



*Never
give up*



Ma Parenthèse

Maison d'accueil & d'accompagnement

Rapport d'impact social 2025

Qu'est-ce qu'un rapport d'impact social ?

Cet outil permet de mesurer et de mettre en avant les effets que l'association peut avoir sur les adhérentes et leurs proches. Il nous permet de traduire, à travers des témoignages et des chiffres clés, les potentiels changements et les transformations positives que génèrent nos actions.



L'objectif de cette étude est d'évaluer dans quelle mesure Ma Parenthèse répond à sa raison d'être. Pour réaliser ce rapport, nous avons créé un questionnaire qui a été envoyé aux adhérentes actuelles (actuellement inscrites) et aux anciennes adhérentes (qui ont fermé leur parenthèse).

Pour mener à bien ce projet, nous nous sommes basées sur 3 points : les besoins, les sentiments et les impacts.

Pourquoi en faire un ?

L'objectif de ce rapport est de donner du sens aux actions de Ma Parenthèse. Il va permettre d'éclairer nos propos, nos actions et de mieux comprendre comment les ateliers et l'accompagnement aident les femmes que nous soutenons.

Qu'est-ce qu'un rapport d'impact social ?

Ce rapport est également un moyen de partager nos actions et des témoignages concrets à nos partenaires et financeurs. En documentant les impacts sociaux tangibles de notre travail à travers des chiffres et des témoignages concrets, nous démontrons clairement l'importance de l'accompagnement proposé par Ma Parenthèse. Cela renforce notre crédibilité auprès des partenaires, des financeurs, et permet de justifier les ressources investies dans nos actions.

Bien sûr, l'objectif est profondément ancré dans l'amélioration continue de l'accompagnement. Grâce aux différents résultats obtenus, nous pouvons ainsi mieux comprendre si nos activités répondent

vraiment aux besoins exprimés par les femmes que nous soutenons.



Un tel rapport permet de mettre en lumière les besoins auxquels nos activités répondent, les bénéfices ressentis par les femmes que nous accompagnons, les changements tangibles dans leur quotidien et leur parcours de vie.

Ma Parenthèse

L'association Ma Parenthèse est une maison d'**accueil** et d'**accompagnement** pour les femmes touchées par un cancer.

Et Ma Parenthèse en chiffres ça donne quoi ?

Ouverture en septembre **2020**

+ de **750** femmes accompagnées

+ de **40** intervenants formés avec une spécificité oncologique

Environ **25** ateliers par semaine

1 atelier = **50€**

L'adhésion à :

- **35€** par an
- **25€** par an pour les étudiants et demandeurs d'emploi



Située sur la commune de **Basse-Goulaine**
dans la région Nantaise

UNE AIDE PRÉCIEUSE

ESPOIR

UNE CHANCE

UNE BOUFÉE D'OXYGÈNE

UN TREMLIN

UNE BOUÉE DE SAUVETAGE

UN COCON

UN PARAPLUIE POUR SE PROTÉGER

UNE NÉCESSITÉ

DU SOUTIEN

ACCOMPAGNEMENT

UN OUTIL

**Ma Parenthèse en
un mot ?**

LA VIE

UNE MAISON UNIQUE

UNE BONNE FÉE

BIENVEILLANCE

ACCUEIL

AMITIÉ

UNE AIDE MORALE INDISPENSABLE

UNE ÉCOUTE

UNE AUTRE VIE POSSIBLE

UNE RESSOURCE

UN NOUVEAU DÉPART

UNE FORCE

UN MOMENT À SOI

BIEN ÊTRE

UNE AUTRE FAMILLE

Vos témoignages

« Cela m'a fait réaliser qu'il est essentiel de prendre du temps pour soi, que l'on soit malade ou guérie ! Que nous sommes pleines de ressources, qu'il faut s'aimer et que nous ne sommes jamais seules ! »

