-type: none"> • 7 participants et 7 enfants • 6 participants et 7 enfants



LE GROUPE DE PAROLE DES PARENTS SOLOS

- Échanger entre « pairs », parler de son histoire personnelle en toute bienveillance, être écouté par les autres avec l'aide d'un(e) psychologue
- Éviter l'isolement
- Se déculpabiliser
- Établir des relations personnelles entre les participants
- Prendre de la distance par rapport à l'événement ou la situation que l'on est en train de vivre
- Mettre en commun des expériences

SOUTIEN

Ce groupe de parole est animé par une psychologue, Claire Durozard. Il permet aux mamans ou aux papas solos d'avoir un temps de répit et de se retrouver pour échanger en toute bienveillance sur leurs parcours de vie et leurs préoccupations du moment.

L'ATELIER ENFANT

Pour éveiller petits et grands

ACCUEIL

Pendant le groupe de parole des parents solos, leurs enfants sont invités à participer à un atelier créatif avec Alexandra Topalian, artiste plasticienne.



Pendant ce temps d'échange et afin que les parents partagent un moment bien à eux, leurs enfants sont accueillis, par une intervenante artistique, Alexandra Topalian pour les aider **à découvrir ou à s'initier aux arts plastiques : dessin, peinture, collage sont organisés !**

Ou bien pour les plus petits les réunir autour de jeux de société, de lecture de contes... Une collation est proposée à la fin de l'atelier.





LE YOGA

PARENTS ENFANTS

- Un moment ludique et complice entre mamans/papas et enfants !
- Grâce au Yoga parents enfants, petits et grands apprennent à mieux connaître leur corps et à mieux gérer leurs émotions.
- On laisse de côté le temps d'une séance, ses obligations d'adulte pour s'harmoniser au rythme de l'enfant.
- Pour nourrir la complicité, éveiller les sensations, l'imaginaire du corps et des émotions à travers des jeux, des histoires, des mouvements, des chansons, des temps de massage et de relaxation.
- Camille est professeure de yoga depuis 16 ans et elle-même maman de 2 enfants.

RÉPIT

Cet atelier de yoga en famille permet de développer la complicité et de créer des liens. Lier le corps, l'esprit et le mental, accueillir le lâcher prise à deux, se faire confiance... sous le regard encourageant de ses parents.



SOUTIEN



Des conférences interactives sur des sujets liés à la parentalité.

LES CONFÉRENCES AUTOUR DE LA PARENTALITÉ

À VILLEFRANCHE

Temps et charge mentale de parent : comment trouver une organisation idéale ?

En Octobre 2023 : à la Maison du Rhône de Villefranche-sur-Saône.

Conférence animée par Julien Perrin, cofondateur de l'entreprise Les P'tits Sages. Pendant cette rencontre, les enfants ont été accueillis. Une belle soirée pour laquelle nous remercions la **Maison du Rhône** qui nous a prêté ses locaux et la **mairie de Villefranche-sur-Saône** qui a diffusé largement notre événement.



À LYON

« La gestion des émotions... des parents ».

Conférence parentalité **en Décembre 2023** dans les locaux de l'UDAF69, Lyon 7ème. **Animée par Marie Costa**, coach parentale et auteure.

Pendant cette rencontre, les enfants ont été accueillis par Camille BOUDOT de Yoga Wazo, professeure de yoga, pour une initiation au yoga.



BALADES PÉDESTRES EN FAMILLE



RÉPIT

MONO PARENTHÈSE
organise des balades et
randonnées en famille
tout au long de l'année !
Une bonne occasion de
tisser des liens et de
gravir ensemble les
obstacles !



- MONO PARENTHÈSE a organisé **en Septembre 2023** une balade en famille pour les parents solos et leurs enfants sur le **sentier du Bois de Serres à Dardilly**.
- **en Novembre 2023** au **Parc de Lacroix-Laval** pour une balade automnale en famille.





LES BRUNCHS DES PARENTS SOLOS

À VILLEFRANCHE ET À LYON



- Brunch d'inauguration de la nouvelle antenne de Villefranche **en mai 2023** pour étendre ses activités **sur Villefranche-sur-Saône** et alentours.
- Brunch de fin de saison **en juin 2023** avec la collaboration du **Centre social Quartier Vitalité** dans le bâtiment de La Condition des Soies en plein centre de Lyon.

LIEN SOCIAL

Un temps fort pour l'association et toute la communauté des parents solos !
Un événement pour accueillir les adhérents ou futurs adhérents, bénévoles et partenaires.



LES MOMENTS CONVIVIAUX

DES ÉVÉNEMENTS DE CONVIVIALITÉ, D'ÉCHANGES ET DE PARTAGE.

