MAMANzine

Volume 17 | Numéro 1

Juin 2013

ACCOUCHER AU XXIe SIÈCLE

LE RÊVE CANADIEN VIRE AU CAUCHEMAR

UNE PORTE-PAROLE POUR LE GROUPE MAMAN

Le bulletin d'information du GROUPE MAMAN

ISSN 2291-7039 (Imprimé) | ISSN 2291-7047 (En ligne)

Louis-David et Geneviève ont fait la couverture du rapport annuel de Leucan.

Trésorière et collaboratrice depuis plusieurs années au Groupe MAMAN, Geneviève Grondin a traversé une épreuve des plus redoutées : la maladie de son petit garçon d'un an et demi. Louis-David a été atteint d'une forme de cancer rare et agressif contre lequel il s'est âprement battu durant toute l'année, entouré de sa famille.

Avec détermination et courage, Geneviève l'a accompagné, en continuant à l'allaiter, ce qui a sans doute été une bouée de sauvetage lorsque Louis-David traversait les pires moments. Depuis avril, Louis-David est enfin en rémission.

Geneviève, tu es une femme inspirante, nous saluons ton courage et celui de ton fils.

Pour combattre ce cancer, Louis-David a reçu près de 80 transfusions.

Vous pouvez lire le magnifique témoignage de Geneviève qui raconte comment l'allaitement l'a aidé à traverser cette épreuve dans le numéro d'hiver 2013 de ***La Voie Lactée*** (Volume 12, numéro 1), le bulletin des membres de la Ligue La Leche – www.allaitement.ca

Vous pouvez aussi lire les mots que Geneviève a transmis au Groupe MAMAN à la page 9 du présent *MAMANzine*.

HÉMA-QUÉBEC

DONNEZ DU SANG.
DONNEZ LA VIE.

leucan
ASSOCIATION POUR LES ENFANTS ATTEINTS DE CANCER

DANS CE NUMÉRO

Éditorial

Debout, le regard vers le lointain — Page 5

Activités et partenaires

Une porte-parole pour le Groupe MAMAN — Page 7

Les soirées témoignages du Groupe MAMAN, un moment de bonheur à partager ! — Page 8

L'opinion des usagères compte pour les sages-femmes — Page 9

Pourquoi j'adhère au GM ? — Page 10

Des embûches pour déclarer une naissance à la maison — Page 10

Des nouvelles de la Coalition pour la pratique Sage-femme — Page 12

Des nouvelles du Regroupement Naissance-Renaissance — Page 13

Les choix des femmes sont en péril ! — Page 14

Visitez le naitrecheznous.com — Page 15

Mouvement Allaitement du Québec — Page 16

Libre expression

Avis de recherche : Domicile porté disparu ! — Page 17

Coup d'œil sur l'humanisation de la naissance dans quelques coins du globe — Page 18

Accoucher au XXIe siècle — Page 20

Protégeons l'amautik — Page 22

Le rêve canadien vire au cauchemar — Page 23

Trois comportements à changer au moment de la naissance — Page 24

Sentir le mouvement — Page 25

Une quatrième phase ? — Page 26

La peur d'accoucher — Page 28

Témoignages

Mon petit bonheur — Page 29

Mes combats — Page 31

Raphaël — Page 35

Mon cheminement de l'hôpital à la maison en quatre grossesses... en passant par la sous-ministre ! — Page 36

Venir au monde avec un petit quelque chose en plus... — Page 39

Étrange retour en arrière — Page 40

Naître et maître chez moi — Page 43

Un accouchement à la maison de naissance — Page 46

Écoute, complicité, confiance — Page 46

Le droit de choisir son lieu d'accouchement : l'histoire d'un combat — Page 47

Lorsque nos choix ne font pas l'unanimité... La naissance de Vincent — Page 48

Nouvelles des régions — Page 51

La dernière édition du MAMANzine *remonte à septembre 2011. Les aléas de la vie d'un groupe mené par des bénévoles sont tels qu'il semble bien qu'un tel délai peut se produire ! N'y voyez pas un signe d'un manque de vitalité dans l'organisation. Au contraire, nous sommes particulièrement fières de nos réalisations. Ceci dit, la réalisation de la présente édition s'est échelonnée sur plus de six mois. Les énergies bénévoles ont toujours besoin d'un souffle nouveau. À bon entendeur, salut !*

Certain articles renvoient à des sites Internet. Pour en faciliter l'accès, nous avons les services de bit.ly, un raccourcisseur d'adresses Internet.

SIGLES

Malgré notre bonne volonté, il se peut que certains articles contiennent des sigles sans le nom au long qu'ils désignent. Voici les principaux sigles utilisés dans le domaine de la périnatalité et leur signification :

ASSS : Agence de la Santé et des Services sociaux
CFSF : Comité femmes–sages-femmes
CH : Centre hospitalier
CLSC : Centre local de services communautaires
CRP : Centre de ressources périnatales
CSSS : Centre de Santé et de Services sociaux
GM : Groupe MAMAN
MdN : Maison de naissance
MSSS : Ministère de la Santé et des Services sociaux
OSFQ : Ordre des sages-femmes du Québec
RFSQ : Regroupement Les Sages-femmes du Québec
RR : Représentante régionale du Groupe MAMAN
RSSF : Responsable des services de sage-femme
SF : Sage-femme
UQTR : Université du Québec à Trois-Rivières

MAMANzine

L'équipe éditoriale
Conseil d'administration du GM

Coordination, recherche et rédaction
Wennita Charron, Lysane Grégoire, Mariane Labrecque

Révision linguistique
Wennita Charron

Correctrices
Karine Tremblay, Geneviève Côté, Isabelle Paradis

Recherche de commandites
Stéphanie Laflamme

Mise en page
Alexandre Tremblay

Illustration de la couverture
Annie Boulanger

AVIS

Le MAMANzine offre un espace d'expression aux divers groupes et individus concernés par la périnatalité envisagée dans l'optique de la normalité et qui considèrent l'ensemble des phénomènes de la procréation comme des processus naturels et des expériences appartenant avant tout aux femmes et aux familles. Les opinions exprimées ne reflètent pas nécessairement le point du vue du Groupe MAMAN, mais nous croyons qu'elles contribuent à la réflexion collective que nous encourageons sur les enjeux liés à la périnatalité.

GROUPE MAMAN

631, rue Jacques-Brodeur | Laval (Québec) H7E 2W4
450.664.0441
info@groupemaman.org | www.groupemaman.org

Pas besoin de sortir,
le confort est dans la poche.

MamanKangourou®

www.mamankangourou.com

Le portage est une méthode ancestrale permettant l'approfondissement des liens affectifs entre parents et enfant. Alors, quoi de plus simple que de cajoler son bébé bien blotti contre soi !

Découvrez nos divers produits et trouvez un détaillant près de chez vous !

Suivez-nous sur

ÉDITORIAL

DEBOUT, LE REGARD VERS LE LOINTAIN

Lysane Grégoire | Présidente, Groupe MAMAN

Toute l'équipe du Groupe MAMAN est très heureuse de vous présenter ce MAMANzine bien dodu avec des témoignages touchants, des articles qui tentent de vous amener un peu plus loin dans vos réflexions et, section incontournable, des nouvelles des comités de parents et des groupes citoyens provenant des quatre coins du Québec. Cerise sur le sundae, une couverture en couleur où nous vous présentons l'illustration d'Annie Boulanger qui orne également le nouveau t-shirt du GM. Fruit de séances de remue-méninges, cette illustration exprime la fierté et le contentement de jouir du pouvoir de donner la vie. Notre héroïne porte fièrement son enfant, avec force, vitalité et santé. On a voulu s'éloigner des images de vulnérabilité ou de fragilité, pour présenter une jeune femme confiante en ses capacités, apte à se prendre en charge et qui sourit à la nature qui lui fait ce cadeau, celui d'avoir le génie et le pouvoir de porter la vie, de la mettre au monde et de la nourrir.

Mues par cette énergie, bon nombre de femmes s'impliquent vaillamment pour que de plus en plus de futures mères puissent vivre l'expérience de la maternité dans toute sa plénitude. C'est toujours inspirant de voir tous ces parents qui bougent et agissent pour changer la culture autour de la naissance et se réapproprier cette aventure fondamentale. À titre d'exemple, la publication en mai dernier du recueil de récits d'accouchement intitulé *Accueillir la vie* et que l'on doit au comité de parents ParentisSage de la maison de naissance de Blainville.

> « La façon la plus courante de renoncer à son pouvoir, c'est de croire qu'on n'en a pas ».
>
> Alice Walker,
> auteure et militante féministe américaine

Ceci étant dit, les énergies militantes sont toujours mises à rude épreuve et sont contraintes à s'armer de patience. Le développement de la pratique des sages-femmes continue de se faire à un rythme toujours aussi décevant. Il y a bien quelques avancées, mais ce ne sont encore qu'à peine plus de 2 % des québécoises qui ont accès aux services. Les Lanaudoises devraient avoir accès dès cet été à un suivi avec sage-femme, bien qu'aucun plan concret ne soit encore amorcé pour doter la région d'une première maison de naissance. La situation est semblable à Chicoutimi où quatre sages-femmes pourront bientôt accompagner les femmes et peut-être, la situation est nébuleuse au moment d'écrire ces lignes, bénéficier d'une maison de naissance dans l'année qui vient.

Pendant ce temps, les femmes du Mouvement Maison de naissance Montérégie commencent à s'impatienter. Malgré le Plan de déploiement de la pratique sage-femme adopté par leur Agence en 2011, et qui prévoit l'implantation de quatre nouvelles maisons de naissance d'ici sept ans, rien ne bouge depuis des mois. Du côté du Collectif Accès Sages-femmes Baie-des-Chaleurs, bien qu'une étude de faisabilité réalisée cette année ait proposé un scénario viable impliquant trois sages-femmes, l'administration se borne à envisager une sage-femme travaillant exclusivement à l'hôpital, ce qui n'est même pas compatible avec la philosophie de la profession.

Le groupe citoyen le plus récemment formé nous vient de la belle région des Îles-de-la-Madeleine. De leur côté, on ose à peine espérer des services de sages-femmes tant l'ampleur des difficultés en obstétrique est déconcertante. Quatre-vingt petites âmes voient le jour chaque année aux Îles et leur mère voit une infirmière jusqu'à sept mois de grossesse pour ensuite être confiée à des médecins dépanneurs qui changent constamment d'un rendez-vous à l'autre... bonjour la continuité relationnelle! Les habitants des régions à faible densité de population ne sont pas des citoyens de second ordre et pourtant, actuellement, aucun scénario n'est envisagé par les autorités pour que leurs droits de choisir le lieu ou la personne qui les accompagnera pour leur accouchement soient respectés.

Les groupes citoyens se multiplient un peu partout, ils sont maintenant vingt-deux sur le territoire de la belle province à se mobiliser pour que les conditions pour enfanter s'améliorent. La population réclame des maisons de naissance et la possibilité d'accoucher avec des services qui correspondent à leurs besoins.

En parallèle, les données ne font que s'accumuler et démontrent l'intérêt de soutenir l'accouchement physiologique; les objectifs de la politique de périnatalité du Québec à cet

Le mythe à briser : à gauche c'est l'hôpital, à droite, c'est la maison de naissance!

égard sont de plus en plus partagés et on tolère de moins en moins qu'ils en restent au stade de vœux pieux. Les femmes mieux renseignées optent pour une accompagnante à la naissance si elles n'ont pas la chance de bénéficier des services d'une sage-femme. Le rapport « Mesures prometteuses pour diminuer le recours aux interventions obstétricales évitables pour les femmes à faible risque » publié en septembre 2012 par l'Institut national d'excellence en santé et services sociaux du Québec (INESSS) leur donne raison :

> « L'analyse des données scientifiques et leur classement en niveaux de preuve ont permis d'identifier deux leviers pour réduire efficacement les interventions obstétricales dans leur ensemble. Le premier vise l'approche auprès des femmes, les principales concernées, et consiste en un soutien qui débute pendant la grossesse et qui assure un accompagnement continu de un à un pendant le travail et l'accouchement. »

Ce rapport a fait l'effet d'une bouffée d'air frais pour celles et ceux qui doivent continuellement défendre le choix des femmes d'accoucher avec un accompagnement qui correspond à leurs valeurs; contre vents et marées, soutenir que ce choix est sensé, pertinent, logique, sain... C'est pourtant si simple, les femmes veulent une présence rassurante qui les soutient et alimentent leur confiance. Le rapport de l'INESSS reconnaît par ailleurs que les sages-femmes ont développé une expertise particulière en ce qui a trait à l'accouchement physiologique et à l'accompagnement durant le travail.

Ce rapport mentionne également que pour réduire les interventions obstétricales et soutenir l'accouchement physiologique, les maisons de naissance pourraient contribuer à créer une nouvelle culture de la naissance de même que fournir un espace de formation privilégié pour les médecins et les infirmières. Paradoxalement, bien que l'environnement de la maison de naissance favorise une diminution des taux d'interventions et donc, des économies pour notre système de santé, on continue d'en entendre de bien bonnes à propos de ce nouveau lieu de naissance. Paroles de médecins qui nous ont été rapportées : « la maison de naissance c'est un luxe, c'est l'hôtel cinq étoiles tandis que l'hôpital, c'est le motel bas de gamme », « c'est accoucher en Cadillac et laisser la majorité accoucher en Lada » ou encore, pour les fans du magasinage « c'est porter du MEXX pendant que le peuple s'habille à L'Aubainerie ».

Oui, il reste beaucoup de travail à faire dans un contexte réfractaire où les pressions sont fortes pour que la puissante machine médicale avale l'encore fragile pratique des sages-femmes. Lorsqu'il était à l'opposition, le parti de Mme Marois a vigoureusement insisté pour que le ministre de la Santé d'alors, M. Bolduc, adopte un calendrier pour l'ouverture de maisons de naissance et pour qu'il octroie un budget approprié à cette priorité. Maintenant au pouvoir, le ministre de la Santé actuel, Réjean Hébert, mettra-t-il en place les conditions pour assurer un déploiement conforme à nos attentes avec une enveloppe budgétaire spécifiquement dédiée, comme c'est le cas pour les autres priorités de la politique de périnatalité ? En tous cas, la Coalition pour la pratique sage-femme, dont le Groupe MAMAN fait partie, insiste en ce sens et talonne le ministre pour qu'il acquiesce à ses demandes. Ces demandes incluent la mise en place d'un Comité de coordination national où seraient présentes les instances concernées, dont les usagères.

Le défi n'est pas de voir les sages-femmes se multiplier, mais bien de voir leur modèle de pratique être préservé. Depuis les années 1970, des femmes ont revendiqué le droit d'accoucher à l'extérieur de l'hôpital avec une personne qui les soutiendrait dans leur désir d'enfanter naturellement. Les maisons de naissance et l'autonomie professionnelle des sages-femmes devaient nous prémunir contre la médicalisation de la pratique qu'on constate ailleurs sur la planète.

Ce modèle québécois de pratique, basé notamment sur la continuité relationnelle, suscite justement l'envie autour du globe. La méconnaissance des médecins et de certains administrateurs ou décideurs fera-t-elle en sorte de diluer le modèle ? C'est malheureusement déjà en train de se produire. Il faut tellement faire beaucoup avec peu, et les sages-femmes ne sont tellement pas encore prises au sérieux, qu'on ne reconnait même pas adéquatement la valeur de l'investissement qui leur est demandé. Leur disponibilité 24 heures sur 24 ne vaut qu'un dollar l'heure de garde actuellement. L'organisation du travail n'arrive plus à assurer la continuité et de plus en plus nombreuses sont les femmes qui voient non pas deux, mais trois, quatre ou même cinq sages-femmes différentes en cours de grossesse.

À la demande des femmes, nos sages-femmes ont fait le choix audacieux de se consacrer à la physiologie de l'accouchement souligne le Dr. Guy-Paul Gagné dans le magnifique documentaire *L'Arbre et le nid*, de Valérie Pouyanne. Cette approche doit impérativement être préservée. Tous les espoirs sont permis d'envisager un véritablement changement de paradigme dans la culture entourant la naissance quand on voit ce fabuleux film réalisé avec beaucoup d'habileté et de sensibilité, et qui s'annonce en ces termes : « Les secrets des hormones de l'amour et les vertus de l'accouchement naturel ». Ce film devrait être présenté dans toutes les facultés de médecines et de soins infirmiers, dans tous les départements d'obstétrique, dans tous les cégeps et toutes les écoles secondaires ! Quelle belle campagne de promotion de la santé cela ferait.

Saurons-nous rester debout, le regard vers le lointain, guidées par cette vision de femmes puissantes et confiantes, déterminées et résolues à faire respecter leur droit d'accoucher dans la dignité, fortes et décidées à faire cesser les abus sur le corps des femmes, engagées pour la libération de leurs sœurs du joug de la peur d'enfanter si bien entretenue par la culture dominante ? Pour nos filles et nos petites-filles, pour le mieux-être de nos frères et de nos fils, continuons le parcours !

> « L'obstétrique traditionnelle consiste à surveiller un phénomène physiologique en se tenant prêt à intervenir à tous les instants. L'obstétrique moderne consiste à perturber ledit phénomène de telle sorte que l'intervention devienne indispensable à l'heure exacte où le personnel est disponible. C'est beaucoup plus difficile. ».
>
> Professeur Malinas,
> gynécologue-obstétricien (*Le Dauphiné Libéré* — 8 mai 1994)

UNE PORTE-PAROLE POUR LE GROUPE MAMAN

Alexandrine Agostini | Porte-parole, Groupe MAMAN

Le Groupe MAMAN est fier de vous présenter officiellement sa nouvelle porte-parole. Alexandrine Agostini est une proche collaboratrice depuis plusieurs années, mais elle a maintenant la possibilité de mettre sa fougue, sa passion et sa sensibilité pour les femmes au service de la cause qui nous est chère. Alexandrine a deux grands atouts pour épauler le GM dans sa mission : un degré d'indignation difficile à dépasser face à l'atteinte au droit des femmes en ce qui a trait à leur maternité, mais aussi, une personnalité de feu qui s'exprime avec ferveur, humour et authenticité. Merci Alexandrine de mettre tes talents au bénéfice des mères. /LG

Je relis mon tout premier courriel envoyé au Groupe MAMAN ... en pleine nuit !

Comme beaucoup de femmes, j'ai découvert le GM par le biais d'une amie. Sophie Lesiège m'avait remis le *MAMANzine* 2007. Pendant sa lecture, je n'en finissais plus de m'exclamer à haute voix ! Je trépignais. Il fallait absolument que je les rencontre TOUTES, ces mères, ces femmes si tant tellement inspirantes...

Depuis, je lis et relis et relis et prête et offre leur première parution *Au cœur de la naissance*.