« L'association m'a permis de traverser cette période difficile, sans jugement, gêne ou pitié en mettant à ma disposition des moyens pour me réapproprier mon corps, répondre à mes questions et me sentir mieux. Grâce à l'association, j'ai pu arriver en douceur dans ma nouvelle vie qui se construisait. »

« Ma Parenthèse m'a aidée à accepter la maladie et à mettre des mots sur mes maux. »

« Une vision de la maladie différente, qui rend plus fort et plus posée, alors que, quand on arrive à Ma Parenthèse, on est complètement déstabilisée. »

« L'association m'a permis d'avoir un regard différent sur la vie et ses aléas, d'avoir moins peur de la maladie en prenant conscience que, malgré tout, le bonheur est possible et la vie continue. »

« La team redonne de l'espoir, un but autre que le combat, et cela en toute simplicité, car pendant qu'on est avec elles, on n'est pas malade. Merci. »

« J'ai repris soin de moi, je passe désormais en priorité et je reste actrice de ma santé. »

Notre rapport

Le rapport se base sur 136 réponses d'un questionnaire envoyé aux anciennes adhérentes et aux adhérentes actuelles.

À la question "Pour quelles raisons avez-vous décidé d'adhérer à l'association ?", nous avons obtenu 3 besoins majoritaires :

- Retrouver un bien-être global
- Partager avec d'autres femmes vivant une situation similaire
- Comprendre les traitements, obtenir des informations et des conseils de la part de professionnels



Bien-être mental
et psychologique



Mise à disposition
de ressources clés,
fédérer le contact
avec des
personnes formées
à l'oncologie



Partage,
bienveillance,
compréhension

La majorité des femmes estime que Ma Parenthèse leur a permis de créer du lien social.

86% estiment que les échanges entre adhérentes ont permis de se sentir aidées, comprises et soutenues et 28% ont crée de nouvelles amitiés.

44% des femmes avaient un sentiment de solitude avant d'intégrer l'association et 34% ont le sentiment d'avoir brisé cette solitude.

Notre rapport

53% ont intégré de nouvelles habitudes ou routine grâce à l'association.

Deux points ressortent :

- 85% des femmes prennent plus soin d'elles et ont recours à des produits adaptés
- 54% des femmes gèrent mieux leur stress et leur anxiété

83% estiment que l'association permet de prendre du recul sur la maladie

80% des femmes ont noté des diminutions de stress et/ou d'anxiété.

70% des femmes estiment que les ateliers proposés sont bénéfiques pour la poursuite du parcours après la maladie.



Selon les témoignages de nos adhérentes, l'association permet de créer du lien social, de s'ouvrir à de nouvelles activités et d'instaurer de nouvelles habitudes dans leur rythme quotidien. Mais aussi et surtout, de se sentir soutenues, accompagnées et écoutées.

Vos témoignages

« Me reconnecter à mes forces physiques et psychiques, à mon corps sensible, avant et après chaque étape du traitement.

Me redonner de l'amour à chaque étape. Trouver les mots justes avec mon amoureux, mes enfants, et mes amies proches. Me reconstruire pour m'investir dans une suite professionnelle différente. »

« C'est un lieu ressource qui m'a permis de pratiquer des activités peu accessibles financièrement (hypnose, sophrologie) pour diminuer l'anxiété.»

« Ma Parenthèse m'a aidée à accepter la maladie et à mettre des mots sur mes maux. »

« J'ai repris soin de moi : je passe désormais en priorité et je reste actrice de ma santé. »

« Cette association m'a permis de me retrouver sur plusieurs domaines (professionnellement et personnellement avec le "prendre soin de soi") grâce à la variété des ateliers. J'ai absorbé toute cette énergie positive que permet Ma Parenthèse pour traverser cette épreuve difficile. »

« Peu importe les accidents de parcours, la vie circule et se partage dans des lieux ressourçants. »

« L'association m'a permis d'avoir une vie sociale et une routine hebdomadaire pendant mon arrêt de travail. »