



ENTRE IDÉAL ET RÉALITÉ :

REGARDS CROISÉS AUTOUR DE L'EMPLOI ET
L'INSERTION SOCIO-PROFESSIONNELLE DANS
UN CONTEXTE DE VIOLENCES POST-SÉPARATION

ENTRE IDÉAL ET RÉALITÉ :

**REGARDS CROISÉS AUTOUR DE L'EMPLOI ET
L'INSERTION SOCIO-PROFESSIONNELLE DANS
UN CONTEXTE DE VIOLENCES POST-SÉPARATION**

Ouvrage réalisé dans le cadre des activités
de l'association Des Mères Veilleuses
Bruxelles, Octobre 2025

« C'était un **regard croisé** entre les professionnels et les mamans concernées par cette thématique. Nous avons mis en place une **boîte à questions anonymes**, pour permettre à chacune de s'exprimer librement. Nous avons vécu des moments très forts, faits d'écoute bienveillante. Certaines mamans ont craqué, submergées par l'émotion au cours des ateliers, et nous avons accueilli ces larmes avec beaucoup de douceur et d'humanité. »



TABLE DES MATIÈRES

Introduction.....	7
Atelier 1	
La reprise d’une formation après une séparation	13
Résumé des échanges	13
Recommandations issues de l’atelier.....	16
Ressources utiles	17
Atelier 2	
Parler des violences intrafamiliales	
sur le lieu de travail.....	19
Résumé des échanges	19
Recommandations issues de l’atelier.....	22
Ressources utiles	23
Atelier 3	
Les services publics de mise à l’emploi spécifiques	
à la monoparentalité (Projet MIRIAM (CPAS) et ACTIRIS)	25
Résumé des échanges	25
Recommandations issues de l’atelier.....	28
Ressources disponibles.....	28
Interview avec le guichet	
anti-discrimination d’ACTIRIS.....	29
Atelier 4	
Reconstruction, estime de soi et accompagnement	
à l’insertion, l’empowerment.....	31
Résumé des échanges	31
Recommandations.....	35
Ressources disponibles.....	37
Constats critiques partagés par les mères	
à améliorer d’un point de vue sociétal.....	38
Penser plus loin : les mères monoparentales	
en situation de handicap.	41
Conclusion	45
Remerciements	47
Annexes	49

Des Mères Veilleuses est une association belge qui défend le droit des mères monoparentales et de leurs enfants. Nous organisons des moments d’échanges sur deux modes. En présentiel, afin de créer du lien et de briser l’isolement vécu par les mères monoparentales, mais aussi en ligne pour garantir la régularité de notre soutien et des rencontres. Des Mères Veilleuses, c’est avant tout un lieu collectif de concernées, un espace sécurisé, que les mamans solos s’approprient pour porter une parole et des actions politiques. C’est dans ce cadre que ce cahier de recommandations autour de l’emploi et des violences intrafamiliales (VIFS) a été produit.

Nous contacter : info@desmeresveilleuses.be

Sur les réseaux sociaux :

Facebook : www.facebook.com/desmeresveilleuses

Instagram : www.instagram.com/desmeresveilleuses

Sur notre site internet : www.desmeresveilleuses.be

Introduction

Ce cahier d'outils est l'aboutissement d'un cycle d'ateliers autour de l'accompagnement vers l'emploi des mères monoparentales par les professionnels de l'insertion socio-professionnelle, dans un contexte de violences post-séparation. Ce projet, organisé par l'asbl **Des Mères Veilleuses**, part d'un double constat : d'une part, les mères en situation de monoparentalité se heurtent à des freins structurels dans leurs parcours de formation, d'emploi et d'accès aux droits et, d'autre part, les politiques publiques peinent à réaliser et prendre en compte la complexité de leurs réalités de vie : isolement social, violences conjugales, précarité économique, surcharge mentale, injonctions contradictoires, situation socio-économique fragile, en plus pour certaines, leur(s) handicap(s) (visibles ou invisibles) et/ou leur situation migratoire. Les mères monoparentales vivent dans le silence, l'isolement, l'invisibilité ou pire, la culpabilité après une relation faite de violences.

Ce cycle d'ateliers s'est voulu à la fois comme **un lieu d'expression pour les mères concernées** et un **espace d'interpellation constructive des acteurs publics et du monde associatif**. Chaque atelier a croisé les vécus intimes avec l'expertise institutionnelle ou associative, pour faire émerger des pistes concrètes, des questions critiques, et surtout des ressources utiles.

Quatre ateliers ont été organisés entre mai et juin 2025 : ils ont tous porté sur des thématiques centrales pour les parcours d'insertion socio-professionnelle et de tremplin vers l'emploi :

➤ **Atelier 1** – *La reprise d'une formation après une séparation*, avec **Bruxelles Formation**

- **Atelier 2** – *Parler des violences intrafamiliales sur le lieu de travail, en partenariat avec le Réseau CEASE*
- **Atelier 3** – *Les services publics de mise à l'emploi spécifiques à la monoparentalité, autour du Projet Myriam (CPAS de Saint-Gilles) et du guichet discrimination/mamans solos d'ACTIRIS*
- **Atelier 4** – *Coaching des mères monoparentales : entre développement personnel et empowerment, avec le Collectif des Femmes, l'ASBL Mode d'Emploi et Talent Solidaire*

Ce cahier retrace les enseignements de chaque atelier : il propose des **recommandations issues des échanges** et centralise des **ressources concrètes ainsi que des outils d'animation**. Il a été pensé comme un **outil à double usage** :

- Pour les **mères** : il sert à la fois de guide, de miroir et de tremplin puisqu'on y trouve des témoignages, des informations, et des pistes d'action concrètes ;
- Pour les **professionnel·le·s et décideur·euses** politiques : il agit comme **une grille de lecture critique** des politiques publiques actuelles, en mettant en lumière les écarts entre dispositifs affichés et réalités vécues, et en soulignant les conditions nécessaires pour une action véritablement émancipatrice.

Enfin, ce projet réaffirme une conviction fondamentale : **agir pour l'autonomie des mères monoparentales, c'est lutter contre les violences faites aux femmes, contre la reproduction des inégalités de genre, contre l'isolement social et contre la précarité économique de celles-ci tout en veillant à la protection de leurs enfants**. Cela suppose une transformation profonde des dispositifs existants, mais aussi un changement de paradigme dans les pratiques et dans les priorités politiques.

Ce cycle est essentiel parce que l'action sociale doit être pensée comme une recherche politique.

Ce projet s'inscrit dans une démarche de recherche-action. Il ne s'agit pas simplement de réunir des témoignages, mais bien de démontrer – par l'expérience – que des dispositifs adaptés existent et qu'ils fonctionnent. Et surtout, qu'en période d'austérité, leur maintien est un impératif politique, un levier pour l'accomplissement d'une forme de justice sociale.