À la suite de mon texte *Mon extase* paru dans le *MAMANzine* suivant, on m'invite à faire partie du second livre *Près du cœur*. Je me souviens que le lancement se déroulait le jour même de l'assemblée générale annuelle. Voilà l'unique raison grâce à laquelle je me retrouve à une AGA du GM. (Le peu d'assemblées générales auxquelles je me suis résignée à assister m'a toujours rebutée. La lourdeur du décorum et le vocabulaire des procédures m'ennuiiiiient.) Ce jour « clé » de septembre 2008, je n'en finis plus de sourire en écarquillant les yeux !

Non seulement je comprends tout, toute novice que je suis, mais je suis captivée par le simple tour de table où ces femmes prennent la parole. C'est avec un plaisir fou, ébaubi même, que je découvre toute cette marmaille courir, jouer et être allaitée, le plus naturellement du monde pendant l'assemblée générale ! C'est bien simple, j'ai le goût d'y retourner chaque semaine.

Aussi, sachez que vous êtes toujours toutes bienvenues à chaque CA, soirées témoignages, réunions et AGA du GM.

Dans ma vie, j'ai la chance de rencontrer une foule de gens, souvent des femmes, impliquées, investies, dans toutes sortes de domaines qui me tiennent à cœur : l'allaitement, l'alimentation, l'environnement, le féminisme, etc. Mais j'avoue que jamais je n'ai été témoin d'un regroupement aussi inclusif, transparent, amical et souple que celui-ci.

Je vous assure que ce n'est pas si courant de faire partie d'une équipe qui travaille véritablement en équipe. Chaque groupe constitué de personnes n'est absolument pas garant d'humanité, de solidarité ni de communauté dans leurs rapports.

Au GM, le « cordonnier mal chaussé » de l'adage populaire y est impossible à débusquer !

Ce rare espace, où la personnalité, l'expérience, les enfants, les idées, les perceptions, le bagage de chacune sont, non seulement acceptés mais désirés, encouragés à prendre toute leur expansion, à afficher toutes leurs couleurs, cet espace de cœur et de combats, m'émeut. Défendre, soutenir, revendiquer, découvrir, réaliser, transmettre, ensemble et chacune à son propre rythme, me bouleverse. En fait, le GM est le microcosme de la société dont je rêve.

Je vous remercie de me permettre de vivre ce privilège d'être votre porte-parole.

En terminant, je vous prie de garder à l'esprit que la moindre action, le moindre support que vous offrez au GM est extraordinairement précieux, non seulement pour nous toutes, mais aussi pour nos filles, nos petites-filles et les familles de demain.

Merci et longue vie au Groupe MAMAN !

Alexandrine Agostini, mère de Sacha (6/06/2006) et de Maël né à la maison (18/10/2010)

LES SOIRÉES TÉMOIGNAGES DU GROUPE MAMAN, UN MOMENT DE BONHEUR À PARTAGER !

Groupe MAMAN

Depuis août 2012, le Groupe MAMAN a organisé huit soirées témoignages à Montréal, intitulées *Histoires d'accouchements*. Lors de ces soirées, nous avons eu la chance d'entendre seize témoignantes raconter avec émotion leurs accouchements à un groupe de personnes attentives et intéressées. L'humour, la chaleur humaine et l'intensité étaient au rendez-vous. Si vous souhaitez organiser une telle rencontre dans votre région, n'hésitez pas à communiquer avec le Groupe MAMAN pour obtenir des informations et la diffusion de votre soirée sur notre réseau !

Pour assister à la prochaine soirée, visitez notre page Facebook.

Katel Roddier-Desprez témoignait en décembre à la maison de naissance Côtes-des-Neiges

L'OPINION DES USAGÈRES COMPTE POUR LES SAGES-FEMMES

Mariane Labrecque | Vice-présidente, Groupe MAMAN

On nous donne la parole à l'AGA du RSFQ !

Le 13 juin 2012 avait lieu l'assemblée générale du Regroupement Les Sages-Femmes du Québec (RSFQ). Le Groupe MAMAN (GM) a été invité à faire une présentation lors de cette journée spéciale ayant pour thème « Vivre la garde ». Le mandat du GM était de présenter le point de vue des usagères sur le suivi sage-femme.

Notre présentation a débuté par une mise en contexte historique. Il était important pour nous de rappeler que le retour des sages-femmes au Québec s'est effectué suite à la demande des femmes et des familles, et a été obtenu après de nombreuses revendications.

Aujourd'hui, les raisons pour lesquelles les femmes et leurs familles tiennent à l'approche actuelle des sages-femmes sont les mêmes que celles qui ont mené à la renaissance de la pratique. Tout d'abord, les femmes et les familles qui désirent un suivi avec une sage-femme apprécient la relation de confiance qui peut se développer avec la SF, puisque c'est elle qui les accompagnera lors du suivi en pré, per et post-natal. C'est la fameuse « continuité » du service. Cette continuité, qui favorise l'établissement de la relation de confiance, doublée d'une approche humaine et respectueuse, est au cœur de l'expérience. Vient ensuite la notion d'empowerment, puisque c'est la femme qui est placée au centre de son suivi. Celle-ci participe activement au processus décisionnel avec la sage-femme. Ces trois aspects permettent l'émergence d'un sentiment de confiance en soi qui culmine, idéalement, avec une réappropriation de l'expérience de la grossesse et de l'accouchement.

Nous considérons que le travail des sages-femmes est enrichissant. En effet, être les témoins de moments d'une si grande intensité représente un privilège. Toutefois, le GM reconnaît que certaines sages-femmes puissent trouver ce travail particulièrement exigeant. Le GM a donc souhaité apporter une piste de solution pour les soutenir dans la réussite du suivi. En effet, nous proposons la création de groupes de soutien au sein des maisons de naissances, afin d'avoir un autre espace pour partager l'expérience du suivi. Ces groupes seraient formés de parents qui fréquentent les cours prénataux et qui seraient regroupés selon la date prévue d'accouchement (DPA). Ces cours seraient « bonifiés » de quatre à six rencontres avec le même contenu, mais laisseraient davantage de place à l'échange entre parents. La dernière rencontre serait fixée d'avance et placée après la DPA. Cette dernière rencontre serait un espace pour raconter son accouchement et partager une expérience qui est encore, et nous le déplorons, hors norme. La responsabilité du soutien émotif de la famille serait ainsi partagée entre la sage-femme et le groupe de soutien, et la transition post-suivi serait ainsi facilitée.

Le GM croit que les parents et la communauté doivent avoir leur mot à dire dans la maison de naissance; elles ont été pensées pour se substituer au domicile des femmes et doivent donc être considérées comme « leur » territoire. Ces groupes de soutien auraient donc également l'avantage d'être une porte d'entrée pour les parents dans la maison de naissance, et un tremplin pour le comité de parents qui est responsable, entre autres, de maintenir le cap sur la philosophie des sages-femmes et d'animer la vie communautaire.

La présentation du GM s'est conclue par la lecture du témoignage de Geneviève Grondin, membre du GM de longue date, ancienne membre du CA et mère de quatre enfants. Depuis janvier 2012, elle accompagne son fils (alors âgé de quinze mois) dans un combat contre un neuroblastome de stade quatre (voir page 2). Geneviève nous disait ceci :

> « [...] j'ai aussi réalisé à quel point le fait d'avoir mis mes enfants au monde naturellement m'a donné une force vitale incroyable. Je puise à même cette source tout mon courage. Le combat que vous menez, que nous menons, pour le droit des femmes d'enfanter dans le plus grand respect de leurs corps et de leurs croyances va au-delà du simple acte d'accoucher naturellement. Je suis à même de témoigner que cela nous permet, en tant que mère, que femme, d'accompagner nos enfants tout au long de leur existence, quelle que soit l'issue de celle-ci, avec une force tranquille, mais ô combien puissante. »

Le message du Groupe MAMAN a obtenu une belle réception de la part des sages-femmes. Nous sommes fières de pouvoir dire que nous avons eu droit à une ovation ! Nous espérons que la présentation faite par le GM fera une différence dans la réflexion amorcée par les membres du RSFQ à propos de l'organisation du temps des sages-femmes et nous tenons à les remercier de nous avoir donné l'opportunité de nous faire entendre.

LA CULOTTE À L'ENVERS
boutique de quartier
VÊTEMENTS POUR ENFANTS
0 À 10 ANS
CHAUSSURES • ACCESSOIRES
ACTIVITÉS PARENT-ENFANT
3162 RUE MASSON, MONTRÉAL
WWW.LACULOTTEALENVERS.COM
514.564.3174
• MT241418

POURQUOI J'ADHÈRE AU GM ?

Alexandrine Agostini | Porte-parole, Groupe MAMAN

Ce qui me touche, tant dans la maternité que dans la grande cause de sa réappropriation par les femmes, m'est arrivé directement, de plein fouet, au cœur du plexus, à la seconde où j'ai tenu chacun des bébés que la Vie m'a offert... un présent prêté, je vous l'accorde. J'appellerais ça : l'« inconditionnellement » ! Je crois que les femmes qui ont choisi de devenir mère ont droit à ces instants, à la fois furtifs et éternels, à cette joie profonde, cet amour indescriptible, cette puissance, cet instinct, ce vertige...Donner la vie, faire arriver sur Terre, par nos entrailles, tous les gens de notre planète, se fait dans toutes sortes de conditions, avec de multiples croyances, à des moments précis de notre parcours. Amoindrir, rogner, saboter, priver ce miracle fondamental et fondateur à l'humanité en général, et aux femmes en particulier, à cause d'abus de pouvoir ou d'ignorance me fait frémir... et hurler. Puisque c'est du GM dont il s'agit, sachez que la « féministe en moi » est, chaque jour, encouragée, nourrie, apaisée, reconnaissante par cette solidarité, par cette entraide, cette humanité, cette souplesse, cette compassion, cette force, cette volonté de justice, ce travail d'équipe sans cesse renouvellé, sans cesse déployé à la fois avec une vigueur et une tendresse rarement rencontrée dans ma vie.Je pourrais vous parler d'êtres chers, d'œuvres artistiques inspirantes, de personnes exceptionnelles que j'ai la chance de cotoyer, tant à la coalition Eau Secours ! que chez Aliments Massawippi, de cercles qui gravitent autour de l'alimentation, des choix alternatifs, bref de toutes ces formidables rencontres qui me font évoluer. Les femmes, mères pour la plupart, du Groupe MAMAN en sont un exemple éclatant. Je vous invite chaleureusement à devenir membre. Femmes du monde qui ont à cœur le respect et l'autonomie dans la maternité, unissez-vous !

DES EMBÛCHES POUR DÉCLARER UNE NAISSANCE À LA MAISON

Claudine Jouny | Présidente, CA du Regroupement Naissance-Renaissance | Membre, Groupe MAMAN | Sympathisante, Naître chez Nous

ACTIVITÉS ET PARTENAIRES

Interpelé par une femme vivant des difficultés quant à la déclaration de naissance de son enfant auprès du Directeur de l'état civil du Québec (DEC), le Groupe MAMAN a exposé cette situation au cours de l'assemblée générale annuelle du Regroupement Naissance-Renaissance (RNR) en mai 2011. Dès lors, un comité s'est constitué afin de répondre à cet appel à l'aide.

Les difficultés dans la déclaration de naissance d'un enfant au Québec ont culminé au printemps 2011 avec l'arrivée d'une nouvelle directive prenant effet le 4 avril 2011 et qui avait pour objet de préciser les démarches à suivre lorsque la naissance d'un enfant avait lieu sans qu'elle ait pu être constatée par un accoucheur (médecin ou sage-femme). Elle précisait les personnes autorisées à remplir le Constat de naissance et, dans le cas où cette formalité ne pouvait être remplie, le parent devait produire les documents suivants :

« – un rapport médical concernant un suivi de grossesse récent effectué par un médecin ;
– un rapport médical attestant qu'un médecin a procédé à un examen médical et confirmant :
  - l'accouchement récent de la mère à une date correspondant à celle de la naissance de l'enfant ;
  - que l'âge du bébé correspond à celui d'un enfant né à la date inscrite dans la déclaration de naissance. »

D'emblée, lors de l'AGA du RNR, les membres présents (dont le Groupe MAMAN), ont unanimement identifié le caractère injuste de cette directive et la perte de liberté de choix

Geneviève Boisvert, blogue *Les Accouchiantes* | lesaccouchiantes.blogspot.ca

des femmes quant au lieu de leur accouchement et quant aux personnes qu'elles choisissent pour les accompagner.

Le Comité naissance civile (CNC), constitué par des femmes représentant le Groupe MAMAN, le RNR, le collectif Naître Chez Nous, l'Alliance francophone pour l'accouchement respecté (AFAR) et par des femmes ayant vécu des situations semblables, a déterminé dans un premier temps un mandat avec comme valeur commune **que seule la femme soit définie comme accoucheur et qu'elle puisse signer comme tel le Constat de naissance de son enfant.**

En juin 2011, le CNC s'est donné le mandat suivant :
– Faire renverser la directive du 4 avril 2011 ;
– Influencer le DEC pour la création d'une nouvelle directive qui inclut une procédure claire qui reconnaisse la naissance comme un acte civil et non un acte médical ;
– Sortir de l'isolement les femmes et les familles qui vivent des difficultés à enregistrer leur enfant ;
– Informer les femmes et les familles quant à leurs droits.

Actions entreprises par le CNC
Par différentes voix, le CNC a cherché des témoignages de familles ayant vécu ou vivant ces difficultés quant à la déclaration de naissance de leur enfant suite à cette nouvelle directive.

Le CNC et ses partenaires ont interpellé des médias afin de sensibiliser la population quant à l'injustice de ces bébés sans papier et quant au stress que ces nouvelles familles subissent de la part du DEC par leurs démarches administratives lourdes.

Le CNC a également demandé un avis juridique sur cette directive et c'est le cabinet de Me Ménard qui a gracieusement répondu à cet appel.

Le 18 octobre 2011 à Montréal, le CNC a pu rencontrer Reno Bernier, directeur de l'état civil, ainsi que Donna Saint-Cœur, directrice des inscriptions au registre de l'état civil, afin d'exposer les conséquences de cette nouvelle directive sur les femmes, les bébés et leur familles. Le CNC a aussi pu faire des recommandations quant à la modification de cette directive et a déposé les demandes suivantes :
– Que la naissance soit reconnue comme un acte civil et non médical ;
– Que la femme qui accouche soit la première personne à constater la naissance et, de ce fait, à pouvoir remplir le Constat de naissance ;
– Que le Directeur de l'état civil ne fasse plus de cas par cas ;
– Que le Directeur de l'état civil invalide la directive CQ 111-1 du 4 avril 2011 et qu'il remette en vigueur la façon de faire en vigueur avant 2006.

Le CNC a remis au directeur un dossier comprenant ces demandes, la présentation des groupes composant le CNC, une liste des nombreux et différents appuis du CNC ainsi qu'une revue de presse des derniers événements. Le CNC a également remis deux copies du recueil de témoignages du Groupe MAMAN *Au cœur de la naissance*.

Une nouvelle directive a été publiée peu de temps après, mais elle ne satisfait pas le CNC entièrement. D'une part, la mère n'est pas reconnue comme « accoucheur », alors en l'absence d'un Constat de naissance signé par un médecin ou une sage-femme, la directive du 4 avril s'applique encore (voir au début du présent texte), à la seule différence que la sage-femme est maintenant considérée l'égale du médecin.

« Toutefois, s'il est impossible pour le parent de fournir ces rapports en raison de circonstances exceptionnelles, le Directeur pourra dresser l'acte sur la foi d'autres informations et l'insérer au registre. Le parent devra alors présenter, en plus de la déclaration de naissance, les documents suivants :
– une lettre qu'il a signée, expliquant les raisons pour lesquelles il ne peut pas présenter les rapports mentionnés au point 5;
– les déclarations sous serment d'au moins deux personnes sans lien de parenté avec les parents et l'enfant, signées devant un commissaire à l'assermentation et contenant les informations suivantes [...] »

Le CNC croit que le DEC valorise les démarches auprès d'un médecin ou d'une sage-femme et réserve la déclaration sous serment que pour les cas exceptionnels. Le CNC ne voit pas là l'affirmation que la naissance est un acte civil. En outre, le CNC croit que ce jugement de valeur dans l'ordre de priorité des trois procédures d'enregistrement ainsi que la lourdeur de la troisième procédure constituent en soi des obstacles majeurs à la liberté de choix du lieu d'accouchement et des personnes présentes à cet événement. Au lieu de se concentrer sur l'adaptation de tous les membres de la famille à leur nouvelle réalité, les parents vivent dans les tracasseries et sous la menace d'un refus de la part du DEC.

Pro Bono UQÀM
Entre temps, le CNC avait été mis en contact dès le mois d'août 2011 avec des étudiants en droit de l'UQÀM. Ceux-ci ont manifesté leur intérêt et sont venus nous informer de nos recours juridiques possibles. Au cours de ces rencontres, plusieurs arguments juridiques ont été élaborés afin de révéler que cette directive du DEC impose un traitement discriminatoire aux familles dont le nouveau-né est sans Constat de naissance dressé par un médecin ou une sage-femme. Les étudiants ont monté deux plaintes individuelles complètes ainsi qu'une plainte collective à terminer. En effet, la grève étudiante du printemps 2012 a fait en sorte que le travail conjoint du CNC avec Pro Bono UQÀM a été suspendu. Le CNC est à réévaluer ses mandats et projets pour l'avenir, et son association avec Pro Bono UQÀM est un de ses projets les plus importants.

Les membres du CNC ont toutefois poursuivi leurs échanges par courriel depuis la grève. Parmi ses travaux réalisés, notons l'élaboration de deux modèles de plaintes (pour une personne qui n'a pas fait le choix d'accoucher à domicile OU pour une personne qui a fait le choix d'accoucher à domicile) ainsi qu'un modèle de pétition qui pourrait être présentée à l'Assemblée nationale du Québec par un(e) député(e) allié(e). Le CNC a également discuté d'une pétition internationale par l'entremise du groupe Avaaz. Celle-ci permettrait d'aller chercher le plus d'appuis possibles de la population internationale.

En attendant, le CNC continue de recevoir des témoignages de familles vivant des difficultés à enregistrer la naissance de leur enfant par le DEC, les agents du DEC étant particulièrement pointilleux et suspicieux. Le CNC continue d'offrir de l'information, de l'aide et du soutien à ces familles.

Pour offrir votre témoignage, pour participer aux travaux du CNC ou pour tout autre renseignement, vous pouvez joindre Wennita Charron à wennita@groupemaman.org

MOT D'ENFANT

Alors qu'il essaie de soulever des altères :
« Maman, c'est collé par terre ! »

MOT D'ENFANT

« Moi, j'vais donner des jouets au Père Noël pour qu'il les donnent à ceux qui n'en ont pas. »

DES NOUVELLES DE LA COALITION POUR LA PRATIQUE SAGE-FEMME

Mariane Labrecque | Vice-présidente, Groupe MAMAN

La Coalition pour la pratique Sage-femme (CPPSF) promeut, depuis bientôt 25 ans, l'autonomie des femmes dans leur droit de choisir le lieu où elles accouchent et le droit de choisir la ou le professionnel qui les accompagnera dans leur suivi de maternité. De plus, elle favorise l'accouchement physiologique et des avantages qu'il comporte pour la mère, le bébé et la famille.

