



DOSSIER DE PRESSE

Fabuleuses au Foyer

*« Révéler la Fabuleuse en
chaque maman »*

UN SITE COMMUNAUTAIRE D'ACCOMPAGNEMENT, D'AIDE ET DE PARTAGE,
DÉDIÉ AUX FABULEUSES MAMANS.



Un matin de mars 2014, en plein burn-out maternel, Hélène Bonhomme poste son premier article sur le web. Le site fabuleusesaufoyer.com touche aujourd'hui plus de 150.000 femmes par mois. Le bien-être des mamans — parce que toutes les mamans le sont à plein temps, et parce que chacune est unique et fabuleuse — est l'inspiration de ce site pas comme les autres.

HÉLÈNE BONHOMME, FONDATRICE ET ÂME DU SITE FABULEUSES AU FOYER

Conférencière, écrivaine et chroniqueuse, cette trentenaire, maman de quatre enfants dont des jumeaux, est une boule d'énergie. *« Quand je ferme les yeux, je vois des milliers de mamans qui retrouvent la sérénité et l'entrain dont elles ont besoin pour attaquer leur folle journée. C'est la vision qui m'habite et me fait vibrer : un mouvement de femmes réconciliées avec elles-mêmes, qui inspirent les autres à briller. »*

Elle multiplie les initiatives dédiées au bien-être des mamans :

- ▶ Deux livres vendus à 15.000 exemplaires
- ▶ Deux mooks vendus à 15.000 exemplaires
- ▶ Une chronique pour Le Point
- ▶ Quatre formations en ligne
- ▶ Deux spectacles vus par plus de 4.000 personnes
- ▶ Une lettre matinale quotidienne à près de 100.000 abonnés



**L'HISTOIRE D'HÉLÈNE BONHOMME
DANS "MILLE ET UNE VIES"
AVEC FRÉDÉRIC LOPEZ.**

Les Fabuleuses en confinement



Sur scène ou derrière l'écran, Hélène Bonhomme fait le show ! En mars 2020, lorsque sa tournée est annulée à cause de la pandémie, elle poursuit le spectacle en ligne et lance la Matinale des Fabuleuses. Chaque matin, c'est une heure de vitamines et de bonne humeur qui est offerte aux internautes, lors de lives Facebook explosifs.

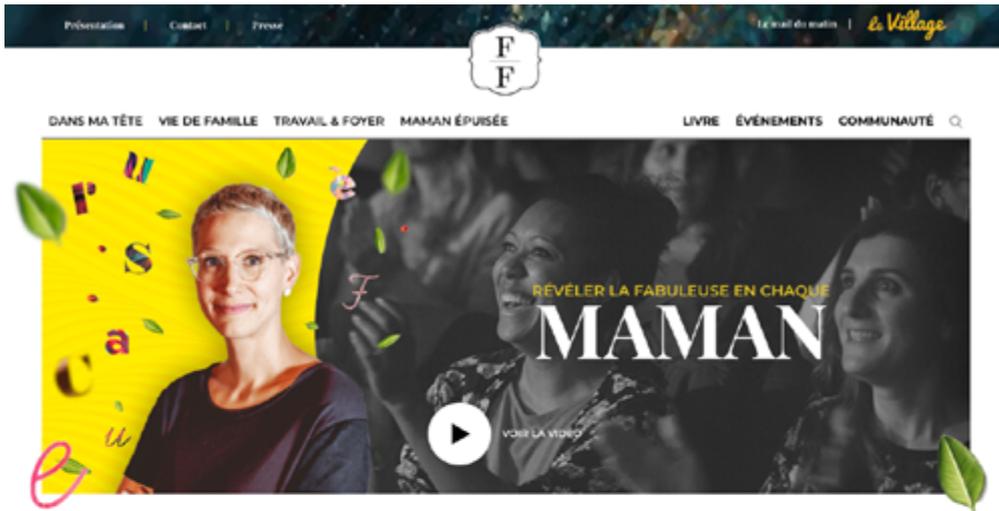
LA MATINALE DES FABULEUSES

- ▶ Toujours pour cause de mesures sanitaires, les Fêtes du Village 2020 ont eu lieu à distance. Inaugurant la future TV des Fabuleuses, Hélène et ses équipes ont osé deux soirées et une après-midi d'émissions interactives avec les Villageoises. 3 directs en plateau, un véritable succès pour une première !