Aujourd'hui, à l'heure d'écrire ces lignes, les budgets alloués à la solidarité se réduisent, la tentation de simplifier les politiques publiques en les rendant plus “efficaces” et plus “universelles” est devenue réalité. Oui mais à quel prix ? Car ces mesures ont pour conséquence d'invisibiliser les besoins spécifiques et d'exposer encore davantage celles qui sont déjà les plus vulnérables et parmi elles, les plus vulnérables encore. Les mères monoparentales ne sont pas un “public cible parmi d'autres” : leurs réalités sont au croisement de multiples discriminations ; elles cumulent des responsabilités, elles ont vécu des violences conjugales et intrafamiliales, elles continuent à vivre des discriminations et des obstacles à l'emploi qui ne peuvent être traités par des approches dites “standardisées”.

Ce cycle d'ateliers met en évidence une réalité concrète dont témoignent les mères : lutter contre les violences faites aux femmes et accompagner dignement les mères en situation de monoparentalité et qui subissent d'autres discriminations (handicap, racisme,...), c'est agir concrètement contre les inégalités de genre, contre la reproduction de la pauvreté, et soutenir l'émancipation des familles. On peut les considérer comme des politiques de prévention, de réparation et de projection.

Le coût des violences, lui, est bien réel – et largement supporté par les femmes elles-mêmes. Selon l'Institut européen pour l'égalité de genre (EIGE), les violences basées sur le genre coûtent 366 milliards

d'euros par an à l'Union européenne, dont près de 290 milliards pour les seules violences contre les femmes. En Belgique, une femme sur trois a été victime de violence conjugale. Et ce n'est souvent qu'une partie visible d'un continuum de violences – physiques, psychologiques, économiques, administratives – qui entrave profondément l'accès à l'emploi, à la santé, à la stabilité.

Or, ces violences ont un impact direct sur la capacité des femmes à se former, à travailler, à se projeter. Elles nécessitent un temps de réparation, un temps de soin, que nos systèmes d'activation de l'emploi ignorent trop souvent. On ne rebondit pas du jour au lendemain face à la violence et la manipulation. Les mères monoparentales ayant participé à ces ateliers témoignent de la fatigue chronique, des troubles de la concentration, de la peur, de la perte de confiance en elles – autant de conséquences invisibles qui doivent être reconnues et intégrées dans les parcours d'insertion socioprofessionnelle.

Plusieurs intervenantes ont souligné qu'il faut parfois plusieurs mois de soutien, de stabilisation, de reconnaissance, avant de pouvoir s'engager pleinement dans une formation ou un emploi. Ne pas le prendre en compte, c'est créer de l'échec, de la disqualification, et parfois, une rechute dans la précarité.

Finalement, ce cahier d'outils peut se lire comme un outil de plaidoyer : il démontre que les politiques de prévention et d'adaptation/d'aménagement sont efficaces, et qu'elles répondent à un réel besoin de terrain, et évitent des coûts futurs bien plus élevés (en soins de santé, en logement, en justice).

Cependant, elles demeurent fragiles, aujourd'hui elles sont menacées, et de manière générale elles sont souvent dépendantes de la bonne volonté locale ou d'un financement temporaire et ne sont pas pensées structurellement.

Ce n'est pas une fatalité. C'est une question de choix. De choix politiques. Choisir de soutenir les mères monoparentales, c'est refuser la reproduction des inégalités de genre et c'est surtout investir dans une société plus éthique, plus humaine, plus durable.

Ce cahier se lit comme un guide de recommandations qui s'appuie sur l'expérience de professionnels et de mères solos (concept large qui peut inclure des mères séparées, mères monoparentales, ainsi que tout type de relation où la charge familiale revient uniquement à la mère) ayant subi des violences post-séparation et il se destine à élaborer un cadre clair et structuré.

Ce cadre permettra de concevoir un accompagnement basé sur des outils spécifiques, avec plusieurs objectifs :

- Libérer la parole aux mères, souvent réduites au silence et confrontées aux dynamiques de violence et de dissimulation ;
- Lutter contre les mécanismes associés au rôle de victime, qui peuvent créer des obstacles et difficultés, qui empêchent la recherche de solutions concrètes pour surmonter la situation.

Ce cahier d'outils vise également à accompagner les femmes de manière claire et motivante, en les orientant vers des contacts et des associations pertinentes. Il constitue ainsi une véritable « échelle humaine », offrant un soutien progressif et durable pour aider les mères monoparentales à reconstruire leur vie. Enfin, il met en relief les 4 ateliers proposés par l'association Des Mères Veilleuses, en proposant des recommandations et des ressources précieuses.



Atelier 1

La reprise d'une formation après une séparation

Avec : Valérie Heymryck – Bruxelles Formation
Vendredi 16 mai 2025
Maison des Femmes – MOVE asbl

Résumé des échanges

Ce premier atelier a ouvert la série sur une thématique centrale pour les mères monoparentales : **comment reprendre une formation après une séparation**, dans un contexte de vulnérabilité, de responsabilités accrues, et souvent d'isolement social.

L'objectif était de confronter les attentes des mères aux dispositifs existants, en s'appuyant sur la participation de **Bruxelles Formation**.

L'atelier a démarré par une animation sur les émotions : chaque participante a tiré deux cartes – l'une représentant son état émotionnel actuel, et l'autre, une émotion souhaitée. L'émotion qui revenait le plus était la **confusion**. Cela a immédiatement donné le ton : les mamans présentes sont à la croisée de plusieurs chemins, souvent désorientées, tiraillées entre le besoin de stabilité, le désir de se reconstruire, et l'injonction constante d'être forte, que ce soit dans les attentes sociétales projetées sur elles ou par elles-mêmes : elles doivent tenir debout coûte que coûte, pour leur(s) enfant(s).

Valérie Heymryck a présenté l'offre de **Bruxelles Formation**, en détaillant les filières disponibles (formations administratives, bureautique, langues, logiciels spécifiques, etc.) et les conditions d'accès : être inscrit·e comme demandeur·euse d'emploi chez Actiris, ou obtenir une dérogation en cas d'incapacité (mutuelle).

Mais rapidement, les participantes ont partagé leurs frustrations face aux **obstacles administratifs** : délais d'attente, manque de clarté, rigidité des horaires.

Une maman témoigne :

« Je suis à la mutuelle, mais je dois passer devant le médecin-conseil pour prouver que je veux faire une formation. J'ai attendu deux ans pour avoir un accord. Pourquoi est-ce à nous de tout justifier tout le temps ? »

« Quand j'ai demandé une formation, on m'a dit que je devais d'abord inscrire mon enfant à la crèche. Mais les crèches ne prennent pas les enfants si on n'a pas encore commencé la formation. On tourne en rond. »

Une autre maman a témoigné de la **pression institutionnelle** ressentie :

« J'ai peur de dire que je suis fatiguée. Si je dis que je ne tiens pas le rythme, on va croire que je ne veux pas travailler. Mais ce n'est pas vrai. Je veux juste qu'on tienne compte de ce que je vis. »

Ces échanges ont mis en lumière le **décalage entre les exigences institutionnelles et les réalités vécues**. La plupart des formations proposées sont à temps plein, de 8h45 à 16h15, sans crèche intégrée ni réelle souplesse. Bien que certains horaires soient aménagés (congé le premier vendredi du mois, demi-journées pour les cours de langue), cela reste insuffisant pour les mères qui jonglent entre enfants, démarches administratives, rendez-vous médicaux et instabilité matérielle.