Au cours de la dernière année, la Coalition a déployé des efforts afin que le développement de la pratique sage-femme s'effectue dans le respect du modèle de pratique instauré au Québec.

Voici un résumé de ses actions pour l'année 2012 :

- Le 5 mai 2012, la CPPSF a émis un communiqué de presse afin de souligner la *Journée internationale des sages-femmes* en interpellant à nouveau le ministre de la Santé et des Services sociaux, Yves Bolduc. Elle demandé au ministre de réaliser les promesses énoncées publiquement il y a un an. Rappelons que, le 5 mai 2011, le ministre Bolduc annonçait neuf maisons de naissance de plus pour 2018, tout en s'engageant à financer à 100 % leur implantation dans toutes les régions du Québec. Engagements qui n'ont pas été respectés à ce jour.
- Lors de la Semaine mondiale de l'accouchement respecté (SMAR – 21 au 27 mai), la Coalition a lancé un dépliant destiné aux comités de parents et aux groupes citoyens qui a pour objectif de soutenir le développement des maisons de naissance et l'implantation des services de sage-femme tout en préservant les acquis du modèle québécois.

  À travers cet outil, la Coalition a voulu préciser ce qu'est une maison de naissance, comment elle répond à un choix des femmes, tout en démontrant les bénéfices associés à la pratique des sages-femmes; une pratique professionnelle qui permet, en plus d'être une pratique préventive, de réaliser des économies pour le système de santé.

  La Coalition espère qu'elle pourra soutenir le travail des groupes citoyens qui revendiquent des services dans leur région en aidant à contrer des résistances, à faire de l'éducation, à réduire la méconnaissance responsable de bien de préjugés. Cet outil soutient également les comités de parents dans les maisons de naissance en soulignant leur rôle essentiel qui, malheureusement, est précaire à certains endroits.
- En aout 2012, la Coalition a pris connaissance de la réponse faite au Regroupement Les Sages-femmes du Québec (RSFQ) par le ministre Bolduc concernant la demande d'un suivi des recommandations de la Commission de la santé et des services sociaux d'octobre 2011. À la lecture de la lettre reçue par le RSFQ, la Coalition a compris que le MSSS n'avait pas l'intention de donner suite aux recommandations.

À titre informatif, voici un extrait des dites recommandations :

« La Commission de la santé et des services sociaux recommande :

1. QUE les efforts visant la mise en œuvre de la *Politique de périnatalité 2008-2018* se poursuivent de manière à ce que les objectifs favorisant l'accroissement de l'accessibilité aux services de sage-femme soient atteints.
2. QUE des moyens soient mis en place afin de favoriser une meilleure coordination entre les différents intervenants en périnatalité, notamment pour améliorer l'arrimage entre la formation des sages-femmes et l'implantation de nouvelles maisons de naissance.
3. QUE soit menée une campagne de sensibilisation visant à faire connaître le haut degré de sécurité de la pratique des sages-femmes et les avantages qu'elle comporte pour les femmes enceintes et leur nouveau-né.
4. QUE le ministère de la Santé et des Services sociaux fasse état du suivi des recommandations du présent rapport à la Commission de la santé et des services sociaux au plus tard le 1er octobre 2012. »

La Coalition a donc pris l'initiative d'écrire au nouveau ministre de la Santé et des Services sociaux, Réjean Hébert, afin d'obtenir une rencontre pour discuter du développement de la pratique ainsi qu'exiger un suivi des recommandations faites par la Commission.

Voici un extrait de la lettre envoyée au ministre le 19 novembre 2012 :

> « Les membres de la CPPSF souhaitent partager avec vous leur analyse des enjeux actuels qui ont un impact inquiétant sur le déploiement de la pratique des sages-femmes et, surtout, sur le modèle de pratique spécifique au Québec qui jouit d'une reconnaissance internationale.
>
> Nous [...] constatons le grand besoin d'une coordination nationale pour le déploiement des services de sages-femmes et des maisons de naissance. Nous pensons qu'il est temps que l'ouverture de nouvelles maisons de naissance fasse l'objet d'une coordination nationale structurée à laquelle les femmes et les familles, les groupes citoyens concernés ainsi que l'association professionnelle des sages-femmes, le Regroupement Les Sages-femmes du Québec, soient invitées à participer. »

Le 25 janvier 2013, une lettre à également été envoyé à Lawrence Bergman, président actuel de la Commission de la santé et des services sociaux, à Gerry Sklavounos, président sortant de la Commission, ainsi qu'à tout les députés membres de la Commission, afin d'exiger un suivi des recommandations du rapport.

Voici un extrait de la lettre :

> « À la suite de la pétition déposée le 5 mai 2011 par la députée de Taschereau Agnès Maltais, porte-parole officielle en matière de santé, la Commission parlementaire a entendu le Regroupement Les Sages-Femmes du Québec (RSFQ), l'Ordre des sages-femmes du Québec (OSFQ), l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR) et la Coalition pour la pratique sage-femme (CPPSF) le 19 septembre 2011.
>
> La Coalition pour la pratique sage-femme, qui représente plusieurs centaines de milliers de citoyennes et citoyens au Québec, est très préoccupée de constater le peu d'attention que le MSSS semble porter aux recommandations des élus quand il est question de l'accessibilité aux services de sage-femme ainsi qu'à la reconnaissance de la grande qualité du modèle de pratique des sages-femmes au Québec.
>
> Messieurs les députés, président et président sortant de la Commission, la Coalition pour la pratique sage-femme vous demande de porter une attention particulière à cette situation et de prendre tous les moyens à votre disposition pour vous assurer que le MSSS prenne en considération les recommandations légitimes de la Commission et y donne suite dans les meilleurs délais. »

Au cours de la prochaine année, la Coalition s'est fixé comme objectif d'assurer le suivi des recommandations de la Commission et de faire en sorte qu'elles soient mises en application.

DES NOUVELLES DU REGROUPEMENT NAISSANCE-RENAISSANCE

Nicole Pino | Coordonatrice, Regroupement Naissance-Renaissance | Membre, Groupe MAMAN

Le Regroupement Naissance-Renaissance (RNR), organisme féministe provincial d'action communautaire autonome, est fier de compter parmi ses membres le Groupe MAMAN! Le RNR travaille sur plusieurs dossiers touchant la périnatalité. En voici quelques nouvelles.

Sages-femmes

Le RNR coordonne la Coalition pour la pratique sage-femme (CPPSF) dont fait aussi partie le Groupe MAMAN. La Coalition a élaboré un dépliant sur les maisons de naissance. Vous pouvez en commander en nous écrivant à info@naissance-renaissance.qc.ca. Nous vous invitons également à «aimer» la page Facebook de la CPPSF.

Accompagnantes à la naissance

Lors de la *Rencontre nationale des accompagnantes à la naissance* que nous avions organisé en 2010, le souhait très clair de mettre sur pied une association d'accompagnantes fut exprimé. Ainsi, nous travaillons présentement à la concrétisation de ce projet à l'aide de divers groupes qui offrent de l'accompagnement. Le projet en est encore à ses balbutiements et nous souhaitons rejoindre le plus grand nombre d'accompagnantes possible. Si vous êtes une accompagnante, nous aimerions avoir vos coordonnées et savoir si vous êtes intéressée à vous impliquer. Merci de nous écrire à info@naissance-renaissance.qc.ca.

Allaitement

Le RNR a participé à la fondation du *Mouvement Allaitement du Québec* (MAQ) il y a maintenant plus de deux ans. Le MAQ se veut un lieu de concertation pour toutes les personnes intéressées par l'allaitement et vise à créer des environnements favorables à l'allaitement. Si cette mission vous inspire, vous pouvez visiter leur site Web www.allaiterauquebec.org, leur page Facebook et devenir membre ! Vous pouvez également consulter leur page de présentation en page 16 de la présente édition du *MAMANzine*.

Formations

Le RNR est fier de vous proposer les deux formations qu'il a mises sur pied :

- **Impacts des interventions obstétricales sur l'allaitement**
- **Maternité et intelligences citoyennes**

Les formations sont offertes sur demande. Si vous êtes intéressées, vous n'avez qu'à nous contacter et nous évaluerons ensemble vos besoins et les tarifs. Nous avons d'ailleurs eu le grand plaisir d'offrir la formation sur les impacts des interventions obstétricales sur l'allaitement en juin dernier à Rimouski.

De plus, nous avons récemment lancé notre guide ***Maternité et intelligences citoyennes : Comment prendre notre place dans l'espace public***. Ce guide d'animation vise à offrir de nouvelles stratégies créatives pour mobiliser des personnes ayant des préoccupations communes et pour soutenir avec audace un processus d'empowerment collectif qui amènera de l'eau au moulin de votre mission.

Nous en profitons également pour vous inviter à aimer notre page Facebook.

Le RNR se fait toujours un grand plaisir de répondre à vos questions et de vous soutenir dans vos démarches. N'hésitez pas à nous contacter pour toute question relative à la périnatalité.

LES CHOIX DES FEMMES SONT EN PÉRIL !

Roxanne Lorrain | Administratrice, CA du Groupe MAMAN

Les sages-femmes du Québec sont présentement en négociation pour leur convention collective avec le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec (MSSS). Elles ont organisé un rassemblement le dimanche 24 février 2013 dernier à Montréal afin de revendiquer l'augmentation du nombre de sages-femmes et le maintien de notre modèle de pratique unique offert en continuité. Ce modèle de pratique exige des sages-femmes qu'elles pratiquent en assurant un nombre important d'heures de garde. Malheureusement, les sages-femmes sont les seules professionnelles du réseau de la santé à être payés un dollar (1 $) de l'heure de garde, sans prime. Tous les autres professionnel(le)s du réseau sont payé(e)s une heure de salaire pour huit heures de garde et s'ajoute à ce montant une prime.

Les femmes, leurs familles et les sages-femmes ont milité dans le passé afin d'avoir accès à des sages-femmes, et ce, dans un modèle de pratique où les femmes pouvaient accoucher avec une sage-femme qu'elles connaissent, sachant que ce modèle permet la présence continue d'une personne de confiance et que cela fait toute la différence ! Toutefois, pour réaliser ce besoin exprimé par les groupes citoyens, les sages-femmes doivent assurer plusieurs heures de garde. Ainsi, pour que notre modèle de pratique se perpétue, il est essentiel qu'il y ait une reconnaissance salariale de l'engagement des sages-femmes.

Il est aussi important de signaler que tout ce temps mis à la disposition des femmes permet au réseau de la santé du Québec de faire d'énormes économies, principalement en raison des hospitalisations en moins en cours de grossesse et de la diminution des visites à l'urgence.

Actuellement, le MSSS refuse de soutenir le modèle de pratique du Québec et remet en question l'importance de la disponibilité des sages-femmes, modèle et disponibilité pour lesquels femmes, familles et sages-femmes ont lutté.

Nous vous invitons à soutenir les sages-femmes dans leurs revendications et ainsi soutenir le travail des sages-femmes et notre modèle de pratique unique ! Pour se faire, vous n'avez qu'à signer la lettre adressée au ministre Réjean Hébert en allant sur le site du Regroupement Les Sages-femmes du Québec au www.rsfq.qc.ca. Pensez à diffuser cet appui aux sages-femmes dans vos réseaux.

VISITEZ LE NAITRECHEZNOUS.COM

Denyse Morin | Naître chez nous

Le collectif *Naître chez nous* œuvre pour l'humanisation des naissances. Il est né de la volonté d'un groupe de parents désireux de partager leur expérience de la naissance à la maison. Ce désir de transmission à d'autres parents portant le même rêve qu'eux a été et est encore le moteur du groupe. Nos rencontres servent à partager les témoignages et les connaissances dans le domaine de la maternité.

Un souci d'éducation nous anime toutes et c'est dans cet esprit qu'est né notre site Web. Nous vous invitons à le visiter au naitrecheznous.com.

Notre site demeure un projet en mouvement et en construction. Vous y trouverez entre autres des témoignages, de l'information variée sur la maternité et l'accouchement à la maison, et des liens Internet. Aussi, vous pourrez consulter une copie de la pétition présentée devant le Directeur de l'état civil en 2011 ainsi que le texte de la *Proclamation pour que la naissance soit reconnue légalement comme un acte de liberté au Québec*, un texte que le groupe a écrit en 2008.

Nous vous souhaitons autant de plaisir à visiter notre site Web que nous en avons à l'enrichir.

MOT D'ENFANT

« Papa, quand t'étais bébé, t'étais une fille ou un garçon ? »

MOT D'ENFANT

Alors que toute la famille ramasse des feuilles d'automne : « On fait un beau ménage du printemps, han ? »

MISSION

Le *Mouvement allaitement du Québec* (MAQ) veut contribuer à rendre les environnements favorables à l'allaitement, et ce, dans un contexte de développement optimal des jeunes enfants et de bien-être des femmes, des familles et de la société. Ces environnements se doivent de respecter toutes les femmes et toutes les familles.

Le MAQ est un lieu de concertation indépendant ouvert à l'ensemble des personnes et des organisations qui adhèrent à ses principes.

Stratégies privilégiées

Pour remplir sa mission, le MAQ privilégie les stratégies suivantes :

- Partager des savoirs, des savoir-faire, des réalisations, des outils, des expériences et des stratégies dans le but d'harmoniser les pratiques et les discours associés ;
- Amorcer et soutenir des actions politiques afin d'inciter les décisionnaires à agir ;
- Amorcer et soutenir des actions médiatiques sur les enjeux associés ;
- Amorcer et soutenir des actions pour contrer toute forme de pression exercée sur les femmes ;
- Émettre des avis sur les communications publiques ;
- Établir et maintenir des liens avec des mouvements visant à créer une culture d'allaitement à travers le monde, en particulier WABA.

À PROPOS DU LOGO

Le mouvement de la spirale prend son origine dans l'enfant. Dans son sillon, s'inscrivent d'abord la mère et le père. Puis ce mouvement s'ouvre sur l'entourage, la communauté. Le logo du MAQ suggère ainsi mouvement, ouverture, diffusion et croissance, tout en étant bien centré sur l'enfant.

ORGANISATION

Les activités du MAQ reposent sur le travail des membres de divers comités, soit les quatre comités décrits ci-après, en plus du comité exécutif. Selon les besoins, d'autres comités ponctuels peuvent aussi être créés.

Comité communication de plaidoyer

Ce comité veut organiser des activités de plaidoyer pour rendre les environnements plus accueillants aux femmes qui allaitent. Il souhaite modifier les perceptions en leur faveur, sans mettre de pression sur l'ensemble des femmes. Plusieurs outils pourront être utilisés à cette fin: affiches grandeur nature installées dans les centres commerciaux, capsules vidéo déposées sur YouTube, suggestions de liens orientant l'internaute vers des expériences d'environnements favorables à travers le monde, etc.

Comité formation

Le comité formation vise à assurer une harmonisation des compétences minimales en allaitement de toutes les professionnelles de la santé de la province, et ce, à travers le contenu de base de leur formation collégiale ou universitaire. Ses travaux ciblent médecins, infirmières, sages-femmes, nutritionnistes, dentistes, pharmaciennes et chiropraticiennes.

Comité visibilité

Le comité visibilité veut augmenter la visibilité du MAQ tant auprès de ses membres que du reste de la société québécoise. Il élabore des stratégies et crée des outils pour ouvrir des fenêtres sur le MAQ. Ses membres restent à l'affût de toute information en lien avec la mission du MAQ et la partagent à travers le site Web (www.AllaiterAuQuebec.org), la page Facebook (www.facebook.com/allaiterauquebec) et dans des courriels périodiques aux membres.

Comité création d'évènements

Transformer une simple réunion des membres en un évènement, voilà le principal mandat du comité création d'évènements. Il s'agit de mettre toute sa créativité au service de l'allaitement maternel au Québec pour transformer les réunions des membres du MAQ en évènements incontournables. Le comité peut aussi créer tout autre type d'évènement en lien avec la mission ou le développement du MAQ.

AVIS DE RECHERCHE : DOMICILE PORTÉ DISPARU !

Lysane Grégoire | Présidente, Groupe MAMAN

L'accouchement à domicile est une réalité québécoise depuis toujours et fait l'objet d'un encadrement règlementaire dans les normes de pratique des sages-femmes depuis 2004. Quelle ne fut pas la surprise de Stéphanie Houde de Québec, lorsqu'elle a constaté que le domicile était purement et simplement disparu de la dernière édition du *Mieux-vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans*, cette petite bible de 780 pages remise à tous les parents québécois lorsqu'ils attendent un enfant.

Stéphanie a décidé de signaler le problème à l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), responsable de l'édition du *Mieux vivre* :

> « Je vous écris afin de vous faire part de ma déception lorsque j'ai lu le passage suivant à la page 154 : "Pendant la grossesse, vous pouvez vous informer sur les différents lieux de naissance (hôpital, maison de naissance) et sur leurs particularités (routine, règlements, durée du séjour et types d'interventions). Vous pouvez aussi les visiter. Ces démarches contribuent souvent à créer un sentiment de confiance." Pourquoi ne mentionnez-vous pas la maison comme lieu de naissance ? Ce lieu est tout aussi valable que les lieux que vous citez et est une réalité québécoise. »

Madame Amélie Bourret de l'INSPQ explique :

> « Le passage que vous citez a été écrit principalement sous l'angle de la "visite à l'hôpital" afin que les parents n'hésitent pas à se familiariser avec les lieux et routines du centre où se déroulera l'accouchement. On n'y parle pas du domicile parce qu'il est déjà connu des parents et on n'y parle peu de la maison de naissance parce que le suivi sage-femme y a lieu tout au long de la grossesse.
>
> Votre commentaire nous fait toutefois remarquer que, avec la révision majeure dont la section *Grossesse* a fait l'objet pour l'édition 2013, le domicile est disparu. Nous nous assurerons donc de conserver votre commentaire et de le considérer lors de nos prochains travaux de mise à jour.
>
> Les éditions précédentes évoquaient clairement le domicile à l'intérieur d'un tableau concernant les professionnels de la santé et ce qu'ils peuvent faire pour le suivi de la grossesse et l'accouchement. En fonction des balises, principes et objectifs que le guide se donne, il a été décidé de retirer ce tableau. »

Or donc voilà, le domicile est mystérieusement disparu, entraîné par le retrait d'un tableau qui ne correspondait plus aux balises, principes et objectifs du pavé. Pour toute réassurance, le commentaire de Stéphanie sera considéré lors de la prochaine mise à jour. Une réponse qui n'a pas du tout satisfait Stéphanie Houde qui en a avisé le Groupe MAMAN.