ÉMISSIONS INTÉRACTIVES



Le site des Fabuleuses



COMMENCER AVEC NOTRE SÉLECTION



MAMAN ÉPUIÉE
Santé mentale : la détresse des mamans

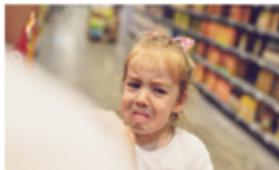


TRAVAIL & FOYER
Dans tous les cas, tu pleures
Cet été, je me suis offert quelques jours



VIE DE FAMILLE
Petits gestes, grand amour (2)
« Alors, qu'est-ce que tu as fait aujourd'hui ? »

LES ARTICLES LES PLUS LUS



VIE DE FAMILLE
Ni bienveillante ni maltraitante



MAMAN ÉPUIÉE
COMMENT AIDER UNE MAMAN POST-ACCOUCHEMENT
10 Idées
Comment aider une maman



DANS MA TÊTE
Juste quelques années



PLUS DE 900 ARTICLES SUR LE BLOG

Logistique familiale, charge mentale, pression extérieure, peur de mal faire... : trop de mamans se sentent submergées par leur quotidien ! Les fabuleuses chroniqueuses les aident à déculpabiliser, sous la direction d'Anna Latron, journaliste et maman de deux enfants — dont Alexis, atteint d'un trouble du spectre de l'autisme.

LES CHRONIQUEUSES

Une équipe placée sous le signe de l'authenticité. Sa mission :

- ▶ mettre les mots sur les maux et sur les joies des mamans d'aujourd'hui
- ▶ s'autoriser un regard sincère sur la maternité à l'intérieur et à l'extérieur du foyer
- ▶ rejoindre les femmes dans leur vie réelle et non rêvée, partager leur vécu et leur donner la parole.



Le Village



Le Village est une expérience de développement personnel qui n'existe nulle part ailleurs, née de rencontres au sein de la communauté des Fabuleuses et de l'expertise d'Hélène Bonhomme en matière de soutien à la maternité

PENDANT UNE ANNÉE, LES MAMANS SONT INVITÉES À PRENDRE SOIN D'ELLES

pour révéler la Fabuleuse qui dort en elles. Carnets, lives, groupes privés, modules autour de la vie de mère, de couple, du travail sans oublier les fêtes du Village qui permettent aux fabuleuses Villageoises de se rencontrer dans la vraie vie, autant d'outils d'accompagnement qui permettent aux mamans de sortir la tête de l'eau. Au fil de la formation, les visages et les parcours se transforment.

Aujourd'hui, ce sont 1800 femmes qui participent quotidiennement à l'expérience du Village.



DÉCOUVRIR LE VILLAGE

Les livres



IL Y A UNE FABULEUSE DANS CHAQUE FOYER

50 pensées pour la révéler
Ed. Première Partie, 2015



C'EST DÉCIDÉ, JE SUIS FABULEUSE

Petit guide de l'imperfection heureuse
Ed. Première Partie, 2016



FABULEUSE AU FOYER ET PARTOUT AILLEURS

Mook des Fabuleuses numéro 1,
mars 2020



ÊTRE HEUREUSE, LA NOUVELLE INJONCTION ?

Mook des Fabuleuses numéro 2,
décembre 2020



Fabuleuses au foyer en LIVE

En mars 2018, pour fêter les 4 années d'existence de cette communauté web de mamans imparfaites mais fabuleuses, Hélène Bonhomme monte sur les planches pour la première fois. Elle rassemble 500 mamans dans un théâtre parisien.



