Restare presenti. Quando serve di più.

Bilancio Sociale 2025

MAMA CHAT APS
Per l'empowerment e la salute psicosociale femminile

Indice

1. LETTERA DELLA PRESIDENTE

2. CHI SIAMO
   La nostra visione

3. LE PERSONE

4. IL 2025 IN SINTESI
   Il nostro impatto
   I numeri del 2025

5. LE NOSTRE ATTIVITÀ

6. I PROGETTI DEL 2025

7. LE RISORSE DEL 2025

8. LE ALLEANZE CHE GENERANO IMPATTO

9. GUARDANDO AL FUTURO

Lettera della Presidente



Cara lettrice, caro lettore,
Il 2025 è stato un anno che ci ha messo alla prova.
Abbiamo affrontato cambiamenti importanti, difficoltà economiche e la necessità di ripensare la nostra organizzazione, senza mai perdere di vista ciò che conta davvero: essere presenti per chi aveva bisogno di noi.
Ogni giorno, dietro lo schermo di una chat, abbiamo incontrato persone che cercavano uno spazio sicuro dove poter parlare senza paura di essere giudicate. Persone che, spesso per la prima volta, hanno trovato qualcuno disposto ad ascoltarle.
Abbiamo continuato a garantire il nostro sportello gratuito di supporto psicologico, abbiamo sostenuto percorsi di terapia per chi non avrebbe potuto permetterseli e abbiamo dato vita a nuovi progetti dedicati alla salute mentale e al contrasto della violenza di genere.

Il 2025 è stato anche un anno di semina

Abbiamo costruito nuove collaborazioni, rafforzato la nostra rete e investito nella progettazione di iniziative che inizieranno a produrre il loro impatto nei prossimi anni. Tutto questo è stato possibile grazie alle volontarie, alle professioniste, alle socie, ai partner, ai donatori e alle persone che ogni giorno scelgono di credere nella nostra missione.
Questo Bilancio Sociale racconta il nostro lavoro con trasparenza, ma soprattutto racconta le persone che ne sono state protagoniste.
Perché dietro ogni numero c'è una storia. Ed è per quelle storie che continuiamo a lavorare.

Margherita Fioruzzi
Presidente di Mama Chat

Chi siamo

Mama Chat è nata con l'obiettivo di rendere il supporto psicologico più accessibile, inclusivo e vicino alle persone. Crediamo che il benessere mentale sia un diritto fondamentale e che nessuno debba rinunciare a chiedere aiuto per motivi economici, culturali o sociali.
Per questo abbiamo creato uno spazio digitale gratuito, anonimo e facilmente accessibile, in cui ogni persona possa trovare ascolto, orientamento e sostegno da parte di professioniste e volontarie qualificate.
Nel corso degli anni Mama Chat è diventata un punto di riferimento per migliaia di donne che affrontano momenti di fragilità, difficoltà relazionali, disagio psicologico o esperienze di violenza, offrendo un primo contatto capace di trasformarsi in un percorso di cura e consapevolezza.
Accanto allo sportello online, promuoviamo progetti di prevenzione, attività di sensibilizzazione, formazione e ricerca, contribuendo alla diffusione di una cultura della salute mentale, dell'empowerment femminile e della tutela dei diritti.







La nostra visione

Immaginiamo una società in cui la salute mentale sia riconosciuta come parte integrante del benessere della persona e in cui chiedere aiuto non sia più motivo di stigma.
Una società in cui ogni donna possa trovare uno spazio sicuro di ascolto, indipendentemente dalla propria età, provenienza, situazione economica o luogo in cui vive.
Vogliamo contribuire a costruire una cultura fondata sulla prevenzione, sulla cura delle relazioni e sul rispetto dei diritti, affinché il supporto psicologico diventi un'opportunità realmente accessibile a tutte.

Le persone

LA GOVERNANCE

L'Associazione è guidata dalla Presidente **Margherita Fioruzzi**, che coordina le attività istituzionali e rappresenta Mama Chat nel dialogo con enti, partner e istituzioni, promuovendo lo sviluppo strategico dell'organizzazione e la realizzazione della sua missione.
Accanto alla Presidente opera il Consiglio Direttivo, che accompagna le principali scelte organizzative e garantisce il buon funzionamento dell'Associazione.

L'AREA CLINICA

Nel corso del 2025 il coordinamento clinico è stato affidato a **Elisa Giustarini e Irene Manzoni**, che hanno supervisionato il lavoro delle volontarie, accompagnandole attraverso momenti di confronto, formazione e supervisione.
A conclusione dell'anno, Irene Manzoni ha terminato il proprio incarico, passando il testimone a **Carola Ardizzone,** che è entrata a far parte del team come nuova referente clinica. Un passaggio di consegne che ha garantito continuità, valorizzando il percorso costruito negli anni.