Sur la question des violences, une participante a souligné combien il était difficile de parler des traumatismes aux institutions :

« Je n'ai pas les mots. J'ai oublié des choses. Des fois, je n'arrive même plus à expliquer ce que je sais faire. C'est comme si mon cerveau était cassé. »

C'est pourquoi, il est utile d'informer et sensibiliser les professionnels à reconnaître le stress post traumatique, les traumatismes encore vifs et d'identifier les effets des violences.

Valérie Hemeryck reconnaît que peu de femmes parlent ouvertement de violences sur place, à Bruxelles Formation, tout en rappelant que des assistantes sociales sont présentes pour orienter et soutenir les stagiaires. C'est pourquoi, parler ouvertement permet d'orienter plus facilement les mamans qui en ressentent le besoin vers l'assistante sociale de Bruxelles Formation.

Une autre maman a également partagé son propre parcours, en tant que mère, victime de violence : elle s'est lancée d'elle-même en formation, après deux ans passés en maison d'accueil.

Une autre maman relève : *« J'ai compris que j'étais capable de plus que je ne pensais. Il faut oser toquer aux portes. Ce n'est pas profiter du système. C'est se relever. »*

L'atelier a également permis d'aborder les alternatives comme la validation des **compétences** (notamment pour les métiers d'agent d'accueil ou employée administrative), ou les dispositifs spécifiques comme le **service GRAE d'Actiris**, pour les personnes en incapacité de travail.

Malgré les intentions positives de certains dispositifs, un message clair est ressorti de la rencontre : **les mères ne demandent pas des privilèges, mais la reconnaissance de leurs contraintes et de leur courage**.

Chez Bruxelles-Formation, il y a un climat de bienveillance instauré, mais malheureusement, aucun **protocole clair ou de sensibilisation systématique** du personnel n'a été évoqué. Le doute subsiste sur la prise en compte réelle des besoins spécifiques des mères monoparentales : on ne sent pas de stratégie explicite pour répondre aux contraintes vécues par elles.

Un autre dispositif qui reste aujourd'hui sans réponse structurelle est celui de la **garde des enfants** pendant que les mamans sont en formation. Bruxelles Formation ne dispose pas de crèches. Cependant, il existe des possibilités suivantes (qui ne sont pas la panacée) :

- Solliciter Actiris : crèches, haltes-garderies, stages, maisons d'enfants.
- S'y prendre à temps, oui mais contraintes liées à Actiris (par ex. : sous réserve d'accord).

Des exemples inspirants

- > Une mère monoparentale, bénéficiaire du CPAS, devenue **animatrice couture** puis employée, après un engagement progressif dans les activités collectives.
- > Une victime de violences conjugales, ancienne vendeuse, hébergée deux ans en maison d'accueil a repris une formation chez Bruxelles Formation est aujourd'hui **employée**.

Ces histoires de réussites montrent l'impact possible d'une **formation bien accompagnée** sur la reconstruction personnelle et professionnelle.

Recommandations issues de l'atelier

- > **Alléger les conditions d'accès aux formations** pour les mères monoparentales : dérogations simplifiées, reconnaissance automatique des situations de monoparentalité (et urgentes lorsqu'il y a des violences);
- > **Développer des formations à temps partiel ou en horaires adaptés**, avec possibilité de cours en ligne encadrés;
- > **Mettre en place ou renforcer des partenariats avec des crèches**, y compris temporaires ou en halte-garderie, intégrées aux parcours;
- > **Former les équipes pédagogiques à la sensibilité au trauma**, à l'écoute bienveillante, et à la réalité des mères confrontées à des violences;

- > **Proposer un accompagnement renforcé dès l'entrée en formation**, incluant écoute psychologique, orientation, construction du projet, et remobilisation personnelle;
- > **Inclure un volet "préformation" avec prise en compte du temps de stabilisation nécessaire** pour les femmes sortant d'une période de violence ou d'extrême précarité.

Ressources utiles

- > **Bruxelles Formation**
www.bruxellesformation.brussels
 Formations qualifiantes, validation des compétences, ateliers numériques, info-sessions.
- > **Actiris –Service GRAE**
www.actiris.brussels
 Accompagnement des personnes en incapacité de travail vers l'emploi ou la formation.
- > **Cité des Métiers**
 Orientation professionnelle, entretiens conseil, ateliers pour définir un projet.
www.citedesmetiers.brussels
- > **Maisons locales pour l'emploi (par commune)**
 Accompagnement au projet professionnel, aide à la recherche de formation, coaching individuel, ateliers de détermination de projet.
- > **Maison des Femmes –MOVE asbl**
<https://move.brussels/nos-services/maison-des-femmes/>
 Accueil, activités collectives, accompagnement psychosocial, ateliers créatifs et bien-être.
- > **Service emploi de Koekelberg : horaires adaptés aux mères** (même celles « mariées mais solo »). Ils peuvent être contactés au 02/411 17 96 ou etincelles@koekelberg.brussels



Atelier 2

Parler des violences intrafamiliales sur le lieu de travail

Avec : Manon Bouisset et Marie Rode – Réseau CEASE
(Cease Empowerment Against Sexual and gender-based violence)
Jeudi 22 mai 2025
Amazone asbl

Résumé des échanges

Cet atelier a abordé une question trop peu posée : **comment les violences intrafamiliales se manifestent au travail, et comment en parler sans crainte de stigmatisation ni de sanction de son employeur ?**

Ensuite, la question du nombre de victimes qui ont effectivement obtenu de l'aide après avoir parlé.

L'atelier a débuté par une animation symbolique : le **brise-glace émotionnel**.

Les participantes ont été invitées à exprimer leurs émotions à travers des bocaux de couleur, chacun représentant une émotion :

Rouge = Colère

Rose = Joie

Vert = Amour

Résultat marquant :

Les bocaux « Colère » et « Amour » ont débordé. Cela reflète :

- > **Colère** : contre les institutions, la société, l'injustice...
- > **Amour** : profond pour leurs enfants, malgré les difficultés.

Marie Rode et Manon Bouisset, intervenantes du **réseau CEASE**, ont ensuite présenté la mission du réseau : sensibiliser les employeurs aux violences basées sur le genre, former les équipes RH et les personnes de confiance, et créer un environnement professionnel sécurisant pour les victimes. Elles ont insisté sur le rôle que peuvent jouer les lieux de travail comme **premier espace d'écoute et de relais**.