Avec toutes les pressions qui n'en finissent plus pour que les sages-femmes travaillent plutôt à l'hôpital, on est en droit de se demander si la disparition du domicile des lieux de naissance nommés dans le Mieux vivre est aussi innocente qu'on nous le laisse paraître. Laisser aux femmes le droit de choisir le lieu où elles donneront naissance est encore si difficile à accepter pour plusieurs.

Le domicile n'est pas simplement absent d'un tableau dans le *Mieux vivre*. En page 171, sous la question *Quand aller au lieu de naissance ?* il serait tout aussi pertinent de mentionner qu'en choisissant d'accoucher à domicile, vous n'avez pas à vous demander quand le quitter. À la page suivante, on mentionne qu'en début de travail « en cas de doute, vous pouvez téléphoner à votre sage-femme ou à une infirmière du département d'obstétrique de votre hôpital. (...) on vous dira quand vous devrez vous rendre à l'hôpital. » Cette fois on ne mentionne même pas la maison de naissance alors que c'est le premier choix des femmes qui accouchent avec l'aide d'une sage-femme !

Les autorités de santé publique prônent la prévention et la promotion de la santé. Le domicile devrait être un phare pour guider les pratiques afin qu'elles soient les plus respectueuses de la physiologie de l'accouchement. Le domicile est le lieu où l'on pratique le moins d'interventions, un objectif de la politique de périnatalité. Il ne s'agit pas de dire aux femmes qu'elles doivent accoucher à domicile, mais ce lieu, pour toute la vision qu'il porte en terme de prise en charge des femmes par elles-mêmes, d'autonomie, de santé, d'intimité et avant tout, d'affirmation de l'appartenance de l'expérience à la femme et à sa famille, pour toutes ces raisons, le *Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans* devrait consacrer une section à l'accouchement à domicile pour permettre aux femmes de faire des choix plus éclairés.

COUP D'ŒIL SUR L'HUMANISATION DE LA NAISSANCE DANS QUELQUES COINS DU GLOBE

France Dufort | Accompagnante à la naissance, Montérégie | Membre, Groupe MAMAN

Il est toujours intéressant de regarder ailleurs pour étudier et comparer : cependant, les sources d'information ne sont pas souvent facilement accessibles et demande un recul qui n'est pas toujours facile à avoir... De retour du dernier congrès annuel de *Midwives Alliance of North America* (MANA), j'ai glané quelques informations là-bas et eu envie de vous les partager, au mieux de ma mémoire ! Je ne prétends pas tracer des tableaux complets, mais si ça réveille au moins en vous une certaine curiosité, j'aurai atteint mon but. J'ai choisi de vous parler de la Hollande et des États-Unis. Un plus vaste tour du monde serait très intéressant, mais les informations recueillies sont trop partielles et ne reflètent que des parcelles de réalités, bien que parfois bien inspirantes...

La Hollande

Depuis longtemps, la Hollande a été l'exemple suprême pour l'humanisation des naissances parmi les pays développés parce qu'une majorité des femmes choisissait le domicile comme lieu d'accouchement, avec un suivi sage-femme. Malheureusement, au cours de la dernière décennie, le pourcentage d'accouchements à domicile est passé de 50 % à 30 % sous l'effet de la forte vague mondiale de médicalisation des naissances. En Hollande, on compte aujourd'hui 2 265 sages-femmes (78 % indépendantes, 22 % en milieu hospitalier) qui sont en charge, en moyenne, de 115 naissances chacune par année. Les sages-femmes supervisent en tout 40 % des accouchements du pays (à domicile et à l'hôpital) ; le taux de transfert pour les accouchements à domicile est d'environ 28 % (comparativement à 12 % aux Etats-Unis) ; le taux de césarienne se situe autour de 12-15 % (mais monte à chaque année). Le taux de mortalité périnatale est le plus élevé parmi onze pays d'Europe, soit de 10 pour 1 000 (incluant les bébés dans les derniers mois de grossesse et les premières semaines après la naissance) ce qui a conduit une équipe de recherche à produire une étude[1] portant sur la mortalité et morbidité comparées pour les accouchements planifiés à domicile et en milieu hospitalier (cette étude comporte la plus importante cohorte jamais étudiée, 529 688 femmes, soit une nation au complet !). Le but de cette étude était de vérifier si ce haut taux de mortalité était relié au plus haut taux d'accouchement à domicile en pays industrialisé. Les résultats de l'étude, publiée au printemps 2009, ont démontré hors de tout doute que l'accouchement planifié à domicile n'est pas plus dangereux que l'accouchement planifié à l'hôpital, ce qui constitue une grande victoire pour les défenseurs de l'accouchement à domicile et du travail des sages-femmes à travers le monde en leur donnant des munitions pour relancer le débat et pour rassembler leurs forces. Selon Mme Simone Buitendjik, chercheure-chef de la récente étude et conférencière au dernier congrès annuel de MANA, la Hollande est bien consciente que tous les regards sont tournés vers son pays (par le fait que la Hollande soit la championne depuis toujours pour le taux d'accouchements à domicile) et nous a rassurés que son pays compte se ressaisir pour freiner et renverser la tendance actuelle. Avec l'appui des résultats de cette recherche, des mesures seront proposées sous peu.

Les États-Unis

Il existe de grandes différences entre le système hollandais et celui des États-Unis, princi-

palement basées sur le fait qu'en Hollande les sages-femmes offrent les services de première ligne et sont bien intégrées dans le système de santé, tandis qu'aux États-Unis, les sages-femmes qui offrent l'accouchement à domicile sont majoritairement marginales, non-supportées par le système médical (souvent même en opposition avec ce dernier). Ces particularités expliquent le défi qu'affrontent les sages-femmes américaines lors des cas de transfert vers le milieu hospitalier, même dans les États où les sages-femmes sont légales et licenciées.

Selon les données du MANA[2], il y aurait environ 9 000 sages-femmes aux États-Unis qui proviennent de trois profils différents : les *Certified Nurses Midwives* sont reconnues dans 50 états (5 700 CNMs), les *Certified Professionals Midwives* sont maintenant reconnues dans 25 états (1100 CPMs) et les *Lay Midwives*, ou sages-femmes n'ayant pas de reconnaissance officielle (entre 1 300 et 2 300). Le taux d'accouchement à domicile pour l'ensemble du pays était d'environ 0,6 % en 2005, avec une légère tendance à la hausse (était en baisse légère mais constante durant les 15 années précédant cette statistique).

Globalement, la périnatalité ne se porte pas très bien aux États-Unis : selon les données recueillies dans une conférence d'Eugene DeClercq[3], on assiste à une augmentation des interventions obstétricales, dont la césarienne (31 % des accouchements). Les États-Unis sont au 42e rang mondial pour le taux de mortalité néonatale (UNICEF, 2000) et au dernier rang parmi les pays modernes quant à la mortalité maternelle (UNICEF, 2000). Ces tristes résultats ont eu pour heureuse conséquence de provoquer une forte vague de réflexion ces dernières années sur les choix qui se présentent en périnatalité (accouchement médical vs travail des sages-femmes, naissance à la maison...). En fait, un large débat semble prendre forme aux États-Unis, comme le montre ces faits récents : multiples rédactions d'articles pro-accouchement naturel, éditions de nombreux livres sur le sujet, sortie de quelques films « chocs » dont *Business of being born* et *Orgasmic birth*. Par ailleurs, sur un plan plus politique, un amendement à la loi américaine est actuellement à l'étude par le Sénat américain dans le but d'inclure les CPMs dans la liste des personnes officiellement reconnues dans le système de santé américain (Medicaid). Le *Midwives Alliance of North America* (MANA) a travaillé avec toute son énergie sur ce dossier au cours de la dernière année, en plus de poursuivre, depuis quelques années, son travail qui vise à unir toutes les catégories de sages-femmes américaines (CNMs, CPMs) dans le but d'augmenter leurs forces de négociation et de développement.

En guise de conclusion

Que peut-on conclure ? Deux pays pris dans une pente descendante, deux pays dans un processus de prise de conscience... Quels déclencheurs pourront provoquer un renversement de la tendance ? Que veut la population ? Qu'est-ce qui influence la décision des couples pour la naissance de leurs enfants ?

Depuis toujours, les peurs ont été alimentées par des avis médicaux la plupart du temps sans fondement. En effet, avant cette année, très peu d'études sérieuses avaient été réalisées pour prouver hors de tout doute que l'accouchement à domicile et le travail des sages-femmes sont sécuritaires. Aujourd'hui, nous avons accès à des études d'envergure pour renverser les croyances : l'étude réalisée en Hollande constitue un point de départ pour relancer le débat. Plus près de chez nous, en Colombie-Britannique et en Ontario, deux études très récentes (voir encadré) ont démontré des résultats similaires. Dans un monde où les preuves scientifiques ont un poids certain, des études ayant une telle portée sont un revitalisant indispensable pour les groupes de défense de l'humanisation des naissances et peuvent redonner confiance aux parents qui hésitent à donner naissance à domicile et à confier aux sages-femmes la supervision de la grossesse.

Références :

1. Jonge A, et al. *Perinatal mortality and morbidity in a nationwide cohort of 529,688 low-risk planned home and hospital births.* BJOG 2009
2. MANA : *Midwives Alliance of North America*, www.mana.org
3. Eugene R.Declercq, PhD, *Professor of Maternal and Child Health*, Boston University School of Public Health – Site internet pour visualiser une partie de la conférence : www.orgasmicbirth.com/birth-by-the-numbers

DEUX ÉTUDES TRÈS SUPPORTANTES !!

Patricia A. Janssen et al. *Outcomes of planned home birth with registered midwife versus planned hospital birth with midwife or physician*. CMAJ Août 2009

http://bit.ly/14NmOVs

Cette étude réalisée en Colombie-Britannique et publiée en septembre 2009 a démontré que l'accouchement planifié à domicile supervisé par une sage-femme est associé à des taux comparables de mortalité périnatale à ceux obtenus lors d'un accouchement planifié à l'hôpital, sous la supervision d'une sage-femme ou d'un physicien et contribuait à la réduction du taux d'interventions obstétriques et autres complications périnatales. Les résultats ont aussi démontré que les sages-femmes obtenaient de meilleurs résultats lorsque les couples choisissaient le domicile au lieu de l'hôpital comme lieu de naissance. Comme le commentait une sage-femme de Colombie-Britannique à propos de ces conclusions : nous sommes meilleures que nous-mêmes lorsque les femmes choisissent l'accouchement à domicile !

Eileen K, et al. *Outcomes associated with planned home and planned hospital births in low-risk women attended by midwives in Ontario, Canada, 2003-2006 : A retrospective cohort study.* BIRTH 36:3 Septembre 2009

http://bit.ly/1orrAaP

Les résultats obtenus n'ont montré aucune différence entre le taux de mortalité périnatale et néonatale dans les deux lieux de naissance. Tous les résultats concernant le taux de complications (besoin pour soins médicaux immédiatement après la naissance, réanimation néonatale, admission à une unité pédiatrique de soins intensifs et faible poids de naissance) ont démontré de meilleurs résultats dans le groupe donnant naissance à domicile (2,3 %) que dans le groupe donnant naissance à l'hôpital (2,8 %). De plus, le taux d'interventions, incluant la césarienne, a été plus bas à domicile qu'à l'hôpital (5,2 % contre 8,1 % à l'hôpital).

ACCOUCHER AU XXIe SIÈCLE

Shirley Rivet | Sage-femme pionnière[1] | Membre, Groupe MAMAN

NDLR : La sage-femme pionnière Shirley Rivet est l'auteure du livre Sans risque ni péril, plaidoyer pour l'accouchement à la maison*, paru aux Éditions du remue-ménage en 1988. Le Groupe MAMAN était très heureux de l'accueillir lors de sa dernière assemblée annuelle pour une causerie avec les membres.*

Au tournant des années 80, se mettait en place un mouvement d'humanisation des naissances. Les femmes voulaient mettre fin au pouvoir et au contrôle médical sur leur corps et donc sur leurs accouchements. Elles dénonçaient la médicalisation et réclamaient d'accoucher à leur goût. Il y a eu des gains : des chambres de naissances dans les hôpitaux, la cohabitation mère-enfant, la présence du père acceptée, et, finalement la reconnaissance des sages-femmes. Les femmes ne voulaient plus être coupées, droguées, attachées sur des tables d'acier, elles voulaient sentir leur corps en contraction et accoucher de façon naturelle.

Et voilà que les interventions médicales viennent encore aujourd'hui soumettre les femmes à leurs bistouris et à leurs hormones de synthèse. Et ces interventions sont en augmentation partout dans le monde. Le taux de déclenchement des contractions a augmenté, les césariennes ont augmenté. « Au Québec, plus de 70 % des femmes qui accouchent demandent l'épidurale. »[2]

Est-il possible en ce début de siècle d'accoucher de façon naturelle ? Est-ce souhaitable ? Est-ce que les femmes modernes se posent la question ? Pourquoi d'ailleurs poser la question ? Accoucher naturellement est presque devenu une exception. Les femmes qui expriment le désir d'accoucher sans médication se font regarder d'un mauvais œil, comme si elles étaient insouciantes, irresponsables, presque masochistes. Et d'abord qu'est-ce qu'un accouchement naturel ? N'est-il synonyme que de souffrance ? De douleurs si épouvantables que nos corps ne peuvent les supporter ?

Description de Michel Odent[3] : « Voici une vison typique d'une femme moderne accouchant : une femme en travail de contractions dont l'un de ses bras est connecté à un sac en plastique par le biais d'un tube de plastique, alors qu'un cathéter de plastique est inséré dans sa colonne vertébrale pour recevoir l'épidurale, » et j'ajouterais le ventre cintré pour le moniteur fœtal. Elle est donc couchée, alitée comme une personne malade. Isolée, seule parmi toutes ces machines.

Ce qui est intolérable avec cette image, ce qui est impardonnable, c'est l'intention qui se cache sous cette médicalisation : affirmer l'incapacité des femmes à accoucher, à pousser leur bébé dans la vie parce que la douleur est trop forte. Pourquoi endurer alors qu'existe un médicament qui empêche de sentir toute cette intensité ? La disponibilité de cette médication en favorise effectivement l'usage et l'expansion. Cette nouvelle culture occulte la puissance des femmes à accoucher, occulte aussi la transformation que vivent les femmes pendant l'accouchement, la fierté, la satisfaction et la confiance en elles qu'elles y gagnent, réduisant ainsi un moment sacré de la vie, à une action banale, dépourvue de grandeur.

Ce qui ne devait être utilisé qu'en cas de force majeure est devenu routine. Comme l'échographie l'est devenue avec les années.

Alors les femmes sont laissées aux mains de machines, d'hormones de synthèse. Il est donc

normal qu'abandonnées dans ce désert, dans cette solitude, qu'elles réclament l'épidurale avec force cris. Comme les médecins ont perdu la faculté de palper l'abdomen des femmes et de sentir la position du bébé parce qu'ils se fient aux machines, les infirmières n'ont plus la patience, le temps, ou l'empathie pour rassurer les femmes pendant le travail des contractions, les supporter, les valider dans leurs perceptions. Elles se fient maintenant aux hormones synthétiques se déversant dans le sang des femmes qui accouchent, calculant le temps entre les doses, proposant une nouvelle dose.

Savent-elles, les femmes modernes, tout comme les infirmières en obstétrique que ces interventions empêchent le système hormonal des femmes de se mettre en place et de jouer le rôle primordial qui est le leur ? Savent-elles que les femmes en travail de contractions ont besoin de validation, de tendresse, de patience, de silence, de confiance ?

Notre corps est une merveilleuse machine. Celui des hommes dans leur virilité et celui des femmes dans le mystère de leurs utérus. Et c'est au moment de l'accouchement qu'il se révèle dans toute sa puissance et sa vulnérabilité.

Alors quand le bébé est prêt à naître s'enclenche tout un processus, un *cocktail d'hormones* (Michel Odent) qui présideront aux différentes étapes du processus de naissance. Il y aura d'abord de l'ocytocine, l'*hormone de l'amour* (Michel Odent). Elle déclenche les premières contractions, et sera ensuite présente tout au long de la vie de chacun d'entre nous. Plus tard, lorsque les contractions deviennent plus fortes et plus rapprochées (les contractions de la transition), notre corps libère d'autres hormones, les endorphines, sorte de morphine naturelle qui augmente notre tolérance à la douleur. On devient *stone* ! Notre drogue naturelle. Remarquez les yeux des femmes à ce moment du travail, on les dirait dans un autre monde. Lorsque les dernières contractions installent la poussée, alors que nous sommes épuisées, découragées, apeurées, voilà que nous recevons une hormone de relaxation la mélatonine. Au moment de la poussée, les contractions s'espacent, nous avons le temps de reprendre notre souffle, pour fournir un dernier effort avant la délivrance. La délivrance c'est vraiment le mot pour nommer notre état de ce moment-là. Parfois le bébé sort d'une seule poussée et parfois il prend son temps, nous le sentons descendre dans le vagin, s'approcher de la vulve, et remonter. Puis il y a cette sensation de brûlure lorsque la tête couronne la vulve. Comment rendre compte de cette sensation qui s'empare de nous ! Notre bébé enfin apparaît dans toute sa gloire. Mais tout ce processus ne se met en place que dans un contexte d'accouchement naturel, dans une atmosphère de confiance, de pénombre et de silence.

L'auteure Shirley Rivet

Est-ce que les contractions font mal ? Oui. Au début elles sont légères, courtes et espacées. De plus à ce moment nous sommes, règle générale, excitées et contentes qu'elles arrivent enfin ! Puis elles se rapprochent, s'intensifient et s'allongent, elles mettent notre résistance et notre confiance à rude épreuve.

Est-ce que le mal des contractions est insupportable, trop douloureux, trop souffrant ? Non. Non, puisque 90 % des accouchements se déroulent sans complications. Nous avons en nous les ressources tant physiques qu'émotionnelles pour traverser les contractions. De plus, il existe des alternatives à la médication : yoga, respiration, méthode Bonapace, hypnose...

Mais les femmes modernes ont-elles oublié toute la force qu'elles ressentent, toute la satisfaction et la fierté d'avoir vécu le processus de la naissance ? La remédicalisation de l'accouchement a semé le doute et la peur en elles. Ainsi, accoucher est devenu pour nombre de femmes « une job, juste une job qu'il faut faire au plus vite et sans se plaindre puisqu'il y a l'épidurale. » « Qu'accoucher n'est qu'un mauvais moment à passer » alors allons-y vite. Vite qu'on passe à autre chose. Vite l'épidurale. Comme si cette intervention était bénigne, banale. Pourtant, « des études ont révélé que les femmes qui n'utilisent pas de médicaments pendant le travail sont les plus satisfaites de leur expérience, six semaines après la naissance du bébé, voire un an plus tard. »[2]

Pourquoi choisir un accouchement naturel ?