En mars 2019, Hélène Bonhomme et l'équipe des Fabuleuses rencontrent leur public de France et de Suisse. Au programme : une conférence de développement personnel spéciale maman avec du rire, de l'émotion, de la musique, et surtout beaucoup de bienveillance.



En mars 2020, elle revient en force avec son premier

ONE WOMAN SHOW

débordant d'humour et de vérité :
Hélène Bonhomme lave son linge sale en famille,
qui attire 2.800 Fabuleuses.



Fabuleuses au foyer : les chiffres



Fabuleuses au foyer : les dates

2014

MARS Premier article d'Hélène Bonhomme sur le blog
www.fabuleusesaufoyer.com

2015

MAI *Il y a une Fabuleuse Dans Chaque Foyer. 50 Pensées pour la Révéler,*
collectif d'auteures sous la direction d'Hélène Bonhomme,
éd. Première Partie

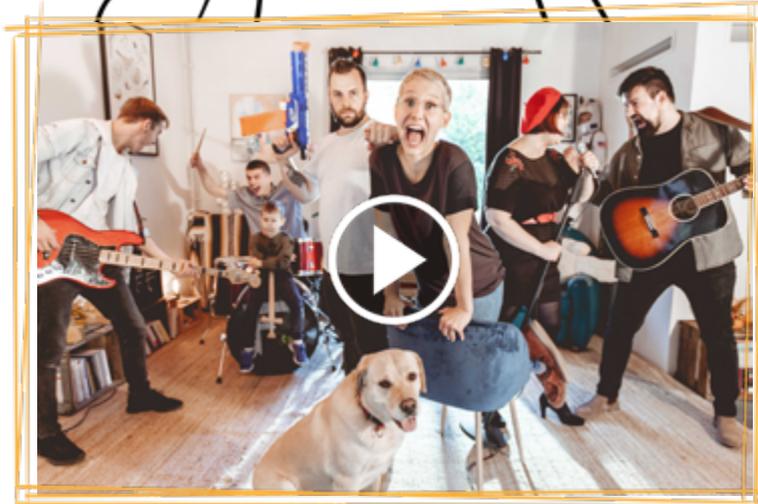
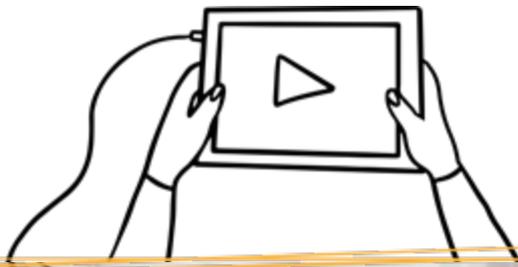
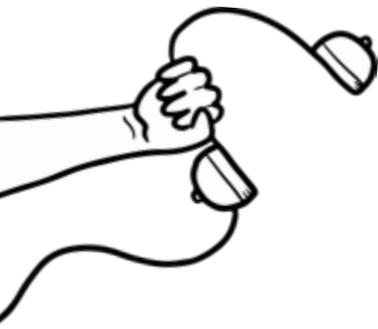
2016

OCTOBRE *C'est décidé, je suis fabuleuse : Petit guide de l'imperfection
heureuse,* Hélène Bonhomme, éd. Première Partie

2018

MARS Les fabuleuses en soirée, Hélène Bonhomme réunit
500 mamans dans un théâtre parisien.

AVRIL Le Village ouvre ses portes, 600 mamans progressent
vers plus de bien-être et se serrent les coudes au quotidien.



LE CLIP "FABULEUSE" (TIPHAINE WARY)
PLUS DE 200K VUES

2019

JANVIER Sortie du [clip "Fabuleuse"](#) avec la chanteuse Tiphaine Wary. Il totalise 200K vues sur Youtube.

MARS La tournée des mamans fabuleuses (première édition) : 1400 femmes dans 6 villes de France, Suisse et Belgique.