*“1 femme sur 3 en Europe subit des violences”. **Le travail peut être un levier de protection et d’émancipation.***

« On dit souvent que les problèmes de la maison doivent rester à la maison. Mais ce silence est dangereux. Le lieu de travail peut être un des rares endroits où une victime croise encore des personnes extérieures. Il faut qu'elle puisse y être entendue. »

Les échanges ont révélé combien il était difficile, en pratique, **de parler de violences au travail**.

Une mère a témoigné :

« Je ne me voyais pas dire à mes collègues que j'étais sous emprise. Je m'étais enfermée dans une double vie, celle de la mère solide au travail, et celle qui s'effondrait le soir. »

Une autre maman a partagé son soulagement d'avoir pu s'ouvrir :

« Quand j'en ai parlé à mon gérant, il a été humain. Il m'a proposé un aménagement d'horaire. J'ai compris que je n'étais pas seule, et que parfois, les autres peuvent aussi être des allié·e·s. »

À travers un quiz interactif, les participantes ont exploré plusieurs données clés sur les violences conjugales :

- En Belgique, **33,7 % des femmes** et **14,9 % des hommes** déclarent avoir subi des violences conjugales au cours de leur vie.

- **72,9 %** des victimes indiquent que ces violences ont un impact sur leur capacité à travailler : baisse de concentration, fatigue, retards, absences, anxiété, isolement.
- Seules **28,5 %** des victimes ayant parlé de leurs violences au travail disent avoir reçu de l'aide ou de l'empathie.

Ces chiffres ont déclenché de nombreuses réactions, en particulier autour du **manque de formation des employeurs, des RH, mais aussi des magistrats et des services sociaux**.

« On parle de violences physiques, mais personne ne nous alerte sur la violence économique, sur la manière dont il a gardé tous mes papiers. J'ai perdu la main sur ma propre vie. »

« Quand j'ai porté plainte, la policière ne voulait pas m'écouter parce que je parlais français. On m'a dit d'aller ailleurs. Comment être protégée dans un pays si même la langue devient une barrière ? »

L'intervenante a présenté le **concept de continuum des violences**, développé par Liz Kelly, qui explique comment les violences “mineures” (blagues sexistes, contrôle financier, isolement social) s'inscrivent dans un système plus large qui tolère, banalise, puis aggrave les violences jusqu'au seuil de l'irréparable.

La projection de la vidéo « Dear Dad » a profondément ému les participantes. Elle aborde la manière dont les violences sexistes prennent racine dans les micro-gestes du quotidien, souvent ignorés mais profondément destructeurs. L'échange qui a suivi a révélé une conscience aiguë du rôle **des pères, des éducateurs, et des institutions dans la reproduction ou la prévention de ces violences**.

Enfin, les mamans ont insisté sur la nécessité de **temps de soin et de réparation** avant un retour à l'emploi stable. L'impact des violences est profond et durable :

« Je n'arrive pas à retenir ce qu'on me dit. J'ai l'impression de vivre avec un cerveau brouillé. Et pourtant, je veux bosser. Je veux sortir de ça. Mais il faut qu'on comprenne que ce n'est pas juste une question de volonté. »

En effet, les impacts des violences vécues par ces femmes ont des conséquences désastreuses sur leur quotidien. Au travail, cela se traduit par :

- Des absences, retards, fatigue
- Une chute de la productivité
- Un isolement social
- Des problèmes de santé mentale et physique

L'(ex-) partenaire peut également perturber la victime sur son lieu de travail par :

- Des comportements intrusifs du partenaire
- Des SMS, appels insistants
- Une diminution de l'interaction sociale
- Un changement de tenue (ex. manches longues en été pour cacher des blessures)

Recommandations issues de l'atelier

- **Former systématiquement les employeurs, les RH, les personnes de confiance aux violences intrafamiliales**, y compris dans les services publics.
- **Créer des protocoles d'accueil sécurisants en milieu professionnel**, avec des possibilités de signalement confidentielles.
- **Renforcer l'accompagnement psychologique des mères victimes de violences**, en lien avec les services d'insertion.
- **Intégrer des temps de "soin à soi" dans les parcours de formation et de retour à l'emploi.**

- **Identifier l'impact des violences invisibles** (verbales, économiques, psychologiques) sur la vie professionnelle dans les critères d'accompagnement social.
- **Inclure les violences intrafamiliales dans les critères de vulnérabilité pour les politiques d'emploi** (formations adaptées, horaires souples, temps de transition).

Ressources utiles

- **Réseau CEASE Belgique**
Plateforme d'engagement pour les entreprises contre les violences sexistes et conjugales. Il propose des formations, des créations de protocoles, des kits de sensibilisation, des webinaires et des outils pratiques, ...
<https://cease-violence.eu>
- **Brochure "Violences conjugales et travail"**
(Pour la Solidarité – PLS)
Outils pratiques pour les employeurs et les victimes.
<https://pourlasolidarite.eu>
- **Centres de Planning Familial et Maisons des Femmes**
Accompagnement psychologique, juridique et social.
- **Groupes de parole et ateliers de reconstruction** proposés par des associations féministes locales (à retrouver sur le site internet Des Mères Veilleuses).
- **Safe Brussels** : rapportage sur les initiatives en matière de violences intrafamiliales en Région de Bruxelles-Capitale

Atelier 3

Les services publics de mise à l'emploi spécifiques à la monoparentalité (Projet MIRIAM (CPAS) et ACTIRIS)

Avec : Myriem Amrani – Présidente du CPAS de Saint-Gilles,
pour présenter le projet MIRIAM.
Vendredi 23 mai 2025
Amazone asbl

Résumé des échanges

L'atelier a commencé par la présentation de chaque participante, qui était invitée à exprimer ses ressentis. Cela a permis de mettre en place un cadre bienveillant et créer du lien, et briser l'isolement de ces mères.

L'objectif de cet atelier se voulait triple :

- Présente le projet MIRIAM dans ses fondements : accompagner les mères monoparentales en situation de précarité;
- Identifier et aborder les freins systémiques rencontrés par ces femmes (justice, emploi, logement, santé,...);
- Échanger sur le rôle des politiques publiques et l'importance d'adapter les législations aux réalités des mères monoparentales et celles les plus invisibilisées : femmes migrantes, sans-papiers, en situation de handicap...