Pour écrire une nouvelle culture de l'accouchement, pour créer une image de femmes modernes qui veulent ressentir la puissance de l'accouchement et traverser résolument les contractions. Celles qui se retirent pour accoucher. Qui marchent ou qui s'étendent, qui tamisent les lumières pour que vienne l'ocytocine, qui s'entourent de personnes qui croient en elles, en leur puissance d'accoucher des gens, qui gardent le silence, qui respirent doucement pour stimuler la mélatonine, qui les rassurent lorsqu'elles le demandent.

J'ai vu une vidéo dans laquelle une femme explique son accouchement à la maison et pour lequel elle s'est donné un orgasme au moment de la poussée, au moment où les contractions sont les plus fortes, les plus rapprochées et les plus longues[4]. Sa douleur s'est dissoute pour laisser descendre le bébé. Ah ! si j'avais su ça !

Si les femmes prenaient plaisir à accoucher...

1. Créatrice et animatrice de l'atelier *Renouer avec l'art d'accoucher*, atelier de partage d'expérience et d'information et de conscientisation à la puissance de l'accouchement naturel.
2. Josée Descôteaux, *L'épidurale*, pour mamanpourlavie.com, octobre 2011
3. Michel Odent, *Chilbirth in the Age of Plastic*, Pinter & Martin Ltd, Londres, 2011
4. Sur YouTube, tapez « accouchement naturel » et regardez *Accouchement naturel, enfantement plaisir.*

PROTÉGEONS L'AMAUTIK

Nelly Duvicq | Ivujivik

L'amautik est le manteau de portage traditionnel des femmes inuites. Conçu pour garder la mère et l'enfant au chaud, il est très efficace contre les grands froids et le vent. Depuis quelques années déjà, la question de la protection du patron pour réaliser ce manteau fait débat au sein de la communauté inuite. En effet, de plus en plus de personnes non-inuites qui ont vécu momentanément dans le Nord font le commerce d'amautik dans le Sud à partir d'un patron copié pour un usage supposément personnel. Au Nunavik (l'Arctique québécois), l'institut culturel inuit Avataq est préoccupé par cette question et il était question de déposer une demande auprès de l'UNESCO pour catégoriser l'amautik comme patrimoine culturel. Si le commerce d'amautik doit se développer, cela revient aux femmes inuites d'en décider et d'en fixer les règles. Si vous voulez vous procurer un amautik – et je vous comprends, car c'est un mode de portage physiologique exceptionnel – et faire un achat « responsable », sachez que la Fédération des Coopératives du Nord du Québec, dont le siège social est à Baie d'Urfé, en vend de très beaux au même prix que ceux vendus par des personnes non-inuites, confectionnés par des couturières inuites du Québec. La Fédération pourrait éventuellement vous mettre en contact direct avec des couturières pour des commandes plus personnalisées. Ceci est la seule façon d'encourager le talent local et de protéger le patrimoine culturel des Inuits.

Pour joindre la Fédération des Coopératives du Nord du Québec : (514) 457-9371

Nelly Duvicq et sa petite fille Ulluria Mangiok dormant paisiblement dans l'amautik contre sa maman.

LE RÊVE CANADIEN VIRE AU CAUCHEMAR

Bernadette Thibaudeau | Infirmière, Maison bleue | Membre et ex-présidente, Groupe MAMAN

Vous êtes enfin arrivée au Canada. Après des mois de préparation et d'attente, vous vous retrouvez dans un nouveau monde. Votre mari étudiant au doctorat a obtenu une bourse pour venir compléter ses études à Montréal. C'est suite à une annonce à l'université, vantant les mérites des universités canadiennes et l'ouverture d'esprit des Québécois qu'il a été tenté par la grande aventure. Le gouvernement du Canada a même installé un kiosque d'information pour vous expliquer la possibilité de devenir résident permanent dans « le plus meilleur pays au monde ».

Votre mari est très enthousiaste. Pour vous, c'est moins évident. Vous n'avez jamais quitté votre famille. Vous ne parlez aucune des deux langues du pays. On vous a évoqué le froid intense et vous en avez déjà le frisson. Par contre, vous avez vu à la télé des images de l'Amérique et la vie vous semble plus facile. Vous rêvez d'une maison et d'une auto neuve. Il vous revient en mémoire votre famille à l'aéroport : les larmes coulaient sur chacun des visages. Mais vous avez aussi vu la fierté dans les yeux de vos parents : ma fille va réussir sa vie avec son mari instruit dans une université américaine. Vous arrivez le cœur gros et plein d'espoir.

À Dorval, vous êtes impressionnée par la propreté des lieux et la technologie. Un cousin vous accueille chaleureusement et il est prêt à vous héberger quelques jours, le temps de vous trouver un nid douillet. Arrivée chez lui, c'est la consternation. Il habite un petit appartement, sans domestique et sans gardien de sécurité. La télévision trône au milieu du salon, mais le reste de l'appartement est assez vide. Votre première nuit au Canada est un cauchemar. Vous avez même vu des souris courir sous votre lit. Vous pleurez et votre mari vous promet que la situation sera différente pour vous.

Occupée par la recherche d'un logis, l'intégration à l'université, la découverte des magasins et l'inscription au cours de français, vous n'aviez pas remarqué un retard dans vos menstruations. C'est votre mari qui propose de passer un test de grossesse. Surprise : vous êtes enceinte. La joie, la stupéfaction, la peur, l'inquiétude vous habitent tour à tour. Quand vous informez votre cousin, il vous suggère le numéro de téléphone d'une clinique.

C'est le début d'un long combat. Au premier appel, la secrétaire vous demande si vous avez une carte d'assurance maladie. Vous ne savez pas de quoi elle parle. Votre mari vous informe qu'il a lui-même, via ses études, une assurance privée, mais constate qu'elle ne couvre pas la grossesse de sa conjointe. Dans un pays social-démocrate comme le Canada, vous êtes persuadée de trouver une ressource pour vous aider. Vous vous présentez à l'hôpital pour confirmer votre grossesse, comme vous l'auriez fait dans votre pays. On vous demande de passer par la comptabilité. Une dame avec un visage dur exige un dépôt de 10 000 $ avant de poursuivre toute autre consultation de grossesse. 10 000 $!! Mais vous avez déjà brulé toutes vos économies pour vous installer. Vous êtes convaincue qu'il existe une autre solution. Vous faites des appels téléphoniques dans plusieurs cliniques, aucun médecin n'accepte de vous voir et tous vous dirigent vers le CLSC. Vous finissez par découvrir un CLSC près de chez vous. On vous informe qu'il n'y a pas de médecin pour suivre votre grossesse et on vous dirige vers les hôpitaux.

Après vous être fait renvoyer la balle à plusieurs reprises, une amie de votre cousin vous informe qu'il pourrait en coûter moins cher dans une maison de naissance. Vous vous présentez dans ce lieu chaleureux, mais la secrétaire, bien que très compatissante, regrette de ne pas avoir de place pour vous. Elle vous dirige vers la maison à côté, la Maison Bleue.

À la Maison Bleue, on vous explique toutes les démarches possibles pour obtenir un suivi de grossesse et un accouchement au Québec. D'abord, pour votre accouchement vous comprenez qu'on ne peut s'en tirer en bas de 6 000 $. On vous explique qu'il existe une clinique, à Médecin du monde, qui pourrait vous faire certains tests gratuitement. On vous avise que certaines cliniques, ayant flairé la bonne affaire, en profitent et demandent quatre fois les frais de la RAMQ pour les consultations. On vous suggère de questionner le médecin sur chacun des tests demandés pour vous assurer qu'ils sont vraiment essentiels. Vous êtes surprise d'apprendre qu'il n'est pas nécessaire de faire plus d'une échographie pour une grossesse normale, alors que dans votre pays elles sont faites dans le cabinet à chaque rendez-vous. On vous explique qu'il est possible de faire des arrangements dans certains hôpitaux pour des paiements mensuels, au lieu de débourser ces milliers de dollars que vous n'avez pas.

Le jour où vos contractions débutent et prennent de l'ampleur, c'est dans l'angoisse d'accoucher sans votre mère à vos côtés et la peur d'avoir des complications qui pourraient affecter votre bébé en plus de vous coûter plus cher, que vous vous dirigez vers l'hôpital. Pendant vos contractions, on vous questionne sur votre statut au Canada et vos possibilités de paiement. Toute tendue et en pleurs, vous prenez l'épidurale malgré les 800 $ comptants demandés par l'anesthésiste.

Vous quittez l'hôpital avec une facture de 5 000 $. On vous accorde le droit de payer en plusieurs versements. Votre demande de résidence permanente est déposée et vous devriez la recevoir d'ici un an. Votre prochaine grossesse sera différente, vous vous le jurez. Quand vous recevez vos équivalences de diplôme et on vous reconnaît l'équivalent d'un cégep, malgré votre maitrise, vous vous préparez à un autre combat. À la radio, une ligne ouverte questionne le public sur la place des immigrants au Québec. Un monsieur s'enflamme sur les immigrants qui profitent du système et volent les jobs. Vous avez envie de prendre le téléphone. Est-ce que ça en vaut vraiment la peine ?

MOT D'ENFANT

« Les voleurs vont en prison pour réfléchir ! »

TROIS COMPORTEMENTS À CHANGER AU MOMENT DE LA NAISSANCE

Michèle Champagne | Sage-femme

NDLR : Un aperçu de l'article paru sur le blog Progressive Parenting, *le 24 avril 2012 http://progressive-parenting.com/2012/04/24/three-things-we-need-to-stop-doing-to-newborns/*

De nos jours, rares sont les bébés qui échappent au rituel du chapeau.

Après avoir assisté à l'événement *Trust Birth Conference* à Nashville dans le Tenessee, Gena Kirby, mère et doula, affirme qu'au moment de la naissance nous devons modifier trois actions et comportements qui semblent anodins, mais qui peuvent avoir un impact fondamental sur la survie des bébés.

Ne pas mettre de chapeau
La mère qui garde son petit sur elle régule sa température corporelle sur celle de son bébé, afin de permettre à ce dernier de maintenir la sienne. Ainsi, il n'a ni trop chaud ni trop froid. De plus, la mère qui sent l'odeur de son bébé, très présente dans ses cheveux mouillés, développe grâce à son système limbique une meilleure compréhension des besoins de son bébé; appelons cela l'instinct maternel.

Cesser de placoter
Le bébé a besoin d'entendre les voix qu'il entendait avant sa naissance, celle de ses parents, de sa famille. Reconnaître la voix des siens est essentielle au développement du lien entre le bébé et les siens.

Cesser de tripoter
Le bébé dont le système immunitaire est presque inexistant ne devrait être touché que par ses proches.

Il y a encore beaucoup à changer dans le merveilleux monde de la naissance.

CENTRE CHIROPRATIQUE
SAINT-ROMUALD

Dre Brigitte Pelletier, chiropraticienne D.C.
Centre chiropratique St-Romuald
2097, boulevard de la Rive-Sud
St-Romuald, G6W 2S5, QC

Maman de 2 enfants, j'aime travailler tout en douceur avec vous et vos enfants.

Pour vous aider à profiter de votre grossesse avec plus d'énergie, plus de confort et optimiser le positionnement de votre bassin et de votre bébé pour l'accouchement.

Ne laissez pas traîner les signaux d'alarme de votre corps comme une douleur à la fesse ou au bas du dos.

Pour les petits poupons comme les plus grands. Pour optimiser leur système nerveux afin d'aider les coliques, les bébés irritables, le sommeil, les otites, l'asthme, l'hyperactivité et les déficits d'attention, les maux de tête, les douleurs au dos et aux jambes, etc.

- Tables adaptées pour femmes enceintes et coussins spéciaux pour femmes qui allaitent.

- Table spéciale d'éléphant pour les enfants.

Pour profiter pleinement de la vie!

plus de 10 ans d'expérience

www.centre-chiropratique.ca | 418-839-7364

SENTIR LE MOUVEMENT

Magali Coursange | Étudiante en pratique sage-femme UQTR | Membre, Groupe MAMAN

Mercredi 31 octobre 2012, ce soir, assise sur ma chaise d'étudiante première année en pratique sage-femme, j'ai senti le mouvement. Mme Lysane Grégoire est venue nous parler généreusement d'allaitement et du Groupe MAMAN qui m'était inconnu il y a deux mois. J'ai le sentiment que depuis des années je me prépare à ce qu'un jour je puisse soutenir l'espace de la femme sage, de la naissance. Je n'avais pas conscience que, pendant ce temps, d'autres femmes, hommes, familles se mobilisaient, préparaient ce terrain pour se donner la possibilité comme société de revisiter la façon dont nous accueillons l'expérience de la naissance et de l'arrivée de nos enfants dans des valeurs d'humanisation, de respect, de pouvoir au féminin. Le fait que je puisse être assise sur cette chaise ne dépend pas que de moi. C'est grâce à vous tous et toutes, parents, militantEs, sage-femmes, enfants, bébés, que je peux rêver un jour contribuer à changer le monde une naissance à la fois dans un rôle de sage-femme au Québec. Je vous dis merci et je prends l'engagement de toujours me rappeler que nous sommes tous unis et que chaque idée, chaque geste, chaque parole manifestés pour préserver l'espace sacré de la naissance est soutenu par bien des gens. Je compte honorer ce mouvement au meilleur de mes capacités, chaque jour. Merci et au plaisir de vous ressentir.

DEVOIR DE PHILO – MATERNER EST-IL DÉPASSÉ ?

Un aperçu de l'article paru dans Le Devoir, *le 29 décembre 2012*
http://bit.ly/12OegNF

Dans le magazine *Vogue* de décembre 2012–janvier 2013, Carla Bruni se déclare heureuse d'être à la maison, de prendre soin de sa famille et de répéter jour après jour les gestes du quotidien. Suite à cette déclaration explosive, le journal *Le Devoir* a publié un « devoir de philo » sous la plume d'Annie Cloutier, doctorante en sociologie à l'Université McGill et écrivaine.

Vous imaginez le tollé des féministes, madame Bruni affirmant qu'elle n'a pas besoin de l'être. L'intérêt de cet article est d'objectiver ce discours et de remettre en lumière le livre *Parole de femme* de la philosophe française Annie Leclerc (1940-2004). « Je ne me demande pas comment se fait-il que l'homme se soit octroyé la meilleure part, laissant à la femme la pire ? Mais comment se fait-il que la part de l'homme soit devenue la meilleure, et celle de la femme la pire ? » écrit celle qui en 1974, au plus fort de la lutte des femmes, a eu le courage, ou la folie, d'affirmer que la révolution féministe devait se construire avec et non sans la maternité.

Questions toujours pertinentes 40 ans plus tard. Réflexions à amener dans le domaine public, le domaine du masculin.

Michèle Champagne, sage-femme

UNE QUATRIÈME PHASE ?

Céline Lemay | Sage-femme

Pourquoi parler d'une *quatrième phase* de l'accouchement alors que l'essentiel s'est produit: l'enfant est né et le placenta est expulsé ? Ne serait-ce pas ce qui arrive « après » l'accouchement proprement dit ? La question doit se poser d'autant plus que plusieurs manuels d'obstétrique ne parlent pas d'une quatrième phase.

En fait, c'est la recherche sur la physiologie qui nous mène à la quatrième phase, car le cocktail des hormones en jeu pour l'accouchement fait toujours partie de « la danse », et est donc en action dans cette période « sensible » que sont les deux heures qui suivent la naissance. (Buckley 2012).

Buckley (2012) et Brabant (2012) vont plus loin. Elles considèrent que si l'on veut être cohérent avec les principes de la physiologie du cycle de la reproduction, **le processus de la mise au monde ne se complèterait qu'au moment de la première tétée du nouveau-né**. L'enfant passe alors de l'alimentation fournie par le cordon ombilical à celle offerte par le sein de sa mère, les systèmes corporels et relationnels se complétant pour optimiser la survie de l'espèce humaine. La définition d'un accouchement incluerait donc une quatrième phase...

Nous sommes dans le continuum d'une même entité, d'un même processus : la mère est en mode de récupération et de transition entre l'état de la grossesse et celui d'une « non-enceinte ». Le nouveau-né est en pleine transition entre une vie intra-utérine et une vie extra-utérine.

Les travaux des dernières décennies ont fait avancer les connaissances sur de nombreux aspects reliés à la naissance : les effets négatifs de plusieurs routines hospitalières, la physiologie de l'allaitement, ses bénéfices pour la santé de la mère et celle du bébé, l'attachement, l'importance de l'expérience des premiers moments de la vie pour la mère et l'enfant, les effets à long terme des événements autour de la mise au monde, la dyade mèrEnfant, etc. Plus récemment, les avantages de la physiologie n'apporteraient pas seulement des gains pour la santé de la mère et de l'enfant, mais leur procureraient aussi bénéfices développementaux.

Les pratiques durant la quatrième phase devraient donc tenir compte des interrelations hormonales et des mécanismes de régulation mutuelle physiologique et comportementale entre le nouveau-né et sa mère (Winberg 2005). Bien plus, ces interactions permettent à l'ocytocine maternelle de se décupler, protégeant ainsi la mère des hémorragies du post-partum (Matthiesen et al. 2001).

Nous nous trouvons à prendre soin de **deux êtres en transition de vie**, événement majeur de transformation : un nouveau-né et une nouvelle mère. Nous avons aussi à considérer la dyade mèrEnfant comme une entité biologique et sociale indissociable (OMS). C'est le **MAMA-TOTO**, un seul mot en swahili qui rend compte de cette réalité. C'est ce que la démarche IMBCI veut amener en parlant de « mèrEnfant ».

Le temps de la rencontre

La première heure après la naissance est le temps du déploiement du miracle de la naissance. C'est le temps où la mère et son nouveau-né s'harmonisent l'un avec l'autre et sont particulièrement ouverts à découvrir l'autre. C'est le temps de la rencontre. La recherche récente encourage au moins une heure de contact ininterrompu entre le nouveau-né en santé et sa mère (et son père), incluant un contact peau-à-peau avec la mère (AAP 2005). Après tout, l'habitat naturel du nouveau-né humain est le corps de sa mère.

La quatrième phase est donc celle de la **rencontre** entre le nouveau-né et sa mère. Cette phase demande alors des conditions qui favorisent cette rencontre entre deux êtres en pleine transition: respect, intimité, une certaine « lenteur », une certaine « douceur », vigilance tranquille, bienveillance... Elle demande aussi des conditions pour protéger cette rencontre. L'accueil du nouveau-né doit se faire dans le respect des besoins physiologiques et émotionnels de la mère et de l'enfant et du **caractère exceptionnel** que revêt cet événement pour la nouvelle famille. Le milieu met en place des moyens pour être au service d'un processus important pour une nouvelle mère, un nouveau-né, un nouveau père, une nouvelle famille. Cette période importante ne se répète ni ne se reprend et les femmes s'en souviennent toute leur vie. Nous sommes au cœur d'un jalon de vie personnelle, sociale, psychique et culturelle.