AVRIL Nouvelle édition du Village, rejoint par 1.300 mamans.

2020

MARS Le premier numéro du mook est distribué à 5.000 exemplaires.

MARS Hélène Bonhomme présente son premier one woman show : « Hélène Bonhomme lave son linge sale en famille ».

AVRIL Nouvelle édition du Village, rejoint par 1.800 mamans.

DÉCEMBRE Le deuxième numéro du mook est distribué à 10.000 exemplaires

Les Fabuleuses sur les réseaux sociaux



FACEBOOK 70K Likes

INSTAGRAM 20K followers se régalaient des BD de Fleur-Lise Palué



Fabuleuses au Foyer
@fabuleusesaufoyer · Communauté

S'inscrire
web.fabuleusesaufoyer.com

Accueil À propos Photos Plus

J'aime déjà Message

À propos

Porter un regard sincère sur la maternité à l'intérieur et à l'extérieur du foyer, rejoindre les femmes dans leur vie réelle et non rêvée, et donner la parole aux mamans d'aujourd'hui.
60 630 personnes aiment ça, dont 94 de
69 644 personnes sont abonnées
<http://fabuleusesaufoyer.com/>
Envoyer un message
Communauté

Photos



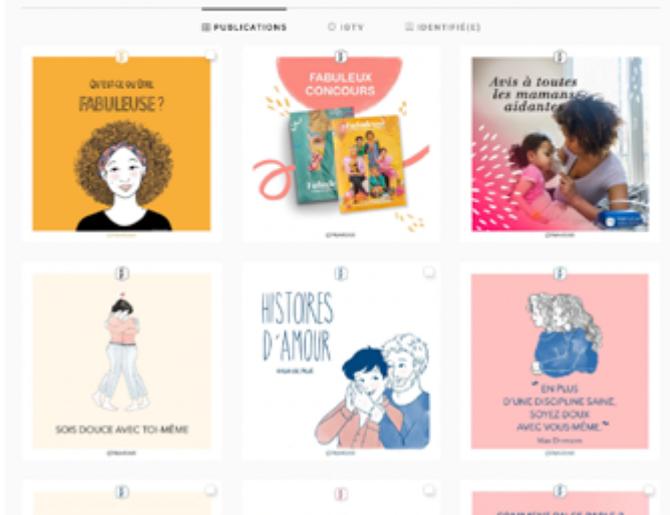
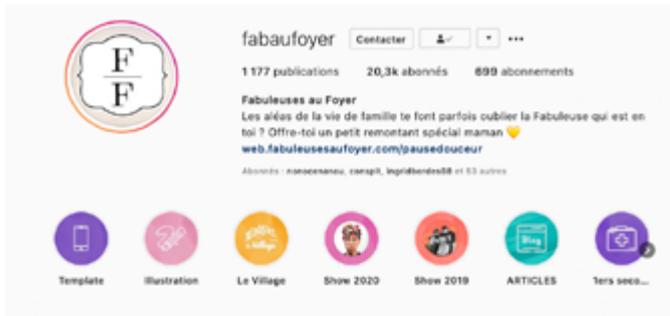
Créer une publication

Photo/Vidéo Je suis là Identifier des amis

Fabuleuses au Foyer
16 février, 08:12
Devenir mère au fond, c'est comme sauter en parachute : il faut savoir fermer les yeux. On ne s'y résout jamais sans un brin de folie, à moins que quelqu'un ne vous précipite dans le vide, comme lorsque l'enfant s'e invite sans qu'on s'y attende...



