

[FAMILLE]

QUAND ON PASSE DE DEUX À TROIS

L'ARRIVÉE DE BÉBÉ CHAMBARDE LE COUPLE. AVANT, PENDANT ET APRÈS, LES QUESTIONS FUSENT. UN NOUVEAU CAHIER PROFA Y RÉPOND AVEC CONSEILS ET TÉMOIGNAGES. LE POINT POUR S'Y PRÉPARER AU MIEUX.

TEXTE FABIENNE ROSSET

En attendant bébé

Où vais-je accoucher? Comment gérer les changements émotionnels et physiques liés à la grossesse? Est-il prêt à devenir père? Autant de questions qui tarabustent le couple qui va passer de deux à trois en quelques mois. Pour dédramatiser, et surtout écouter les parents en devenir, la Fondation vaudoise Profa propose une consultation en périnatalité ouverte à toutes et tous.

Un lieu pour parler

Des changements physiques et émotionnels jusqu'à l'endroit choisi pour l'accouchement, toutes les questions en lien avec l'arrivée du bébé peuvent y être abordées. «On a beau avoir toutes les infos qu'on veut, on n'est jamais vraiment prêts. C'est important de savoir qu'il existe des lieux où venir y déposer ses émotions, ses craintes ou ses questions pratiques. Il ne faut pas rester

isolé», constate Nadia Pasquier, cheffe de service Conseil en périnatalité à Profa.

Faire le lien

L'équipe de professionnels de Profa – sage-femme conseillère et assistante sociale en périnatalité – intervient en complément au travail du gynécologue, et avant l'action des équipes de la maternité. Le but, c'est de faire le lien pour la suite. «On invite les parents à se projeter sur l'arrivée de l'enfant. Ils ont à disposition un carnet d'adresses, que nous commentons. Nous les encourageons à se mettre en contact avec une sage-femme indépendante, une infirmière de la petite enfance», explique Nadia Pasquier. Point important, la sage-femme conseillère établit, suite à ces entretiens, un document périnatal de transmission qui est remis à la maternité: y sont inscrits les souhaits, les craintes des futurs parents, ainsi que leurs

ressources pour les premiers jours à la maison, après la sortie de la maternité et le réseau de professionnels sur qui compter.

Pour qui?

Les femmes enceintes, dès 4 à 6 mois de grossesse, les futurs pères aussi.

Combien de fois?

Dans 80% des cas, une ou deux consultations suffisent pour dédramatiser et calmer les

peurs. Il suffit souvent de parler, tout simplement.

Et les futurs papas?

Ils peuvent venir aussi à la consultation. On les informe des groupes de pères qui existent, par exemple. L'assistante sociale aborde des sujets liés à la paternité «pratique», comme les questions juridico-sociales (*n.d.l.r.*: reconnaissance de l'enfant, ses droits en cas de séparation) ou la sexualité pendant la grossesse.

UN LIVRE UTILE ET PRATIQUE

■ Désir d'enfant, paternité, devenir parents en restant amants, couple et argent, naissance hors mariage ou grossesse et violence conjugale: autant de thèmes abordés et décodés par des professionnels du terrain dans *Couple et arrivée de l'enfant*, un livre très utile. Avec un relais consultations dans les centres Profa, espaces de parole privilégiés pour les couples et futurs parents. Avec aussi des contacts et des adresses pour gérer au mieux l'avant, pendant et après bébé.

«*Couple et arrivée de l'enfant*», Cahiers Profa pour une intimité vivante n° 2, 15 fr. A commander sur www.profa.ch ou dans les centres de consultation Profa (adresses sur le site).



PHOTOS: PLAINPICTURE/CULTURA; DR

Le guide linguistique de santé pour vos vacances

Des phrases pratiques en allemand, anglais, espagnol, italien et portugais



Les médicaments à l'étranger

mepha

Malade et à court de mots à l'étranger?

Le guide linguistique de santé de Mepha vous permet de vous faire comprendre en allemand, anglais, espagnol, italien et portugais. Disponible gratuitement dans votre pharmacie ou sous www.mepha.ch

Jusqu'à épuisement du stock

Les médicaments à l'arc-en-ciel

mepha