Pour Girard (2011) la connaissance des compétences du nouveau-né peut aider à l'accueillir en respectant « son temps »... « et à considérer autrement cette première rencontre, non pas sur le mode alimentaire et sécuritaire, mais sur le mode de celui de la **construction d'une relation d'attachement** » (p. 3). En effet, le nouveau-né est un être sensoriel et un être relationnel. Une naissance physiologique lui confère une acuité sensorielle extraordinaire

Naissance de Nanuk en 2008.
Première rencontre sous l'œil discret des sages-femmes (ombre)

et une capacité d'attention longue et soutenue « ... grâce à l'action d'une décharge hormonale qui ne sera plus jamais égalée (adrénaline et noradrénaline) ».

L'auteur parle de la « **délicate chorégraphie** » où la mère et le nouveau-né se découvrent mutuellement et où ils finissent par s'accorder, car la mère a un taux très élevé d'ocytocine, « l'hormone de l'amour ».

C'est pour cette raison que la mère et l'enfant ont besoin de ne pas être dérangés (Simonds et al 2007). Le peau-à-peau et l'allaitement ont des effets bénéfiques physiologiques et psychologiques reconnus autant pour le nouveau-né que pour sa mère. La première tétée s'inscrit plutôt dans un continuum relationnel qu'un objectif à atteindre, une chose qui doit être faite (Girard 2011).

La notion de « ***undisturbed birth*** » aurait avantage à être connue et être un moteur de changement dans les milieux cliniques, autant dans les actions que dans l'environnement pour le travail et la naissance. Pour favoriser les relations parents-nouveau-né, le peau-à-peau doit être accompagné de soins relationnels et conscients de l'importance de cette période complexe et délicate. De plus, la possibilité de concevoir une fonction de « **matrescence** » (une vocation plus « maternelle » du milieu clinique), permettrait de concrétiser la quatrième phase (Walsh 2012), d'amener les intervenants dans l'esprit de « prendre soin » plutôt que celui de « donner des soins », d'« être avec » plutôt que de « faire ». La littérature sur l'**art de la présence** est éloquente à cet égard. (Covington 2005, Kennedy et al. 2010).

Pour Mercer et Erikson-Owens (2010), la façon dont sont menés les soins durant la naissance durant la quatrième phase de l'accouchement peut avoir des effets à long terme. Odent (2002) considère que la quatrième phase est une période qui crée une « empreinte » sur l'expérience de la mère, celle du nouveau-né, et sur la relation entre les deux. Cela demande donc des **soins sensibles** et la plus **grande prudence** dans l'art d'intervenir. C'est aussi pour ces raisons que les conduites routinières ou idéologiques pourraient être questionnées.

Les tâches comme la pesée, les soins prophylactiques (onguent antibiotique dans les yeux et vitamine K), « peuvent » être perturbatrices. Elles pourraient être différées jusqu'à ce que la première tétée soit complétée et ne pas avoir préséance sur le temps d'intimité et de connexion de la mère, du père, et du nouveau-né, tout en demeurant sécuritaires.

Plusieurs habitudes pourraient être questionnées :
Si la mère et son nouveau-né régularisent leur température corporelle pourquoi insister pour mettre rapidement un chapeau au nouveau-né ? Si la mère fournit ses anticorps à son enfant afin de renforcer son système immunitaire, pourquoi manipuler l'enfant ou même y toucher dans la première heure ? Si cette quatrième phase en est une de rencontre importante entre la mère, le père et le nouveau-né, pourquoi leur parler et avoir des conversations avec eux au lieu de favoriser « **leur** » conversation avec leur enfant nouveau-né ?

La conscience de l'importance de la quatrième phase impliquerait une compréhension de l'impossibilité et même **des risques** de séparer le biologique du social, du psychique, et même du spirituel. La quatrième phase n'est pas importante seulement lorsque tout s'est déroulé de façon idéale. Elle est particulièrement significative lorsque les corps et les cœurs sont fatigués et peut-être blessés.

Nommer (même dans les dossiers) et prendre soin de la quatrième phase seraient l'expression concrète d'une **redéfinition de l'accouchement**, plus large et plus profonde que les trois phases traditionnellement expliquées dans les manuels d'obstétrique. Non seulement les pratiques seraient basées sur la valorisation de la physiologie, mais elles pourraient se déployer dans l'avenir comme des pratiques conscientes et relationnelles, tout en prenant soin de la sécurité des personnes impliquées.

Références :

AAP (*American Association of Pediatrics*), (2005) *Breastfeeding and the use of humanmilk*. Pediatrics 115(2): 496–506.

Brabant I., (2012), *Est-ce que l'accouchement « naturel » a encore sa place en 2012 ?*, conférence prononcée le 14 mai 2012, organisée par la Maison de la Famille Drummond en allaitement et périnatalité à Drummondville

Buckley S.J., (2012) *Ecstatic Birth: Nature's Hormonal Blueprint for Labor*, à http://www.sarahbuckley.com/

Covington H., (2005) *Caring presence: providing a sage space for patients*. Holist Nurs Pract, 19(4):169-172

Girard L., (2011) *De la première rencontre à la première tétée : Observer l'intimité*, *Les Dossiers de l'obstétrique*, no 409

J., Erikson-Owens D., (2010) *Evidence for Neonatal Transition and the First Hour of Life*, in Denis Walsh, Soo Downe, (ed), *Essential Midwifery Practice: Intrapartum Care*, London: Bralckwell Publishing Ltd. pp. 81-100

Matthiesen AS, Ransjö-Arvidson AB, Nissen E, Uvnäs-Moberg K. (2001) *Postpartum maternal oxytocin release by newborns: effects of infant hand massage and sucking*, Birth, 28(1):13-19

Odent M., *The first hour after the birth: don't Wake the Mother*, *Midwifery Today*, Issue 61, Spring 2002

Simonds W, Katz Rothman B, Norman B et al. (2007) *Laboring On. Birth in Transition in the United States*. NewYork: Routledge.

Walsh D., (2012) *second edition, Evidence and Skills for Normal Labour and Birth*, New York : Routledge

Winberg J. (2005), *Mother and Newborn Baby: Mutual Regulation of Physiology and Behavior— A Selective Review*. *Developmental Psychobiology* 47(3):217–29. doi:10.1002/dev.20094.

Naissance de Nanuk en 2008.
Le chapeau peut maintenant attendre un peu.

Naissance de Luan en 2002.
Le chapeau faisait partie du paysage des maisons de naissance

LA PEUR D'ACCOUCHER

Kathleen Couillard | *Membre, Groupe MAMAN* | *Auteure du blog* Maman éprouvette

Un soir, ma fille Élizabeth (huit ans) me dit : « Maman, je crois que je vais adopter mes enfants plus tard. Ça a l'air trop dur d'accoucher. » J'étais pour le moins stupéfaite par cette affirmation. Nous avons, dans ma famille, une image plutôt positive de la maternité et je me demandais bien d'où lui était venue cette idée. Après quelques jours de réflexion, la réponse m'est apparue sous la forme d'une publicité pour un fabricant de voitures. On y voit un couple à l'hôpital, la femme étant en train d'accoucher, et tout dans son attitude laisse présumer que ce qu'elle vit n'est pas agréable du tout. C'est alors que j'ai réalisé à quel point notre culture véhicule une image négative de l'accouchement.

En fait, cette représentation de l'accouchement n'est pas nouvelle. Selon la *Bible*, Dieu n'a-t-il pas dit à Ève : « Tu enfanteras dans la douleur » ? Depuis ces paroles fatidiques, les représentations douloureuses se sont multipliées. Malheureusement, cette façon de présenter l'accouchement a des répercussions sur l'imaginaire de toutes les femmes dès leur plus tendre enfance, comme en témoigne ma petite Élizabeth.

On observe particulièrement cette tendance dans les médias. Par exemple, on rapporte qu'aux États-Unis, plusieurs téléréalités relatent l'histoire de femmes qui accouchent dans des situations pour le moins traumatisantes. En effet, ces émissions se concentrent sur les accouchements à risque ayant lieu dans des hôpitaux spécialisés. Les femmes qu'on y voit sont couchées sur le dos, attachées à des moniteurs fœtaux et entourées de plusieurs autres instruments. Le focus de l'émission est entièrement sur l'équipe médicale et on fait peu de cas de la mère ou du bébé. Le message qui se dégage alors est que même si une mère est en santé et que sa grossesse est normale, les choses peuvent changer rapidement. Personne n'est à l'abri des dangers de l'accouchement !

Ce type d'émission n'a peut-être pas encore fait son apparition au Québec, mais la perception que l'accouchement est un moment dangereux dans la vie d'une femme est bien présente. Au Canada, on estime que 20 à 25 % des femmes enceintes ont une peur significative de l'accouchement. On observe d'ailleurs une situation semblable au Royaume-Uni. Les études révèlent que, dans les 30 dernières années, l'anxiété par rapport à la douleur de l'accouchement a augmenté, mais la confiance des femmes en leurs capacités à accoucher a diminué. Sans grande surprise, ce phénomène a aussi été accompagné d'une augmentation dans les taux d'interventions obstétricales.

Par ailleurs, la chose qu'on ne mentionne que trop rarement, c'est l'impact négatif que peut avoir cette représentation de l'accouchement. En effet, la perception qu'a une femme de l'accouchement peut changer le déroulement de celui-ci. On sait par exemple que les femmes qui ont peur de l'accouchement sont plus à risque de vivre une expérience négative lors de la naissance. Celles-ci décrivent notamment la douleur ressentie comme plus intense et leur travail dure aussi plus longtemps. Ces femmes ont également plus souvent recours à la césarienne élective. La particularité des femmes ayant peur de l'accouchement, c'est qu'elles ne voient pas du tout l'accouchement comme quelque chose de naturel.

En fait, le problème est probablement là. Les femmes connaissent bien « l'accouchement médical » mais connaissent peu « l'accouchement normal ». Il serait donc important d'augmenter la visibilité de l'accouchement naturel dans notre société. Plus les femmes auront sous les yeux des images positives de la naissance, plus elles reprendront confiance en leurs capacités. Il faut sensibiliser les médias, les créateurs et les auteurs pour que l'accouchement redevienne un moment naturel dans l'imaginaire populaire.

En attendant, c'est dans le quotidien de notre famille que nous essayons de perpétuer cette image positive et merveilleuse de la venue au monde d'un enfant, en espérant que cela soit suffisant pour que mes filles développent confiance en leurs capacités à accoucher.

Références :

Adams, S., Eberhard-Gran, M. and Eskild, A. (2012) *Fear of childbirth and duration of labour: a study of 2206 women with intended vaginal delivery*. BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology, 119: 1238–1246.

Haines H. M., Rubertsson C., Pallant J.F. and Hildingsson, I. (2012) *The influence of women's fear, attitudes and beliefs of childbirth on mode and experience of birth*. BMC Pregnancy and Childbirth 12:55.

Hall WA, Hauck YL, Carty EM, Hutton EK, Fenwick J, Stoll K. (2009) *Childbirth fear, anxiety, fatigue, and sleep deprivation in pregnant women*. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs. 38(5):567-76.

Lothian, J.A., Grauer, A. (2003) *"Reality" Birth: Marketing Fear to Childbearing Woman*. Journal of Perinatal Education, 12(2), VI–VIII.

Kathleen Couillard

MON PETIT BONHEUR

Pascale Brochu-James | Membre, Groupe MAMAN

TÉMOIGNAGE

Je ne savais pas que j'attendais un petit garçon et encore moins qu'il s'appellerait Henri.

Notre petit dernier s'est fait désirer. Un an jour pour jour après avoir décidé d'agrandir la famille, il a fait son apparition sur un bâton de pipi ! Que de bonheur après autant d'inquiétude ! Nous n'avions pas eu de problème à concevoir les deux premiers et j'avais de la difficulté à comprendre pourquoi cette fois tout ne se passait pas selon mes désirs ! Maintenant je comprends ce qui se cachait derrière cette attente. Je devais pratiquer ma patience et le lâcher prise (ce n'est pas une spécialité chez moi !). Tout ce temps à désirer m'a aidé à supporter les mois de nausées, couchée sur le divan, au bord des larmes, dans l'impossibilité de m'occuper de mes grands... le gingembre, la gomme à la menthe, les pommes de terre m'ont aussi aidée !

J'ai su que je portais un enfant le 15 décembre à 8 h 30 am et à 8 h 45 j'étais déjà sur le *speed dial* avec la maison de naissance de Côte-des-neiges ! Même si j'avais accouché de mon 2e à la maison avec une sage-femme et que j'allais avoir priorité, il n'était pas question que je prenne la chance de manquer mon coup ! Ce bébé allait naître dans le confort et la sécurité de notre maison. J'ai eu Sylvie, la secrétaire, au bout du fil à 9 h 01. J'avais une place, tout irait bien. Quel soulagement.

La grossesse s'est bien passée. À 37 ans, je me sentais moins en forme qu'à mes grossesses précédentes, mais plus que l'âge je pense que c'est le fait de m'occuper de ma puce et de mon loup que je trouvais difficile. Apprendre à un enfant de cinq ans à faire du vélo enceinte de huit mois, au mois de juillet, ce n'est pas une sinécure ! Je n'ai pas beaucoup ralenti mon rythme. Je voulais profiter de l'été avec mes enfants, mettre mon gros ventre dans mes robes soleil et utiliser mon vélo avant de le mettre au rencart mi-août jusqu'à l'été suivant.

Je n'étais pas inquiète, mes accouchements ont été relativement faciles, spécialement le deuxième, à la maison. Un accouchement qui a duré six heures, sans rebondissement, avec une poussée d'une heure trente. Je qualifierais cet accouchement de parfait. Assez de temps pour assimiler les étapes, des douleurs gérables, un beau bébé en santé. Trente minutes après la naissance, je n'avais déjà plus souvenir d'avoir eu mal. Quand je pensais à la venue de mon nouveau bébé, c'est ce que j'avais en tête... un autre accouchement idéal !

On dit coucou et réalise que nous avons un petit garçon

Ma grande, aidée par son papa, coupe le cordon

Les choses ne se sont pas exactement passées comme je les imaginais. Le 12 août, j'ai passé l'après-midi à la piscine avec les enfants et nous avons fait un BBQ avec des voisins. Toute la soirée, j'ai eu l'impression d'avoir de petites pertes ici et là. Je croyais que c'était un peu de pipi. Après avoir passé l'après-midi à nager et à jouer avec mes enfants dans l'eau, je sentais mon ventre lourd et le bébé très bas. Je pensais qu'il y avait de la pression sur ma vessie. Bien, il y avait de la pression, mais c'était le bébé qui s'engageait. J'ai toujours perdu mes eaux lors de la poussée, la poche qui éclate sur le plancher d'un supermarché, connais pas ! En montant dans mon lit, j'ai eu la sensation d'une perte plus importante, mais pas les chutes Niagara. J'ai tout de même téléphoné à ma sage-femme, j'oubliais ce que l'on devait faire si on perd les eaux. Il était 22 h 50. On a placoté, elle m'a posé des questions : « Contractions ? — Non. — Autres symptômes ? — Non. » On conclut que je dois me reposer et elle passera en matinée le lendemain pour voir si je perds du liquide amniotique. Je raccroche, il est 23 h 05. Je sors du lit pour utiliser les toilettes, j'ai une contraction très douloureuse, puis une autre, puis une autre. À 23 h 20, je suis aux trois minutes, les contractions durent près d'une minute chacune. Mon mari téléphone à la sage-femme, qui n'est pas convaincue que je suis en pleine action. Je viens de lui parler et il n'y avait aucun signe de travail, pourquoi se presser ? Elle m'entend avoir une contraction et mon mari la convainc de venir rapidement. Exit les

chandelles, la petite musique, le bain, la marche dans le corridor, je suis passée de 0 à 100 km/h en 30 minutes !!!

Nous sommes voisines. Elle débarque à 23 h 45 et procède à un examen, j'ai déjà envie de pousser, je suis à 8 cm ! Elle me fait patienter, elle veut s'installer et téléphoner à la deuxième sage-femme. À minuit, je pousse, tout le monde est convaincu que c'est une question de minutes, le bébé arrive ! Une heure quinze plus tard, j'y suis encore ! J'ai essayé plusieurs positions, la douleur est presque insupportable... la sage-femme insiste pour que j'essaye des positions qui ne me disent vraiment RIEN !! Mais elle est persuasive et finalement commence à me parler de l'hopital. J'avais beau lui dire que pour les deux autres j'avais poussé longtemps, elle trouvait qu'au troisième ça devrait aller plus vite et elle ne voyait pas de progrès satisfaisant. Est-ce que j'ai besoin de dire que le petit tour d'ambulance ne m'inspirait pas du tout ?!

C'est au moment où tout le monde perdait espoir de voir bébé arriver que j'ai demandé de prendre position sur le banc de naissance. Surprise : après deux poussées, contre toute attente, la tête est née. La contraction suivante pour faire naître le corps ne venait pas, ma sage-femme m'a donné une piqûre (Pitocin ?) puis quelques minutes plus tard j'ai accueilli mon bébé. Il était 1 h 55. Wow, quelle aventure ! Quand j'ai repris mes émotions, ma grande fille de cinq ans était debout près de moi. Toute pleine de sommeil, ma puce essayait de voir si elle avait un frère ou une sœur. Un 'tit homme ! Avec l'aide de mon homme, de mes sages-femmes et de mon amie Caro, je me suis installée sur le lit. Couchée dans mon lit avec mon nouveau bonheur, ma grande et mon amoureux, je ne croyais pas à ma chance. Être entourée de ceux que j'aime, dans la sécurité de ma maison. J'ai mis mon bébé sur mon cœur et je l'ai aidé à trouver le sein.

Le placenta est né, non sans douleur ! Un bain, des draps propres et quelques impressions échangées sur l'accouchement, il est 4 h 30 et c'est le temps de fermer les yeux. Aussi grandiose que la naissance de mon enfant, c'est mes deux grands qui arrivent dans notre chambre le lendemain à l'aube. Mon fils qui monte dans le lit et qui réalise que le bébé est arrivé pendant la nuit, ma puce qui veut faire du peau à peau... Pis nous qui échangeons des regards, on a de la difficulté à croire à notre bonheur !

LECTURE COUP DE CŒUR DE VOTRE PORTE-PAROLE

Autour de la huitième semaine de ma toute première grossesse, une petite âme s'est tue. On me l'a confirmé lors de l'écoute du cœur, à la douzième semaine. Instinctivement, je me suis tournée vers le magnifique livre ***Femmes qui courent avec les loups*** écrit par Clarissa Pinkola Estés.