FABULEUSES.AUFOYER.COM
« Tu Pas voulu ? Tu l'Assumes »



Retrouvez-nous également sur **YOUTUBE** et **TWITTER**

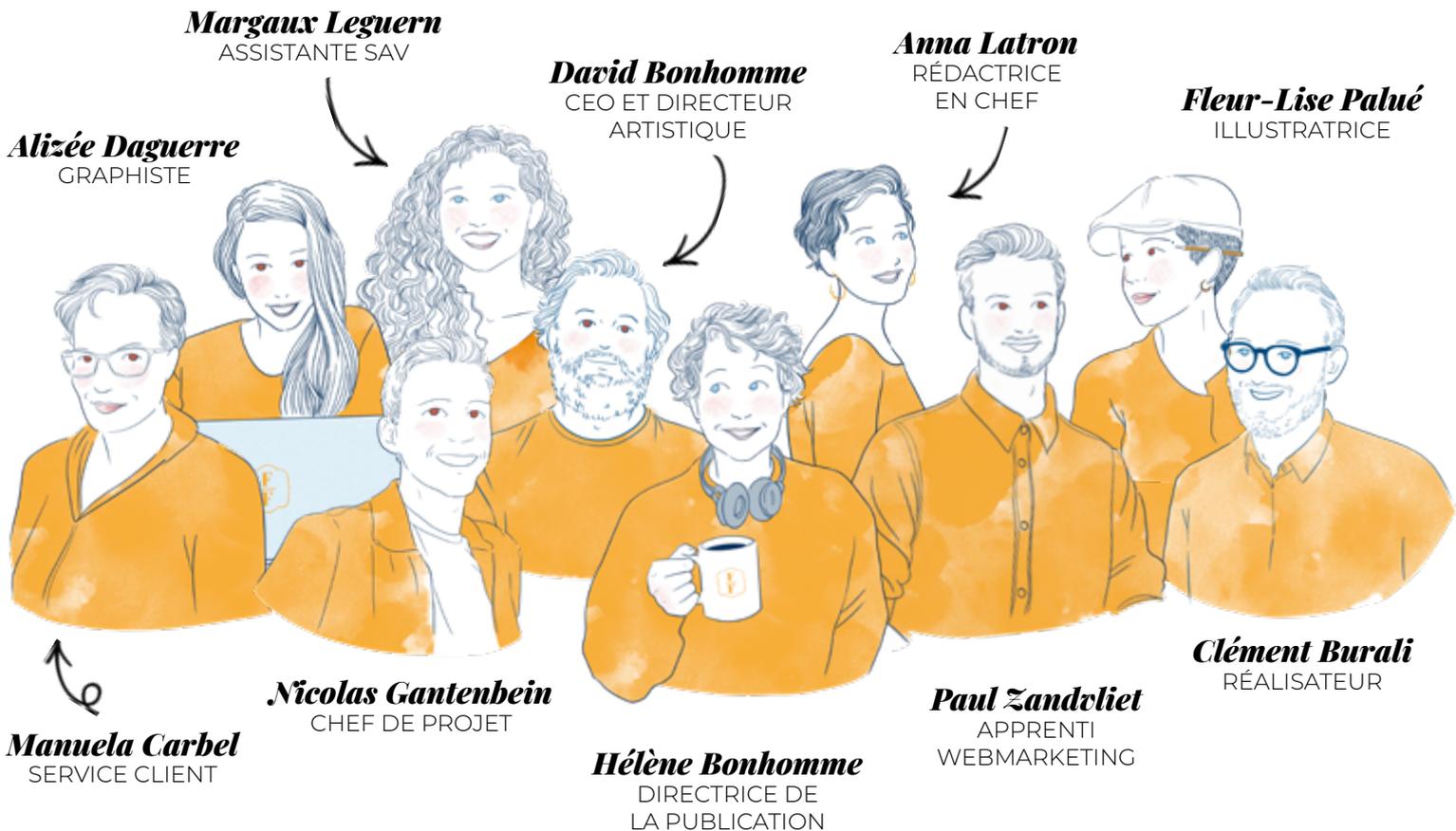


Fabuleuses au foyer dans la Presse :



VOIR NOTRE REVUE DE PRESSE

La fabuleuse équipe



Contact

contact@fabuleusesaufoyer.com

Anna Latron - Rédactrice en chef : 06 45 31 23 08

(Photos HD disponibles sur demande)