LE COLLABORATRICI

Nel corso del 2025 :
Francesca Bettini ha coordinato le attività di progettazione e fundraising, contribuendo allo sviluppo di nuove opportunità di finanziamento e alla costruzione di partnership.
Virginia Susanna ha seguito gli aspetti amministrativi e gestionali, garantendo il corretto funzionamento delle attività dell'Associazione e il presidio degli adempimenti organizzativi.
Allegra Jona ha curato la comunicazione istituzionale e digitale, contribuendo a rafforzare la presenza di Mama Chat attraverso i canali online e le attività di sensibilizzazione.

LE VOLONTARIE

Il cuore pulsante di Mama Chat, sono le volontarie con formazione in ambito psicologico che, dopo uno specifico percorso di selezione e formazione interna, mettono a disposizione tempo, competenze e professionalità per garantire il funzionamento dello sportello di ascolto.
Attraverso un approccio fondato sull'ascolto attivo, sull'accoglienza e sul rispetto della persona, accompagnano ogni giorno chi si rivolge a Mama Chat offrendo uno spazio sicuro, anonimo e privo di giudizio.
Ogni conversazione è il risultato del loro impegno e capacità di costruire relazioni di fiducia anche attraverso uno schermo.

Il 2025 in sintesi

Il 2025 è stato un anno di resilienza, trasformazione e nuove opportunità.
Pur operando in un contesto caratterizzato da importanti difficoltà economiche e organizzative, Mama Chat ha continuato a garantire continuità ai propri servizi, mantenendo lo sportello di ascolto online come punto di riferimento per migliaia di persone. Nel corso dell'anno si è confermato l'impegno dell'Associazione nel rendere il supporto psicologico accessibile anche alle persone in condizioni di maggiore vulnerabilità.
Il 2025 ha rappresentato anche un anno di consolidamento delle relazioni istituzionali e di sviluppo progettuale. L'avvio del progetto Voci Invisibili, il coinvolgimento nel progetto RE-WORK e il lavoro di progettazione che ha portato al finanziamento di nuove iniziative nel 2026 testimoniano la capacità dell'Associazione di guardare oltre le difficoltà, investendo nella costruzione del proprio futuro.

Il nostro impatto

Ogni giorno incontriamo persone che decidono di condividere una parte della propria storia. C'è chi scrive perché sta vivendo un momento di forte ansia, chi cerca un confronto dopo aver subito una relazione violenta, chi si sente sopraffatta dalla solitudine, chi semplicemente ha bisogno di qualcuno che ascolti senza giudicare.
Dietro ogni accesso allo sportello non c'è un numero, ma una persona che sceglie di affidarsi a noi. Per questo motivo, quando raccontiamo il nostro lavoro, scegliamo di partire dalle storie e non soltanto dai dati.
Ogni conversazione rappresenta un'opportunità per intercettare un bisogno, orientare verso i servizi più adeguati e contribuire a ridurre quella distanza che troppo spesso separa le persone dal chiedere aiuto.
L'impatto del nostro lavoro si misura, infatti, anche nella fiducia che ogni giorno le persone scelgono di riporre in noi.

Il 2025 in numeri

💬 9.581
CONTATTI

❤️ 58
SEDUTE PSICOLOGICHE GRATUITE

🧠 15
PERCORSI DI TERAPIA SOSPESA

👥 17
SOCIE

👩🏻‍⚕️ 30
VOLONTARIE

🤝
NUOVE PARTNERSHIP NAZIONALI



Le nostre attività

Uno spazio di ascolto sempre aperto

Lo sportello di ascolto online rappresenta il cuore delle attività di Mama Chat. L'ascolto rappresenta il punto di partenza di ogni percorso. Le volontarie accolgono le richieste, aiutano a mettere a fuoco i bisogni della persona e, quando necessario, orientano verso i servizi territoriali o altri percorsi specialistici.
Nel corso del 2025 lo sportello ha gestito 9.581 chat, confermando il proprio ruolo di riferimento per migliaia di persone.

Il Fondo di Terapia Sospesa

Crediamo che la possibilità di iniziare un percorso psicologico non debba dipendere dalla disponibilità economica.
Per questo motivo abbiamo continuato a sostenere il Fondo di Terapia Sospesa, un progetto nato per garantire l'accesso gratuito a percorsi psicologici per persone che vivono situazioni di fragilità economica e sociale.
Nel corso del 2025 il Fondo ha permesso l'attivazione di 15 percorsi terapeutici, per un totale di 58 sedute gratuite.