Lors de l'atelier, les participantes ont partagé leurs expériences personnelles avec beaucoup d'émotion et de sincérité. Une maman a confié : *« J'ai tellement peur de perdre mes enfants si je parle de la violence à la maison. »* Une autre a témoigné de la difficulté à déposer plainte : *« On ne me comprend pas, il y a une barrière de langue, et je me sens complètement seule face à ça. »*



La Présidente du CPAS de Saint-Gilles, Myriem Amrani, a souligné que *« ces femmes vivent souvent dans un système qui n'a pas été conçu pour elles. Elles sont marginalisées non seulement par la violence qu'elles subissent, mais aussi par les institutions qui ne répondent pas à leurs besoins spécifiques. »*

Un point récurrent dans les échanges fût la complexité des rapports de pouvoir liés à l'argent et aux procédures judiciaires, qui aggravent la vulnérabilité des femmes. Comme l'a expliqué une participante : *« Le divorce n'est pas qu'une question de séparation, c'est une bataille où je me sens démunie face à la justice et à l'argent. »*

Dans ce contexte, le projet MIRIAM a été présenté comme une réponse concrète et adaptée à ces besoins. Ce programme vise à accompagner les mères victimes de violences dans un cadre sécurisant et structurant, en combinant soutien psychologique, ateliers de parentalité, et aide juridique. Il propose notamment des groupes de parole, des formations à la gestion du stress et des séances d'information sur les droits sociaux. Les conditions d'accès sont : être bénéficiaire du CPAS, avoir des enfants âgés de moins de 11 ans et le faire sur base volontaire. L'accompagnement se réalise sous trois formes :

- **Accompagnement individuel :** logement, dettes, santé, garde d'enfants...
- **Accompagnement collectif :** groupes de parole, activités éducatives, culturelles, de cohésion.
- **Accompagnement par les partenaires du CPAS :** services médicaux, sociaux, culturels...

Une mère participant à l'atelier a bénéficié de ce projet et a partagé avec les groupe ses effets bénéfiques : *« J'ai retrouvé confiance en moi, j'ai appris à mieux gérer mes émotions et surtout, je sais maintenant vers qui me tourner pour obtenir de l'aide. »* Les échanges ont ainsi mis en lumière la nécessité d'un accompagnement global, qui prenne en compte à la fois les violences vécues et les difficultés structurelles. Ils ont également révélé la force du collectif comme levier de chan-

gement et de résilience. Ce projet permet aussi de reconstruire un réseau de solidarité autour des femmes, ce qui est essentiel à leur émancipation et la protection de leurs enfants.

Le projet MIRIAM, qui apportait un soutien précieux aux mères victimes de violences, a malheureusement été clôturé le 30 juin 2025 dernier par le nouveau gouvernement fédéral. Cette fermeture représente un véritable coup dur pour ces femmes, souvent fragilisées, qui bénéficient d'un accompagnement global et personnalisé. Sans ce dispositif, beaucoup se retrouvent isolées, sans accès à des ressources adaptées pour surmonter leurs traumatismes, reconstruire leur confiance et protéger leurs enfants.

Pour ces mamans, MIRIAM ne se résumait pas à un simple programme d'aide : c'était un véritable filet de sécurité, un espace où elles pouvaient partager leurs expériences, trouver des solutions concrètes et renouer avec un avenir plus serein. Sa disparition creuse un vide inquiétant dans le paysage social et sanitaire de Saint-Gilles.

Concernant l'impact chiffré, selon les données recueillies par les associations partenaires et le CPAS de Saint-Gilles, plus de **150 mères** ont été suivies directement par le projet MIRIAM en 2024. Ce nombre ne prend pas en compte les familles élargies et les enfants indirectement touchés par ces accompagnements. La cessation du projet risque donc de priver une centaine de femmes et leurs enfants d'un soutien vital, avec des conséquences potentiellement graves sur leur santé mentale, leur sécurité et leur inclusion sociale.

Comme le soulignait Myriem Amrani, Présidente du CPAS de Saint-Gilles : *« La fermeture de MIRIAM laisse un vide immense. Ces mères ont besoin d'un accompagnement stable, humain et adapté. Il est urgent que les pouvoirs publics et les acteurs sociaux trouvent des solutions pérennes pour ne pas laisser ces familles à la dérive. »* Pour celle-ci, cette rencontre est précieuse pour adapter les politiques publiques à leurs réalités.

Le projet MIRIAM se poursuit à Saint-Gilles avec deux fois moins de groupes, la présidente souhaitant le maintenir face aux nouvelles restrictions du chômage qui risquent d'accroître le nombre de mères solos dépendant de l'aide sociale.

Recommandations issues de l'atelier

- Créer et renforcer des espaces sécurisés où les mères victimes peuvent s'exprimer librement, sans jugement ni peur.
- Former les professionnels (travailleurs sociaux, personnels de santé, forces de l'ordre) à la prise en charge adaptée des femmes issues de milieux multiculturels et confrontées à des barrières linguistiques.
- Intensifier les campagnes de sensibilisation dans les quartiers pour déstigmatiser la parole sur les violences conjugales et encourager les femmes à chercher de l'aide.
- Développer le projet MIRIAM et ses programmes dans d'autres communes afin d'offrir un accompagnement complet et accessible à un plus grand nombre de mères.
- Assurer un suivi post-accompagnement via des groupes de parole, des rencontres régulières ou un réseau de solidarité pour maintenir le soutien dans la durée.

Ressources disponibles

- **Projet MIRIAM** : programme global d'accompagnement psychologique, social et juridique destiné aux mères victimes de violences, incluant des ateliers de reconstruction de confiance, de parentalité positive, et d'insertion sociale. Faute de subsides, le projet s'est arrêté.
- **Centres de Planning Familial** : soutien en santé sexuelle, prévention des violences et conseils adaptés.
- **Associations locales spécialisées** : accompagnement personnalisé, soutien psychologique et accès à des services d'urgence.

- **CPAS de Saint-Gilles : aide financière**, soutien social et mise en relation avec des services spécialisés.
- **Groupes de parole et ateliers communautaires** : espaces de partage d'expériences et de soutien mutuel entre femmes.

Interview avec le guichet anti-discrimination d'ACTIRIS

Le guichet d'actiris n'ayant pas pu participer au troisième atelier, nous les avons interrogés par écrit à l'aide d'un questionnaire. En voici une synthèse résumée :

Les mères rapportent fréquemment des discriminations liées aux soupçons de non-disponibilité, des préjugés sur leurs capacités à gérer le stress, des craintes liées aux absences en raison de maladies, etc. Les stéréotypes ont la dent dure : comparativement, un père « solo » sera vu comme méritant alors qu'une mère sera vue comme un « risque organisationnel ». Ces discriminations sont les plus visibles dans les secteurs comme l'horeca, nettoyage, grande distribution, événementiel, transports, ... car ils exigent une flexibilité. À l'inverse, des secteurs comme l'administration et les emplois numériques se montrent plus transigeants aux profils de parents solos (télétravail avantagé, horaires fixes...).

Les discriminations ont des répercussions sur les mamans : perte d'estime de soi, culpabilité, fatigue psychique avec pour risque... le décrochage et le repli sur soi.