Quelques lignes « baumes » qui m'ont reconnectée avec ma puissance : « Chaque femme porte en elle une force naturelle, instinctive, riche de dons créateurs et d'un savoir immémorial. Mais la société et la culture ont trop souvent muselé cette "Femme sauvage" [...]. Psychanalyste et conteuse, [...] Clarissa Pinkola Estés nous propose de retrouver cette part enfouie, pleine de vitalité et de générosité, vibrante, donneuse de vie. »

Alexandrine Agostini

MES COMBATS

Julie-Ève Proulx | Membre, Groupe MAMAN

25 décembre 2011. Le numéro 14 du *MAMANzine* m'attendait sous le sapin, parmi d'autres cadeaux envoyés par mes beaux-parents à partir de la France, où j'habitais auparavant. Mes enfants, heureux, jouent avec leurs nouveaux jouets et moi, je profite de ce doux moment, de cette accalmie pour me plonger dans la lecture en sirotant un chocolat chaud. Ce matin de Noël, mon petit dernier fête ses 18 mois. Les jours ont passé et il me semble que le temps a apaisé les tourments entourant sa naissance. Pourtant, ce que je lis me ramène un vent de tristesse qui attise ma colère. J'aimerais moi aussi raconter des accouchements doux comme la lumière d'un petit matin d'automne, des arrivées au monde sur le carrelage de ma salle de bain et la chaleur d'une sage-femme bienveillante. Comme énormément de femmes, mes choix en matière d'accouchement ont été bien limités, et pour atteindre une parcelle de la liberté de ces magnifiques moments dont se font témoins les couples dans *MAMANzine*, il a fallu que je me batte. Parfois j'ai gagné, parfois j'ai baissé les bras.

Détermination

À la fin d'août 2005, je suis à quelques semaines de voir mon premier bébé. Je le connais déjà : je le caresse, il me donne des coups de pieds, je lui raconte des histoires. J'habite alors une petite ville du nord-est de la France. J'ai reçu en précieux cadeau le livre *Une naissance heureuse* d'Isabelle Brabant en début de grossesse. À ce stade, ses pages sont bien écornées tellement je l'ai lu. Je ne pourrai pas accoucher en maison de naissance : la plus proche — qui est en fait une chambre de naissance au sein d'un hôpital — se situe à deux heures de route à travers les montagnes. Il y a bien une sage-femme qui fait des accouchements à domicile dans la ville voisine, mais elle ne se déplace pas jusque chez moi. Trop loin. Mon chum et moi ne sommes pas prêts à tenter l'aventure tout seuls, mais nous souhaitons vivre ce moment le plus naturellement possible. Là où je vis, il y a la maternité du centre hospitalier et celle de la clinique privée. Je visite les deux, je me renseigne, puis j'opte pour la seconde en raison de la grande baignoire et de l'accouchement physionomique avec la roue ROMA. La sage-femme, qui pratique en libéral au sein de la clinique et qui me suivra tout au long de ma grossesse, me semble bien comprendre mes attentes et m'aide à élaborer un plan de naissance. Cependant, elle ne pourra pas être à mes côtés lors de l'accouchement, à moins que mon corps ne décide de faire naître mon bébé un jour de semaine entre 9 h et 18 h !

Fin août donc, je me rends à la clinique pour assister à une rencontre sur l'allaitement. On vient me chercher parce que le gynécologue-obstétricien en place veut me rencontrer. Sa lecture de la dernière échographie (en France, un suivi normal en compte trois) laisse présager que mon « gros » bébé ne passera pas dans mon bassin et il prévoit me faire une césarienne. Mon combat commence. Je proteste. Il me fait signer une décharge laissant sous-entendre que je suis irresponsable. Je rentre à la maison en pleurs. Mon chum, qui est aussi à cette époque en voie de devenir médecin, est atterré par le comportement de son confrère. Nous téléphonons à la maternité de l'hôpital où une obstétricienne accepte de nous recevoir. Après m'avoir examinée avec ses mains et ses yeux, elle ne voit aucun problème à laisser mon corps travailler et s'ouvrir pour laisser passer mon bébé. Le chef de service, qui ne regarde que les mesures obtenues à l'échographie, est plus réticent et il veut que l'effort soit tenté sous péridurale. Je refuse net. Comment se fait-il que ma mère et ma sœur, qui sont exactement de la même taille que moi, aient pu accoucher à quatre reprises chacune et que, moi, je ne puisse pas y arriver ? Par quelle magie les femmes ne sont plus capables de mettre leurs enfants au monde ? Je m'entends encore lui dire que la pression exercée par les contractions me semble être bien suffisante sans que le corps médical n'en rajoute. Il bat en retraite. Je me replonge dans la préparation pour le grand jour la tête haute : ils n'ont pas miné la confiance que j'ai envers mon corps.

Quarante-et-unième semaine d'aménorrhée, je prends une marche en forêt. J'ai hâte d'accoucher, mais j'ai un peu peur de rencontrer la douleur des contractions. Je respire, je réfléchis, je puise ma force dans l'énergie de ces arbres qui poussent depuis cent ans. Je suis prête, fébrile, craintive, excitée et sereine. Cette nuit-là, je me réveille plus souvent qu'à l'habitude. Au petit matin, je la sens, elle est là ; ma première vraie contraction. Une autre suit 10 minutes plus tard, puis encore une autre. Je réveille mon chum. Il me fait couler un bain, me prépare des céréales, me masse le dos dans un ordre chaotique. Nous sommes nerveux. Le travail est bien enclenché. Il m'oblige à plonger en moi et à inventer une nouvelle façon d'être. Nous partons pour la maternité. Le temps est gris. Peut-être même qu'il pleut. La journée commence, les gens vont travailler. J'ai tellement de choses en tête ; comme si toute l'information que j'ai emmagasinée me revenait d'un seul coup. Les sages-femmes du centre hospitalier m'examinent, me « moniteurisent » et me font couler un gigantesque bain. Je plonge dans l'eau et m'y sens à l'aise. J'accueille avec détermination chaque contraction. Je suis effectivement déterminée : déterminée à ne pas lâcher, à aider mon corps pour que ça se fasse bien, à leur montrer que j'en suis capable. C'est un peu épuisant. Je sors de la baignoire parce que j'ai envie de marcher. Le travail progresse très bien. Je pense que mes performances aquatiques ont porté fruit. Pourtant, on n'aime pas trop me laisser debout. Je me retrouve assise sur la table d'accouchement face à la fenêtre. Dehors, un bel arbre balance ses feuilles dans le vent. Il semble me dire « Vas-y ma fille, tu es sur la bonne voie ». Je l'écoute, mais il m'est de plus en plus difficile de vivre les contractions. Je pense aux milliards de femmes qui ont vécu ce moment. Malgré cela, j'atteins le fameux plateau où j'ai envie de vendre ma mère pour que ça s'arrête, ne serait-ce qu'une petite heure. Qu'est-ce que je serais bien dans mon lit sans cette foutue douleur ! Je dis à mon chum ce que je ressens et combien j'ai envie de demander l'épidurale. Il a cette heureuse parole : « Tu t'en sors très bien. Notre bébé sera là bientôt. » Ces quelques mots et sa main dans la mienne m'ont énormément aidée à ne pas baisser les bras. Je me lève, prétextant le besoin d'aller aux toilettes. Cette petite promenade renouvelle mon énergie et bientôt, je sens cette forte envie de pousser indescriptible. On insiste pour que je remonte sur la table. J'obtempère, mais refuse les étriers. Je commence à pousser un peu maladroitement en tentant de relever mon corps ; j'aimerais m'asseoir. Entrent alors trois braves étudiants venus voir l'obstinée. Je ne suis pas vraiment à l'aise. Étant donné le climat de peur qui plane au-dessus de mon accouchement, on ne me laisse pas apprivoiser cette nouvelle étape et on court chercher l'obstétricien de garde que je ne connais évidemment pas. L'air paniqué, il annonce la préparation du bloc opératoire et l'utilisation de forceps. Mon sang ne fait qu'un tour. Je me rappelle les paroles de ma sage-femme lors de la préparation à la naissance et je pousse avec l'énergie du désespoir comme pour « démouler » — ce sont ses mots — mon bébé. Je pousse sans arrêt, même lorsqu'il n'y a pas de contractions. Je pousse sans fin. Lorsque l'obstétricien revient avec ses gants et tout le tralala, la tête de mon bébé est là. Je la sens immense à ma vulve. Je ne comprends pourtant pas bien que l'urgence est passée et je continue à pousser, à me battre, même quand on me dit de ralentir. Le corps du bébé passe dans mon vagin. Quelle extraordinaire sensation ! Quel magnifique garçon !

Pendant les 24 heures qui ont suivi mon premier accouchement, je pensais que j'avais été folle de vivre ça. Je n'avais que ça en tête : t'es folle, c'est fou, c'est de la folie. Effectivement, c'était fou d'accoucher dans un tel contexte et avec la mis-

sion de montrer au monde entier que les femmes peuvent le faire. Comme une performance sportive. Je pense que si j'avais traversé l'Atlantique en solitaire, j'aurais eu les mêmes émotions : wow j'ai réussi, mais qu'est-ce que c'était difficile, qu'est-ce que j'ai eu peur ! Les sages-femmes de l'hôpital m'ont félicitée pour ce que j'avais accompli. La gynécologue-obstétricienne, en me signant mon congé, m'a dit qu'elle m'avait trouvé bien courageuse et que j'avais eu raison de l'être. Moi, j'étais immensément fière de mon corps pour ce qu'il avait accompli : mettre au monde mon premier garçon.

Douceur

Dix-neuf mois plus tard, me revoilà enceinte. Je me retrouve devant les mêmes choix en matière d'accouchement que la première fois. Cette fois-ci, je considère plus sérieusement la possibilité d'accueillir mon bébé à venir à la maison. Je connais maintenant plus de femmes concernées par la question. J'en discute, j'y réfléchis. Entre temps, je rencontre une sage-femme qui exerce en libéral pour mon suivi de grossesse. Elle a déjà pratiqué en centre hospitalier et me donne quelques bons conseils au cas où j'y retournerais. Elle m'initie à l'autohypnose et nous pratiquons ensemble les techniques de relaxation qui conduisent à un état de plénitude. Nous travaillons aussi la poussée, car j'aimerais bien cette fois-ci préserver l'intégrité de mon périnée et me sentir plus libre lors de cette étape. Le seul hic, encore une fois, elle ne pourra pas m'assister ni à la maison ni à la maternité lors du moment opportun. Après bien des discussions, mon chum et moi décidons de vivre cette naissance au même endroit que précédemment. Je sais maintenant qu'on me laissera tranquille. Je connais mes forces et je n'ai plus rien à prouver. Je présente un plan de naissance détaillé et clair qui me ressemble. Ma sage-femme me confie qu'elle peut être présente lors de mon accouchement si je le souhaite : officiellement comme amie, officieusement comme sage-femme. Mon chum veillera à ce qu'on respecte tous mes souhaits. Je peux ranger mes gants de boxe, il me semble qu'il n'y aura pas de combat. Je suis sereine et confiante et j'attends LE grand jour.

Quarante-et-une semaines et un jour, sous un soleil radieux, je travaille dehors tout l'avant-midi avec mon fils et mon chum. Les contractions commencent doucement pendant que je prépare le dîner. C'est régulier, mais je n'en parle pas encore. Je me dis qu'après avoir mangé, j'irai coucher mon garçon pour pouvoir me concentrer sur ce qui se passe dans mon corps. Bien qu'il ait maintenant deux ans et quatre mois et que je sois sur le point d'accoucher, je l'allaite toujours. Je me couche avec lui et il tète. Après quelques minutes, je sens les contractions devenir subitement plus fortes. Je lui demande d'arrêter : les vagues s'adoucissent. Il s'y remet et la tempête commence.

Julie-Ève, quelques minutes après son deuxième accouchement

Je ne pense qu'à la calmer. Je vais sous la douche, je m'allonge, je bois une tisane, rien à faire : c'est un raz-de-marée ! Je suis submergée. Je n'arrive pas à descendre l'escalier. Je chante. Mon chum s'énerve un peu. Je m'assois enfin dans l'auto avec la sensation que je vais accoucher sur la banquette arrière. Et là, je reprends le dessus. Je dis à mes contractions, qui semblent s'enchaîner trop rapidement, de faire leur travail tout en me laissant respirer entre deux, s'il vous plait, merci. J'émerge enfin. Les contractions sont là très fortes, mais lorsqu'une s'éteint, je me calme, je respire et j'entre dans un état de repos. Je suis hyper consciente de la route, du soleil d'hiver qui descend rapidement, de cet homme qui prend une marche. Je suis bien.

À mon arrivée à la maternité, je perds un peu de cette belle altitude et retombe dans la tempête. Enlever mon pantalon est une épreuve. Ça y est, je m'étends sur la table d'accouchement parce que j'ai besoin de ralentir le volcan et je retrouve mon calme. Je me mets sur le côté. La pièce est sombre. Il y a mon chum, la sage-femme de l'hôpital, qui est calme, et son aide, plus stressée, qui tient le moniteur sur mon énorme ventre. Pas question qu'on me l'accroche, la sensation est trop désagréable. C'était écrit dans mon plan de naissance. Je prends les contractions une à une et me repose après chacune. Je me sens bien, je blague, je discute, je suis calme. Une autre contraction et c'est l'inondation : les eaux sont crevées. Quel soulagement ! Et là tout de suite, cette envie de pousser. Je m'y mets doucement. Je reste sur le côté parce que je suis bien ainsi. Le bébé est déjà là. Sa tête, puis ses épaules. La sage-femme me dit que je peux l'attraper. Mon chum m'a raconté par la suite que, lorsqu'elle a prononcé ces paroles, je me suis précipitée pour prendre mon bébé et l'amener sur moi. C'est la meilleure sensation que j'ai eue de ma vie. Sentir ce corps toujours en moi, mais maintenant au bout de mes doigts, le faire passer de moi à moi était tout simplement merveilleux. J'ai déposé ce petit corps chaud, parfumé, extraordinaire sur moi et je l'ai regardé, caressé, je lui ai parlé. Il n'y avait que mon chum et moi, la sage-femme et son aide s'étaient retirées. Quel bébé magnifique ! J'ai soulevé la petite couverture qu'on avait déposée sur nous et j'ai vu que j'avais maintenant une fille !

Ce moment extraordinaire me porte encore aujourd'hui. J'ai pu le vivre parce que j'étais bien renseignée, bien préparée et que j'ai réussi à imposer mon rythme tout en exprimant un grand respect pour le personnel de la maternité. J'étais aussi bien entourée. Je me sentais forte et capable avant, pendant et bien longtemps après.

Capitulation

Lorsque j'apprends que je suis enceinte d'un troisième bébé, le contexte est complètement différent : je suis revenue vivre au Québec avec chum et enfants. Nous venons tout juste d'arriver au Bas-St-Laurent où nous ne connaissons personne. Nous n'avons pas encore de maison et vivons dans un gîte. Je suis très fatiguée, mon chum est très stressé par son nouvel emploi et les enfants vivent à leur manière tous ses bouleversements. Petite recherche sur internet pour trouver une maison de naissance. La Pocatière ? Pas encore. Mont-Joli certes, mais c'est bien à plus de deux heures de route de chez moi. Ce sera chez moi ou à l'hôpital comme d'habitude !

Je rencontre une femme médecin de famille qui pratique des accouchements à l'hôpital local. Pour des questions d'assurances, aucun médecin ne voudrait venir à domicile lors de mon accouchement, mais, me dit-elle, il n'y a que cent naissances par année dans la région,

ce qui rend la chose beaucoup plus humaine que dans une grande maternité. Je reste convaincue que la maison serait quand même la meilleure place pour ce troisième accouchement. Les semaines passent, la fatigue me submerge et mon chum, qui travaille 80 heures par semaine, n'est pas du tout disponible pour préparer cette naissance. Alors, petit à petit, je me suis mis en tête que j'accoucherai chez moi « par accident ». Comme nous habitons à deux coins de rue de l'hôpital (entre temps, nous avons acheté une maison), je n'aurai qu'à ne pas y aller prétextant un travail trop rapide, et c'est tout. Avec le recul, je vois bien que ce n'était pas la meilleure des idées et que j'aurais plutôt eu besoin d'aide pour mettre de l'avant mon projet. J'avais beau avoir l'expérience que j'ai, je vivais dans un nouveau milieu dont j'apprenais les règles comme je l'avais fait en France. Sauf que cette fois-ci, je n'avais pas la force de me battre, d'aller à l'encontre des normes et, me semble-t-il, j'étais bien seule.

Quarante-et-une semaines, non, non, je n'ai pas accouché. Mes beaux-parents sont venus de France et ils attendent prestement ce bébé. À l'hôpital, on me dit qu'on tentera de déclencher le travail à l'aide de Cervidil. Je ne refuse pas, je n'accepte pas non plus. De toute façon, on ne me le demande pas. Ça fait deux semaines que je marche, grimpe, fait du vélo et même du trampoline. Rien à faire. Il se peut bien que je ne sois pas prête, mon bébé non plus, mais si la science ne me vient pas en aide, mes beaux-parents repartiront sans avoir vu le bébé.

J'ai énormément pleuré, me sentant complètement dépossédée de moi-même. Je suis rentrée à l'hôpital ce matin de début d'été avec la ferme intension de reprendre ce qui m'appartient. Alors allez-y, Mme l'infirmière, installez-la votre bandelette ! Si vous croyez que je vais rester là à regarder vos murs beiges ! J'ai pensé très fort à mon bébé et j'ai arpenté les corridors, les pelouses, la cafétéria. J'ai rebondi sur le ballon et dormi un peu aussi. Je me disais, « Je vais accoucher, puisqu'il le faut, mais cela viendra de moi ». J'ai répété à plusieurs reprises que je ne voulais pas d'autre médication que cette bandelette, j'ai dit que je savais accoucher. Je devais garder cette confiance, surtout lorsque l'infirmière de jour, qui terminait son quart de travail, m'a dit qu'elle espérait que j'accouche en soirée, si non elle devrait revenir à minuit et elle n'en avait pas envie. Et aussi lorsque sa remplaçante, qui essayait de me piquer le bras (chose à laquelle j'avais consenti pour avoir la paix), m'a dit qu'elle avait bien de la misère vu qu'elle en était à son 11e jour de travail de suite et qu'elle en avait marre. Elle m'a picossé le bras à quatre reprises, alors que j'en étais à chanter du Metallica tellement ce travail était difficile à vivre.