LA GALETTE DES ROIS ET DES REINES À LYON

En Janvier 2023, une quinzaine d'adultes adhérents ou futurs adhérents et une dizaine d'enfants se sont retrouvés pour la traditionnelle galette des rois et des reines et ont pu échanger avec les bénévoles de l'association. L'occasion de se présenter, d'accueillir les nouveaux adhérents et de parler du programme des activités. À la plus grande joie des enfants les reines et les rois ont été célébrés ! Un moment de convivialité et d'échanges !

LIEN SOCIAL

Pour rompre la solitude des parents solos, faire connaissance et passer un moment ensemble !



REPAS DE NOËL À VILLEFRANCHE

Réunissons-nous pour les fêtes !

MONO PARENTHÈSE a organisé un repas de Noël en **décembre 2023 à Villefranche-sur-Saône** pour passer un moment ensemble et permettre aux parents solos et leurs enfants de ne pas rester seuls pour les fêtes.

Chacun a apporté quelque chose à manger et à boire, un beau moment de convivialité et de partage.



PIQUE-NIQUE D'ÉTÉ EN FAMILLE

LIEN SOCIAL

Une occasion de créer des liens entre les parents solos, leurs enfants et les membres bénévoles. Une belle occasion de créer des liens !



PIQUE-NIQUE AU PARC À VILLEFRANCHE

En juillet 2023, une dizaine de mamans solos ont pu profiter d'un pique-nique convivial en plein-air pour se retrouver, faire connaissance, se rencontrer et discuter ensemble **au Parc de Haute Claire à Villefranche-sur-Saône.**

Pendant ce temps, leurs enfants ont pu jouer ensemble avec les nombreux jeux à disposition dans le parc.





LES SORTIES CULTURELLES EN FAMILLE

MUSÉE DES CONFLUENCES À LYON

Une sortie culturelle en famille au Musée des Confluences **en juin 2023**.

Les mamans solos avec leurs enfants ont pu découvrir le **musée des Confluences** à l'occasion d'une sortie culturelle en famille organisée par MONO PARENTHÈSE.

Ce magnifique musée ne pouvait que susciter l'intérêt de tous.

La présence d'un guide réservé pour le groupe et très à l'écoute a permis de faire plonger les petits comme les grands dans des histoires fabuleuses.

Un voyage inédit à la découverte du monde avec des temps forts comme la rencontre d'un gigantesque dinosaure et un voyage en 3D à travers l'univers et le temps.

Un moment très apprécié !



LIEN SOCIAL

Une sortie unique qui permet de partager entre petits et grands son émerveillement, points de vue, ses découvertes et de beaux souvenirs !

Un bon moment de déconnexion et d'immersion dans un environnement différent !





LES PARTENAIRES EN 2023



La CAF du Rhône - Caisse
d'Allocations Familiales

UDAF du Rhône et de la
Métropole de Lyon



La Fondation FDJ - Fédération
Française des Jeux

Le Département du Rhône



Association
MONO
PARENTHÈSE



ORIENTATIONS 2024

Après une année de démarrage marquée en partie par le COVID et ses effets, l'association a continué son développement en 2023. La meilleure preuve en est le doublement du nombre d'adhésions en 2023.

Le deuxième volet des projets pour 2024 est de diversifier la proposition des activités, en offrant des ateliers parents/enfants Danse & Bien-être par une praticienne en danse.

Mais aussi, mettre en place avec une structure adaptée une "Garderie solidaire" qui permettrait aux parents solos, un samedi après-midi par mois de faire garder leurs enfants pour pouvoir faire des démarches, voire même prendre du temps pour eux.

Il nous faut aussi poursuivre l'effort de développement des activités sur le Département du Rhône et plus précisément sur Villefranche-sur-Saône. Un véritable challenge car les activités ont du mal à démarrer malgré tous nos efforts de communication.

Enfin, il nous reste à renforcer notre équipe de bénévoles, grâce à qui cette association existe. C'est une difficulté commune à beaucoup d'associations aujourd'hui.



NOTRE ÉQUIPE



GRÂCE DERSY
PRÉSIDENTE



NICOLE GALY
VICE-PRÉSIDENTE



CHRISTOPHE CHARVET
TRÉSORIER



BERTRAND LAPORTE
SECRÉTAIRE



ANNA FOULOUNOUX VULLIET
MEMBRE DU CA



CLAIRE DUROZARD
MEMBRE DU CA



JULY DERSY
MEMBRE DU CA



LUCILE GROS
MEMBRE DU CA



SYLVIE LEVEL DIBETTA
MEMBRE DU CA



DIANE ADANGNIDO
MEMBRE DU CA



FATIMA ALLACH
MEMBRE DU CA

11

Membres du Conseil
d'Administration

4

Membres du Bureau



Association MONO PARENTHÈSE



CONTACT

Association MONO PARENTHÈSE
12 Rue Jean-Marie Chavant
69007 Lyon
E-mail : monoparenthese@gmail.com



- monoparenthese.fr 
- www.helloasso.com/associations/mono-parenthese 
- monoparenthese@gmail.com 
- Mono Parenthèse 
- @association_mono_parenthese 