Le rôle du service Inclusion d'Actiris est d'agir comme un espace d'écoute et de relais en accompagnant les mères victimes de violences : les orienter vers des assistantes sociales spécialisées, mise en réseau avec les services spécialisés (CPVS) et associations partenaires comme Des Mères Veilleuses ou des suspensions temporaires des obligations de disponibilités par exemple. Vous retrouverez l'intégralité de l'entretien en annexe de ce cahier.



Atelier 4

Reconstruction, estime de soi et accompagnement à l'insertion, l'empowerment.

Avec : Collectif des Femmes, Mode d'emploi & Talent Solidaire asbl
Vendredi 13 juin 2025
Maison des Femmes – MOVE asbl

Résumé des échanges

Ce quatrième atelier a permis une discussion collective autour des chemins de reconstruction des femmes, en particulier des mères, après des épisodes de violences conjugales, d'exil, d'isolement ou de précarité prolongée. Trois associations – **le Collectif des Femmes, Mode d'emploi (Vie Féminine) et Talent Solidaire asbl** – ont exposé leur mission, leurs outils et leurs manières d'accompagner les femmes sur le long terme avec une approche féministe. Ces approches, bien que différentes, partagent un fondement commun : **reconstruire l'estime de soi avant toute insertion professionnelle**.

Le Collectif des Femmes : autonomisation par la formation, à partir du vécu

Basé à Louvain-la-Neuve, le **Collectif des Femmes** est une structure féministe, laïque et pluraliste active depuis plus de 40 ans. Elle propose des **formations à visée pré-qualifiante** (français, bureautique, numérique, citoyenneté) mais dans un **cadre sécurisant, souple et humain**, particulièrement adapté aux femmes en situation de vulnérabilité ou ayant vécu des violences.

L'accompagnement se fait à **rythme individualisé**, avec des groupes à effectif réduit, des horaires allégés, et surtout une forte dimension **d'écoute** et de **revalorisation personnelle**.

« Nous avons des modules de français, mais aussi des espaces où l'on parle de nos trajectoires. Ce n'est pas un simple centre de formation : c'est un lieu de reconstruction. »

L'intervenante a souligné que beaucoup de femmes arrivent **sans confiance en elles**, souvent abîmées par des années d'invisibilité ou de maltraitance administrative.

« Certaines femmes n'ont jamais mis les pieds dans une salle de formation. On leur a toujours dit qu'elles ne servaient à rien. Ici, elles reprennent du pouvoir. »

Beaucoup de femmes ont évoqué un **épuisement quotidien**, une **absence de repos**, et un **sentiment d'étouffement** permanent, **Fatigue extrême, charge mentale, isolement social**,...

“Je suis tout le temps en train de courir, je n'ai pas le temps d'aller mal.”
“Même quand je suis malade, je dois continuer. Personne ne prend le relais.”

La Culpabilité et dévalorisation étaient fort présente malheureusement

“Je me suis tellement tue que j'ai fini par croire que c'était de ma faute.”
“Quand je parle à mon ex, il me dit que je suis folle, que je détruis mes enfants.”

Les psychologues ont expliqué comment **les violences psychologiques** et les accusations constantes finissent par **détruire l'estime de soi**.

Ces paroles montrent à quel point certaines mères vivent une **souffrance extrême** dans le silence, sans aucun soutien.

Ce que les psychologues du collectif des femmes ont transmis :

- Il est **normal d'aller mal** après des violences ou dans l'isolement.
- Les mamans doivent être **reconnues comme victimes** et non comme responsables.

- Il faut **revaloriser la santé mentale** comme une **priorité de santé publique**.

« Il ne s'agit pas de forcer la reprise d'emploi à tout prix, mais d'aider les femmes à reconstruire leur confiance, à tester, à oser, à comprendre ce qu'elles veulent et ce qu'elles valent. »

Mode d'emploi : redonner sens, valeur et légitimité

Mode d'emploi est un dispositif développé par **Vie Féminine**, un mouvement féministe populaire actif à Bruxelles et en Wallonie. L'approche est résolument **collective, politique, féministe et solidaire**. Il ne s'agit pas seulement de « préparer à l'emploi », mais de **reconstruire l'estime de soi dans une logique d'empowerment**, en tenant compte du contexte social et des inégalités systémiques, tout en continuant à garder le focus sur les formations.

En favorisant l'autonomie de chaque femme, sa mission est de soutenir la reconstruction après des violences ou des ruptures, rompre l'isolement social, valoriser les ressources et les compétences de chaque participante dans l'objectif de favoriser, entre autres, leur autonomie.

Les participantes prennent part à des **ateliers d'expression, de réflexion critique et de conscientisation**, dans lesquels elles peuvent parler librement de leur vécu, nommer les violences subies, et comprendre comment les oppressions de genre, de classe et de race s'entrecroisent dans leurs parcours.

« Chez nous, on part du principe que les femmes ne sont pas responsables de leur exclusion. Elles sont puissantes, mais on les a rendues invisibles. Notre travail, c'est de faire émerger cette force, avec d'autres femmes. »

Le programme est **souple et non linéaire**, sans pression de résultat immédiat. On valorise les savoirs de vie, les compétences informelles, le droit à prendre du temps.

« Une mère qui a élevé seule ses enfants tout en se battant contre les services sociaux, c'est une cheffe de projet. Ce n'est pas rien. »

Talent Solidaire Asbl: coaching personnalisé et étapes vers l'emploi

Talent Solidaire, association active à Bruxelles et Liège, accompagne toute personne, dont les femmes éloignées du marché de l'emploi à travers **un accompagnement progressif à la réinsertion de 6 mois, flexible et modulaire**. L'accent est mis sur le **coaching individuel**, le **travail sur la confiance en soi**, et l'identification des **freins psychologiques, sociaux ou pratiques** à la reprise d'un projet professionnel. L'association joue un rôle de négociation avec l'employeur afin de proposer aux mères monoparentales accompagnées de pouvoir effectuer des stages ou du bénévolat avec des horaires aménagés à leurs réalités. Cette expérience pourra être valorisée sur leur CV et leur permettre de retrouver un emploi stable. L'association travaille sur l'accompagnement de publics plus vulnérabilisés comme les mères monoparentales et les personnes en situation de handicap.

Les associations insistent sur la **cohérence entre reconstruction personnelle et projet professionnel**: l'une ne va pas sans l'autre.

« On ne peut pas parler d'insertion sans réparation. Sinon, on pousse les femmes à l'échec. »

Les participantes ont vivement réagi aux présentations. Plusieurs ont partagé leurs propres expériences de rupture de parcours, d'isolement, ou de sentiments de dévalorisation profonde.

« Je ne savais même plus faire une phrase. Je n'osais pas dire que j'étais fatiguée, parce qu'on allait dire que je ne voulais pas travailler. »

D'autres ont souligné la violence institutionnelle :

« J'ai passé mon temps à prouver que j'étais en détresse. Et une fois que je l'ai prouvé, on m'a laissée seule. »

Une maman a raconté avec émotion son expérience dans une formation organisée par l'une des structures :

« Je suis entrée là en me disant que j'étais nulle. C'est une autre femme, une participante, qui m'a dit que j'étais courageuse. C'est elle qui m'a redonné la force. »

Toutes ont insisté sur l'importance de **lieux sécurisants, non jugeants, féminins et solidaires**, où l'on peut **oser dire ce qu'on vit sans honte**, et reconstruire des liens humains avant même de rédiger un CV.