Sensibilizzazione e prevenzione

Attraverso campagne di comunicazione, contenuti digitali, incontri pubblici e collaborazioni, lavoriamo per contrastare lo stigma che ancora oggi accompagna il disagio psicologico e la violenza di genere, favorendo una maggiore conoscenza dei servizi disponibili e un accesso tempestivo al supporto.
Nel corso del 2025, attraverso la partecipazione a reti e tavoli di lavoro nazionali, si è rafforzato il ruolo di Mama Chat nel dibattito pubblico sui temi della salute mentale e dei diritti delle donne.

I progetti del 2025

Voci Invisibili - Rompere il tabù tra violenza di genere nella salute mentale

Nel corso del 2025 Mama Chat si è aggiudicata il bando NORA – Network of Organizations for Rights and Autonomy against Gender-Based Violence, promosso da ActionAid International Italia e Fondazione Realizza il Cambiamento.
L'obiettivo del progetto è l'aumento della consapevolezza e delle competenze su consenso, affettività e prevenzione della violenza di genere nei contesti di salute mentale.
Il progetto è stato presentato in collaborazione con Fondazione Progetto Itaca e con le sedi territoriali di Milano, Brescia e Padova.

RE-WORK

Nel corso del 2025 Mama Chat ha preso parte al progetto di ricerca RE-WORK promosso dall'Università Bocconi, Cattolica, di Warwick, Losanna e Muenster, con l'obiettivo di sostenere il reinserimento lavorativo delle donne sopravvissute alla violenza e favorirne l'autonomia economica.

Sinergika - SOS Young

Nel corso del 2025 Mama Chat ha collaborato con Dolomiti Energia attraverso Sinergika, per garantire ascolto e aiuto professionale ad adolescenti. 786 adolescenti fra gli 11 e i 18 anni sono stati aiutati in chat nel 2025 e sono state garantite 300 ore di supporto psicologico online.

nora AGAINST GBV

actionaid · FONDAZIONE REALIZZA IL CAMBIAMENTO · Cofinanziato dall'Unione europea

J-PAL

dolomiti energia

I progetti del 2025

Erogazione liberale

Mama Chat ha ricevuto nel 2025 un contributo da PFC S.p.A. Società Benefit, nell'ambito di un accordo di erogazione liberale modale finalizzato al sostegno del servizio di Chat per il benessere psicologico in particolare di donne vittime di violenza e giovani in difficoltà e per le attività di coordinamento e formazione delle volontarie.

Costruire il futuro

Il 2025 è stato anche un anno di intensa progettazione. Mama Chat ha partecipato a numerosi bandi nazionali.
Tra questi, il progetto presentato a Fondazione Marcegaglia che ha ottenuto il finanziamento per il biennio 2026-2027, mentre altri percorsi, pur non essendo stati finanziati nell'immediato, hanno permesso di avviare nuove collaborazioni e ampliare la rete istituzionale dell'Associazione.

PFC Partners For Change

Le risorse del 2025

BONA CALVI
MINIATURE

In occasione del 25 Novembre è stato realizzato l'Anello acciuga con topazio. Il 40% del ricavato delle vendite viene donato a sostegno di Mama Chat

/splen·di·da·mè·nte/

L'azienda ha deciso di donare il 5% del ricavato dalla vendita dell'agenda Leti's Mind a Mama Chat sostenendone l'operato

Le alleanze che generano impatto

Le sfide legate alla salute mentale e al contrasto della violenza di genere sono complesse e richiedono risposte condivise.

Per questo Mama Chat costruisce ogni giorno relazioni con imprese, fondazioni, università, enti pubblici e organizzazioni del Terzo Settore, dando vita a una rete capace di generare valore per la comunità.

Le collaborazioni che costruiamo non rappresentano semplici sostegni economici: sono percorsi condivisi che mettono al centro competenze, responsabilità sociale e impatto.

Guardando al futuro

Il Futuro si costruisce ogni giorno
Nel 2026 Mama Chat continuerà a investire nello sviluppo dello sportello di ascolto, nel rafforzamento del Fondo di Terapia Sospesa e nella realizzazione dei progetti avviati nel corso del 2025.
Proseguiremo il lavoro di rete con fondazioni, aziende, istituzioni e organizzazioni del Terzo Settore, convinti che la collaborazione rappresenti la chiave per ampliare il nostro impatto e raggiungere un numero sempre maggiore di persone.
Continueremo a lavorare affinché chiedere aiuto sia sempre più semplice, il supporto psicologico sempre più accessibile e la salute mentale riconosciuta come un diritto fondamentale.



APS MAMA CHAT
Per l'empowerment e la salute psicosociale femminile