« Avant d'être employable, il faut qu'on se sente exister. »

« Entendre que je ne suis pas la seule, ça m'a soulagée. »

« J'ai pu dire des choses que je n'ai jamais dites, même à mes proches. »

« Je veux me reconstruire, mais j'ai besoin qu'on m'aide sans me faire sentir coupable. »

Recommandations

À la lumière des témoignages et des échanges, plusieurs recommandations émergent pour mieux soutenir les mères en parcours de reconstruction, particulièrement après des violences ou une longue période d'inactivité forcée :

Reconnaître la reconstruction personnelle comme une étape essentielle de l'insertion

➤ Avant d'exiger un retour à l'emploi ou en formation, il faut valoriser les parcours de soin, de stabilisation et de réparation de l'estime de soi.

Soutenir des programmes adaptés aux femmes et non conditionnés à des critères administratifs rigides

- Les parcours linéaires ne conviennent pas à toutes ; il faut proposer des dispositifs ouverts, souples, sans pression de résultat immédiat.

Renforcer les financements structurels pour les associations féminines de terrain

- Le Collectif des Femmes, Vie Féminine ou Talent Solidaire remplissent une mission essentielle d'intérêt public, mais restent fragiles financièrement.

Valoriser les compétences invisibles des mères

- Gérer seule un foyer, survivre à des violences, accomplir toutes les démarches sociales sont des compétences transférables, qui doivent être reconnues.

Favoriser des lieux non stigmatisants, collectifs et sécurisants pour les femmes

- Il faut des espaces dans lesquels les mères peuvent parler sans honte, tisser du lien, se reconstruire sans se sentir « évaluées ».

Former les acteurs institutionnels (CPAS, FOREM, ACTIRIS...) aux réalités des femmes victimes de violences

- Adapter les attentes et les discours aux traumatismes vécus est indispensable pour éviter la re-victimisation.

Multiplier les parcours mixtes : expression de soi, ateliers pratiques, orientation professionnelle et stages souples

- Ce sont les dispositifs hybrides et progressifs qui fonctionnent le mieux, car ils respectent le rythme de chaque femme.

Ressources disponibles

Voici un rappel des associations intervenantes et d'autres structures pertinentes mentionnées durant l'atelier :

Collectif des Femmes (Louvain-la-Neuve)

Formations qualifiantes à horaires adaptés, modules de français, numérique, ateliers de citoyenneté et accompagnement global des femmes.

www.collectifdesfemmes.be

Mode d'emploi – Vie Féminine (Bruxelles et Wallonie)

Programme de réinsertion féministe axé sur l'estime de soi, la parole collective, l'analyse des inégalités et l'éveil politique des participantes.

www.viefeminine.be

Talent Solidaire asbl (Bruxelles)

Coaching individuel, accompagnement global, stages d'observation, ateliers de confiance en soi et parcours d'insertion sur mesure.

www.talentsolidaire.be

Cité des Métiers de Bruxelles

Orientation professionnelle, information sur les formations, accompagnement vers la VDC (Validation des Compétences), reconversion.

www.citedesmetiers.brussels

Maisons Locales pour l'Emploi

Présentes dans chaque commune : accompagnement vers l'emploi, aides administratives, orientation et accès aux dispositifs régionaux.

Maisons des Femmes (MOVE, Schaerbeek, etc.)

Accueil, écoute, soutien psychologique, accompagnement social pour les femmes victimes de violences ou en précarité.

Exemple : Maison des Femmes de Molenbeek (MOVE asbl)

Constats critiques partagés par les mères à améliorer d'un point de vue sociétal

- **Obligation constante de se justifier :** être à la mutuelle, être aidée par le CPAS, être au chômage... crée une pression injuste que vivent les mères, avec le regard du jugement porté sur elles.
- **Stigmatisation systémique :** les femmes doivent prouver qu'elles "ne profitent pas du système" dans toutes les sphères qu'elles soient juridictionnelles (représentations sexistes chez les magistrats), professionnelles (absence des mères, manque de participation aux activités après les heures de travail,...) et sociales (un père sera toujours plus valorisé dans ses actions qu'une mère,...)
- **Sexisme structurel du système d'insertion et du système judiciaire :** nécessité de former les juges sur les réalités de la violence conjugale.
- **Egalité entre les hommes et les femmes :** les femmes sont toujours stigmatisées lors des séparations (encore plus lorsqu'elles sont victimes de violence conjugale), les hommes sont jugés plus positivement dans un système fondé sur le patriarcat (ex : un homme qui part à l'étranger pour son travail versus une femme qui perd ses droits)
- **Violences économiques et symboliques :** contrôle financier via les contributions alimentaires non versées, souvent les mères sont accusées de ne penser qu'à leurs intérêts financiers alors qu'elles sont les premières à veiller au bien-être de leur(s) enfant(s) en leur assurant une situation financière stable.

Conseils transmis aux mamans

- **Ne pas perdre espoir :** ne pas avoir peur d'appeler à l'aide et frapper aux portes, et poser des questions sur leurs droits.
- **S'autoriser à se reposer, mais ne pas se décourager.**
- **Assister aux séances d'information,** même si on ne parle pas, poser les questions en aparté.
- **Faire valoir sa volonté** auprès des médecins-conseils pour les mamans qui sont à la mutuelle pour pouvoir avoir une autorisation pour suivre une formation vu qu'elles ne sont pas inscrites chez Actiris .
- **Chercher des moments de bien-être et se faire plaisir :** se reconnecter à soi par des activités qui apaisent.



Penser plus loin : les mères monoparentales en situation de handicap.

Malgré la volonté de l'association Des Mères Veilleuses d'être les plus inclusives possibles, force est de constater que le public spécifique des mères monoparentales en situation de handicap reste l'impensé des politiques publiques et du champ associatif et militant. Nos ateliers n'ont pas pu accueillir de femmes en situation de handicap. C'est pourquoi notre souhait est de mettre en lumière les difficultés concrètes auxquelles ces mères se heurtent en proposant des pistes de recommandations, à l'aide la Collective F.R.i.D.A., association spécialisée dans l'accompagnement et l'empouvoirement des femmes en situation de handicap, victimes de violences.

Les difficultés rencontrées par les mères monoparentales en situation de handicap sont invisibles et liées aux barrières de l'accessibilité (mobilité, numérique, communicationnelle,...). Il faut reconnaître que celles-ci se situent à l'intersection du handicap et de la monoparentalité quand elles ne cumulent pas d'autres facteurs de discriminations (racisme, âgisme, orientation sexuelle, parcours migratoire,...). Il existe un vide structurel, juridique et politique dans la prise en charge de leur accompagnement car elles ne sont pas "censées exister" puisque le statut d'asexualisation supposée des femmes handicapées ne pense pas qu'elles puissent – en raison de leur(s) handicap(s) devenir un jour mère, et encore moins, mères monoparentales. Et pourtant, elles existent et sont nombreuses. La Belgique a ratifié la Convention ONU sur les droits des personnes en situation de handicap en 2007. Malgré ses engagements, il n'en demeure pas moins que le regard posé sur les femmes en situation de handicap reste extrêmement réprobateur et infantilisant, et cloisonné dans une vision médicale et non sociale.

Il est donc impensable qu'une femme handicapée puisse être une mère... encore moins une mère monoparentale.

Les mères en situation de handicap et de monoparentalité sont confrontées à des barrières liées à l'accessibilité de part leur double statut qui créent des discriminations multiples :

- **Précarité économique :** Elles subissent une plus forte précarité financière due au cumul des difficultés de la monoparentalité (perte de revenus) et du handicap (charge financière supplémentaire, nécessité de réduire ou quitter leur emploi pour s'occuper de leur enfant ou d'elles-mêmes en raison de leur santé, fatigue accrue).
- **Isolement social :** Elles sont souvent isolées socialement en raison des contraintes liées à leurs deux statuts, cumulant les difficultés de l'isolement de la monoparentalité et l'isolement lié au handicap par rapport à l'accessibilité et les difficultés de mobilité (l'environnement n'est pas adapté aux personnes handicapées).
- **Barrières administratives :** Elles rencontrent des difficultés pour accéder aux aides sociales, aux logements sociaux ou à l'emploi, car les démarches administratives sont complexes et souvent inadaptées à leur situation spécifique (absence de langue des signes, documents inadaptés à leur handicap – absence de FALS (français facile à lire et comprendre), logements inadaptés au handicap,...
- **Discriminations :** Elles sont victimes de "discriminations par association" en raison de l'intersection croisée entre leur rôle de mère, leur handicap et le(s) handicap(s) de leur(s) enfant(s). Des stéréotypes à la fois sexistes et validistes persistants les pénalisent. Ces discriminations limitent leurs accès aux services, à un logement adapté (ou logement tout court) et leur accès à l'emploi, etc.
- **Absence de mesures spécifiques :** Il n'existe pas de politiques publiques réellement adaptées à cette double situation, ce qui laisse de nombreuses femmes et familles sans le soutien nécessaire et laissées à elles-mêmes quand elles n'ont pas d'entourage proche. À l'instar de cette mère monoparentale qui ne trouve pas d'institution

adaptée pour son fils autiste car les places manquent cruellement.

- **Complexité des démarches :** Le système administratif ne prend pas en compte les spécificités des familles monoparentales en situation de handicap, les obligeant à naviguer dans un labyrinthe de démarches administratives et juridiques à cause du flou législatif.
- **Manque de reconnaissance :** Les problèmes de ces mères sont souvent ignorés ou minimisés, en partie à cause des stéréotypes qui les entourent.

Les recommandations des mamans concernées par le handicap aux décideur·se·s politiques seraient de :

- Créer un statut spécial qui reconnaîtrait les droits des mères monoparentales à avoir accès à des aides adaptées qui comblerait le vide structurel existant. **Simplification administrative :** Simplifier les démarches administratives pour l'accès aux aides sociales et à des logements adaptés à leur(s) handicap(s).
- **Soutien psychologique et social :** Offrir un soutien psychologique et social adapté pour faire face à la charge mentale et à l'isolement qu'elles vivent de part la double discrimination les touchant..
- **Aide à l'emploi :** Améliorer l'accès à l'emploi par des mesures de discrimination positive, comme l'adaptation des horaires de travail ou le maintien de revenus, par la mise en place d'aménagements raisonnables ou du télétravail.
- **Développement de services spécifiques :** Développer des services de garde d'enfants adaptés aux besoins des mères en situation de handicap. Par exemple, d'adapter les horaires des aides à domicile pour aider les mamans à accompagner leur(s) enfant(s) à l'école.

Ressources disponibles

<https://www.esenca.be/wp-content/uploads/2023/11/Analyse-2023-Parents-monoparentaux.pdf>

Collective F.R.i.D.A. (Collective Féministes Radicalement inclusives et Définitivement Antivalidistes) : frida.collective@gmail.com



Conclusion

Des témoignages puissants : reprendre le contrôle de sa vie

Les ateliers ont donné l'occasion aux mères d'évoquer leurs trajectoires, fréquemment jalonnées d'obstacles majeurs et de situations compliquées. Ce guide a été élaboré à partir de ces interactions authentiques, des observations précieuses de professionnelles et de personnes ressources, ainsi que des expériences personnelles de mères dans diverses situations.

Il traduit donc une approche collaborative, enracinée dans la réalité, qui cherche à proposer un instrument pratique et attentif aux défis rencontrés.

- **Des ruptures et violences conjugales**, souvent combinées à des freins administratifs ou linguistiques.
- **Des discriminations à l'emploi**, basées sur leur genre, leur statut de mère solo, leur origine ou leur accent.
- **Des refus de formations ou d'aide sociale** par méconnaissance ou jugement (ACTIRIS, CPAS,...)

Les mères monoparentales mènent un combat invisible, isolées, fragilisées par la société qui ne saurait voir ces mères célibataires défiant l'ordre établi – celui de la famille traditionnelle qui demeure l'image d'épinal, et tant pis si violences il y a. Leur situation de précarité économique et sociale, l'immense charge mentale et le manque de soutien découlent des inégalités de genre qui elles sont structurelles. C'est une responsabilité collective de la société et des politiques publiques mises en place que de reconnaître et d'intégrer leurs réalités, de mieux les appréhender et d'y apporter une réponse adaptée : conciliation vie privée et professionnelle, soutiens financiers et allègement fiscal, ...

Prendre en main ces réalités, c'est penser au bien-être des futurs citoyens·ne·s de demain.

Remerciements

Merci à l'ensemble de nos intervenantes et à toutes les mamans d'avoir répondu présentes à nos quatre ateliers. Ces moments de partage ont été un véritable plaisir. Nous tenions également à remercier la Maison des femmes Move et à Amazone, les deux structures qui nous ont accueillies durant ces 4 ateliers. Merci également aux rédactrices des Mères Veilleuses pour l'écriture de ce guide et à la Collective F.R.i.D.A. d'avoir fait le travail de réécriture et d'ajout des réalités vécues par les mères monoparentales concernées par le handicap.



Éditeur responsable : Fatma Karali
Conception graphique : Emine Karali



Publié par Des Mères Veilleuses asbl
En partenariat avec :



Avec le soutien de : equal.brussels
SERVICE PUBLIC RÉGIONAL DE BRUXELLES