On peut bien comprendre alors que j'aie baissé totalement les bras, lorsqu'essayant de crier, de sortir ma colère, de vivre ce que je ressentais pendant les contractions, on n'a eu d'autre réponse que de me proposer un calmant. J'entends encore mon chum me dire que personne ne m'en voudrait si j'acceptais, et moi, comme dépassée par ce traitement, de souffler un « Oui ». Longtemps, j'ai voulu revenir en arrière et effacer cet horrible « Oui ». Mais je l'ai dit. Mon chum m'avait abandonnée et là, vraiment, je ne savais plus quoi faire. Ironiquement, cette capitulation a joué en ma faveur : lorsque je suis montée sur la table afin que l'infirmière m'examine avant de me donner ce qui allait sans doute les calmer plus que moi, les eaux ont crevé et en trois contractions, pendant lesquelles je n'ai même pas poussé, mon bébé est né. Je l'ai attrapé, je l'ai sorti de moi, je le tirais pour l'amener à moi pendant que le médecin à peine entré tentait de dérouler un cordon ficelant. Et là, mon infirmière préférée de déclarer, fière comme un paon : « Un beau garçon ! ». Elle ne pouvait pas regarder ailleurs celle-là ! Oui, un magnifique garçon sonné par cette sortie rapide.

Bien sûr, ce garçon aux traits doux comme le Lac Temiscouata lorsque le vent fait une accalmie, m'a aidée à me réconcilier avec sa naissance. J'ai eu longtemps le cœur plein de « J'aurais donc dû », mais maintenant, je sais que j'ai fait ce que je pouvais, tout simplement. Non, je n'ai pas eu la force de m'affirmer et de surmonter tous les obstacles pour vivre cette troisième et dernière mise au monde comme je le voulais. Je le regrette, mais je sais aussi que de lutter seule, envers et contre tous, ça prend un courage immense que je n'ai pas eu cette fois-là. Qu'est-ce que cela doit être simple et facile d'avoir accès à une maison de naissance ! Quand je lis toutes les belles histoires qui s'y sont produites, ce que j'envie à ces femmes, c'est surtout le fait qu'elles n'aient pas eu à bagarrer pour qu'on les écoute et les comprenne. Moi qui ai lutté, je suis fière de mon premier accouchement, je garde un souvenir tendre et doux de mon deuxième, mais du troisième, j'ai besoin de mille mots pour l'expliquer. Et encore un peu de colère, non plutôt d'amertume, dans mes voiles.

Depuis 2006, La Câlinerie est fière de contribuer au bien-être de votre famille.

Photo : Photonik

Des accessoires et tire-lait pour vous assister dans votre allaitement.

Le meilleur choix de couches lavables pour votre bébé.

Des articles distinctifs pour bébé et maman pour vous faciliter la vie.

Des produits naturels et écologiques pour la santé de votre famille et de votre maison.

Une grande variété de porte-bébé pour simplifier vos sorties.

La Câlinerie
Le choix naturel pour votre famille

Visitez-nous à Québec ou en ligne !

Suivez-nous sur

La Câlinerie inc.
3095, boul. Wilfrid-Hamel, local 101 Québec, QC G1P 4C6

lacalinerie.com

Pali
Depuis 1919

mondo bébé

Une grande sélection de meubles et une salle de montre de 4000 pc

À seulement 1 minute de l'autoroute 40

Pourquoi payer le prix de detail?
Meubles de qualité, directement du manufacturier

1525 Hymus, Dorval, QC H9P 1J5

514-421-5891 / 514-690-5505
www.mondobebe.com

RAPHAËL

Lyne Bernatchez | Membre, Groupe MAMAN

La naissance de mon quatrième bébé a été ce que l'on appelle un accouchement vaginal après césarienne (AVAC). Mais un AVAC, c'est quoi ?! Il semble y avoir tant de craintes et de jugements autour de ce terme. Pour moi, c'est avant tout vouloir accueillir son enfant naturellement, à la nuance près qu'on a eu une césarienne avant. C'est certainement important de considérer les facteurs de risques et les problèmes potentiels liés à un tel accouchement, mais comme maman, n'est-il pas d'abord important de se préparer comme pour tout accouchement, dans la sérénité et la confiance ? Cet accouchement sera unique et non seulement mis en relation avec le précédent. Pour moi, c'était un élément essentiel à préciser, à valoriser.

Bien sûr, il est difficile de parler d'AVAC, sans parler de césarienne. Après deux accouchements naturels, l'un dans une maison de naissance, l'autre à mon domicile, mon troisième enfant est né par césarienne. Ce fut une procédure obligée et non souhaitée, une façon différente de naître pour notre bébé. Il se présentait en transverse, soit l'épaule dans le col. Il s'est tourné alors que les membranes étaient rompues. C'est ainsi que je suis entrée dans le tourbillon du monde médical qui a fait le nécessaire pour la survie de mon enfant et la mienne. Mais ce processus a créé un vide, une blessure qui a mis du temps à guérir.

Pour ce quatrième et dernier enfant, je ne voulais pas revivre une telle expérience. Durant la grossesse, j'ai beaucoup parlé à mon bébé. Je l'ai guidé et j'ai visualisé mon accouchement. J'avais des inquiétudes face à l'AVAC. J'avais déjà accouché avant, mais on dirait qu'il y avait une dose de confiance qui était disparue avec la césarienne. Je ne me voyais pas passer à travers une autre opération et les relevailles difficiles qui vont avec. Je me suis informée, ma lecture incontournable a été celle d'Hélène Vadeboncœur, surtout pour avoir des arguments appuyant ma décision et pour me rendre compte qu'il n'y avait rien d'exceptionnel ou de différent à faire que lors de mes deux premiers accouchements. À travers mes lectures, j'ai réalisé que toutes les bonnes pratiques des sages-femmes qui m'accompagnaient étaient en quelques sortes les meilleures façons de faire pour réussir mon AVAC.

Mon accouchement s'est déroulé à la maison, dans le calme et l'intimité de ma chambre à coucher. Le travail a débuté à quarante semaines, après un décollement des membranes effectué par ma sage-femme. J'ai eu des contractions toute la journée et vers le début de la soirée, les membranes se sont rompues. L'accouchement représente une étape si précieuse de la vie, je savourais chaque instant et malgré la douleur, je réaffirmais ma volonté de profiter pleinement de ce moment magique et rempli de mystère et de bonheur. J'étais bien, j'avais confiance et j'étais convaincue que mon corps et mon bébé savaient quoi faire. Je me suis laissée aller, je me suis laissée transporter par les vagues qui doucement s'intensifiaient. C'est ainsi que la soirée passa, en dehors du temps. Ne comptait que la présence de mon chum et notre amour pour l'enfant à naître. Lorsque les contractions se sont faites plus fortes, j'étais prête à les surmonter, en toute conscience, j'accompagnais mon petit bonhomme. En dedans de moi, je disais oui, je pensais à la joie de ses frères et sa sœur en le voyant le lendemain. À ce moment, c'est ce qui me faisait vivre. Mes autres enfants, présents en moi, m'ont accompagnée dans cette naissance. Et puis ce fut la poussée. Le moment où l'on se sent faiblir, suivi de la puissance, celle du dernier droit où l'on sait que bientôt ce sera terminé. Je me suis laissée guider par mon instinct, mon corps et mon bébé connaissaient le chemin. J'ai pu toucher la tête de mon bébé, comme pour me confirmer qu'il passait par la bonne porte. La naissance de mon enfant fut un moment de grâce. Je m'émeus devant ce petit être, si fragile et si beau, sorti tout en douceur comme je l'avais tant souhaité.

Je remercie mes sages-femmes d'avoir supporté mon choix et de m'avoir accompagnée en tout point, autant pour me donner de l'information pertinente que pour me soutenir moralement. Vous avez été ma lanterne en m'apportant chaleur et sécurité dans cet événement. Cet encadrement fait toute la différence dans la réussite d'un AVAC, puisqu'il faut le savoir-faire pour assurer la sécurité et, plus que jamais, le savoir-être pour préserver l'intimité, si précieuse au bon déroulement de ce processus naturel de l'accouchement. Je remercie également Hélène Vadeboncœur, qui, par son livre, a contribué à solidifier ma confiance de réussir un AVAC dans la mesure où j'avais certains facteurs de mon coté. Je remercie aussi le Dr Bujold que j'ai rencontré lors du projet pour mesurer l'épaisseur de la cicatrice au CHUL, un élément rassurant apporté par une équipe humaine et dévouée. En fin de compte, un petit bébé, Raphaël, est né naturellement et n'a pas eu lui aussi à naître brusquement, juste parce que son frère avant lui n'était pas passé « par le bon trou », comme disent mes plus grands.

Rédigé le 26 avril 2012, Raphaël est né le 20 juillet 2011.

MON CHEMINEMENT DE L'HÔPITAL À LA MAISON EN QUATRE GROSSESSES… EN PASSANT PAR LA SOUS-MINISTRE !

Stéphanie Béland | Administratrice, CA de Mieux-Naître à Laval | Représentante régionale, Laval

TÉMOIGNAGE

Du plus loin que je me rappelle, avoir un enfant était très « pressant ». Je disais toujours que je voulais avoir terminé ma famille avant mes 30 ans. La famille avant la carrière...

À l'hôpital

J'avais donc 21 ans lors de ma première grossesse. À cette époque, je ne connaissais pas l'existence des sage-femmes. Pour moi, c'était normal qu'un accouchement se déroule à l'hôpital, il n'y avait pas d'autres options. J'ai donc eu un suivi avec une omnipraticienne et connu l'attente interminable à chaque rendez-vous et l'impression qu'il fallait sortir du bureau une fois entré !

Le 29 avril 2004 dans la nuit, j'ai perdu mon bouchon muqueux et vers 7 h 00 le matin, j'ai « crevé mes eaux ». Comme j'avais toujours entendu dire qu'il fallait aussitôt se diriger à l'hôpital quand cela arrivait, j'y suis parti seule, car mon conjoint était au travail et j'avais l'impression qu'il n'arriverait pas assez vite et qu'il fallait que je sois prise en charge par une équipe médicale. Je n'ai pas vraiment été prise au sérieux à mon arrivée là-bas, car je n'étais pas accompagnée. J'ai donc attendu un certain temps avant qu'on vienne m'examiner. Finalement, j'étais dilatée à trois cm et mon col était assez effacé. On m'a donc prise au sérieux et j'ai pu mettre ma « superbe » jaquette d'hôpital. Je ressentais alors une certaine fébrilité. Je me suis dit « hey, je vais avoir mon bébé aujourd'hui ! ».

En compagnie de Philippe et de notre petite première, Émilie, à l'hôpital

Je n'ai jamais eu peur d'accoucher. Ma mère m'avait maintes fois racontée ma naissance et celle de mon frère. Et malgré le fait qu'elle appréhendait beaucoup son premier accouchement et qu'elle pensait mourir quand son travail est devenu intense, elle nous avait eu naturellement, sans interventions, sans péridurale. Je vais toujours me rappeler qu'elle disait voir de sa chambre d'hôpital, un parc avec des enfants qui y jouaient et qu'elle se disait que ces enfants avaient une mère qui avait accouché d'eux et qui avait passé par le même chemin qu'elle...

Mon conjoint et moi n'avions pas suivi de cours prénataux, que je ne jugeais pas nécessaires et impersonnels. Alors, pendant le travail, je ne savais pas trop quoi faire. Mais je me disais que les infirmières seraient là pour me conseiller ! Lorsque le travail est devenu plus intense, l'infirmière qui était là depuis le début et avec qui j'avais développé une certaine complicité m'a annoncé qu'elle devait quitter... c'était la fin de son quart de travail ! J'étais déçue. Avant de partir, elle devait m'installer un cathéter. Elle a fait une, puis deux tentatives sur ma main, mais sans succès. Elle a ensuite essayé à l'intérieur de mon poignet, par un autre essai infructueux pour ensuite terminer sans succès à l'intérieur de mon coude. Elle me dit alors qu'elle est désolée, qu'elle est trop fatiguée et qu'elle laissera sa collègue prendre la relève. Comme j'étais dans mon travail actif et intense, je ressentais vraiment ça comme une intrusion et comme une intervention non nécessaire. À l'époque, je me disais que je n'avais pas le choix de toute façon. Une autre infirmière a finalement réussi à installer le soluté. Alléluia ! Mais, quand les infirmières du prochain quart de travail on vu mon bras elles m'ont demandé ce qui m'était arrivé. J'avais le bras bleu de la main jusqu'à l'épaule... Ça été marquant, dans tous les sens du terme ! Pour en revenir à l'accouchement, mon travail continuait d'avancer sans péridurale. J'avais exprimé le vœu de ne pas en avoir et on m'avait dit : « on va vous le demander quand même » J'ai insisté « non, non, je ne veux vraiment pas en avoir » mais c'était peine perdu, on me disait qu'avec le travail qui s'intensifierait, on me le redemanderait. Comme prévu, on me proposa la péridurale plus d'une fois. Alors que j'étais dans le plus gros de la douleur, on me suggère alors, « comme tu ne veux pas de péridurale, on va te donner un petit calmant, ça va te faire du bien » J'ai accepté en me disant que les infirmières ne feraient rien pour me nuire... mais l'effet a été presque immédiat : je n'avais plus de contractions ! On me donne donc du pitocin et mon travail recommence. L'omnipraticienne suggère alors de me faire un bloc honteux. Pour celles qui ne savent pas ce que cela signifie ; c'est une anesthésie qui est faite dans le vagin et elle va jusqu'à l'épine sciatique où elle pénètre la paroi vaginale, à l'endroit où passe le nerf honteux. Donc, la médecin dit : « comme ça, ce sera fait quand je vais faire tes points de suture à la fin ! » Encore une fois, je crois que c'est une pratique nécessaire, alors j'accepte. Sauf qu'une fois la poussée arrivée, je ne sentais pas le réflexe de pousser... on me disait de faire les fameuses respirations, « respire, bloque, pousse » en position couché. Quand mon bébé est sorti, je n'ai rien senti. La médecin m'a dit « t'as juste déchiré un petit peu, mais je fais te faire un point pour la forme. »

Enfin, ma fille Émilie était née. Finalement, j'avais le sentiment d'avoir eu un accouchement normal fait dans les « règles de l'art » Je ne savais pas encore que cette expérience m'était « rentrée dedans » dans tous les sens du terme.

À la maison

À ma deuxième grossesse, j'ai 23 ans. J'avais entendu parler des SF et découvert qu'il existait des MdN après avoir assisté à des rencontres de la Ligue La Leche. C'était clair que c'est ce que je voulais pour cet accouchement. Alors, je décide d'appeler tout de suite à Côte-des-Neiges et Pointe-Claire et c'est alors que je découvre les fameuses listes d'attente. Je débute donc mon suivi avec un médecin, en souhaitant à tout prix être une des « chanceuses ». Pendant mon quatrième mois de grossesse, la MdN Pointe-Claire appelle et me dis que j'ai une place. J'étais super heureuse. Mon chum lui, se demandait dans quoi on s'embarquait ! Suite à la visite de la MdN, il se rend compte que c'est une option sécuritaire et décide de me suivre dans mes choix. À la première rencontre avec ma SF, je passe une heure dans son bureau sans avoir attendu très longtemps dans le « salon » d'attente. Je me sens bien accueillie, je trouve ça le fun. La première question que je pose, « est-ce que vous posez le soluté quand on arrive ? » Quand la sage-femme me dit non, je me dis que ça vaut le coup juste pour ça !

C'est grâce à ce suivi que j'apprends à faire MES choix éclairés et que JE me prends en charge ! Un de mes choix éclairé est d'accoucher à la maison...

Émilie (4 ans) et Noémie (2 ans) rencontrent leur petit frère Justin à la MdN temporaire à Blainville

Le 14 janvier 2006, j'ai des contractions toute la journée, mais elles sont de faibles intensités et elles ne sont pas régulières. Vers 20 h 00, je décide d'appeler ma SF et elle me dit « Ben là, pourquoi tu m'as pas appelée avant ? Je m'en viens. » Je prépare donc mon lit en me disant que je le fais probablement pour rien. Mais lorsqu'elle arrive et me fait un examen, je suis à quatre cm et mon col est effacé à 80 % . Elle m'a alors proposé de me faire un stripping, que j'ai accepté. A partir de ce moment là, le travail a commencé à s'intensifier. Je me souviens que vers minuit, j'étais assise dans la chaise berçante dans mon salon, et je me disais : « WOW je suis en contraction dans mon salon, mon chum écoute la TV, les SF dorment dans le fauteuil » Je tripais, je me disais : « Ça se peut pas » Ma SF somnolait, mais à chaque contraction, elle regardait sa montre. Je trouvais fascinant qu'elle soit aussi « connectée » . À 2 h 00, j'ai senti le besoin de me rendre à ma chambre. Mon chum a suivi et discrètement, les SF aussi. J'ai donc fait tout le reste du travail dans mon lit en prenant les positions que je voulais. Je ne me faisais pas dire quoi faire, c'est moi qui décidais ! J'ai sentis le réflexe de pousser à 4 h 00. À un certain moment, j'ai vu du coin de l'œil que les SF faisaient un petit caucus et j'ai entendu que mon bébé était possiblement en postérieur. Je me suis dit : « hein, il va sortir par les fesses ? » Mais comme les SF étaient zen, et que personne ne s'énervait, je suis retournée dans ma bulle. Toutefois, c'était très douloureux et comme c'était la première fois que j'avais une telle sensation (rappelez-vous mon Bloc Honteux à ma première), je pensais que je déchirerais d'en avant à en arrière. Je « retenais » mon bébé, jusqu'à ce que ma SF me dise : « OK, il faut que tu la sortes maintenant ta fille ». J'ai compris que je devais le faire pour le bien de mon bébé, alors j'ai poussé et ma petite Noémie est arrivée à 4 h 38 avec un APGAR de 10 !

Ce fut un bonheur d'être dans MON lit, dans MA chambre avec MON bébé et de me faire servir un beau plateau de nourriture que j'aime !

Cet accouchement a été très significatif pour moi. Je me suis alors sentie comme investie d'une « mission » de propager la « bonne nouvelle » et de dire à tous comment la nature est bien faite quand on la laisse suivre son cours.

Chaude lutte pour la maison de naissance

À ma troisième grossesse en 2008, j'avais 25 ans et c'était clair que je voulais un suivi SF. Maintenant, il y avait un service de sage-femme à Blainville, avec suivi dans une MdN temporaire. En appelant à Pointe-Claire, on m'a appris que ma SF travaillait maintenant là-bas. Comme j'ai déjà eu un suivi sage-femme, on m'accepte en me disant que la MdN sera construite à ma date prévue d'accouchement. Pendant mon suivi, j'apprends qu'il y a du retard pour la construction et que ce ne sera pas prêt pour mon accouchement. Malheur ! On me dit que le seul choix qui s'offre maintenant à moi, c'est un accouchement à l'hôpital accompagné de ma SF... Puisque que je suis de la région de Laval et qu'il n'y a pas d'entente intersectorielle pour un accouchement à la maison. Je suis atterrée ! Ma sage-femme me dit : « ne t'inquiète pas, je vais aller chez toi, tu ne vas pas accoucher à l'hôpital ». Mais j'apprends qu'elle a beaucoup de pression de son CSSS qui apprend qu'elle veut aller à l'encontre de leurs directives. Je sais aussi que ce n'est pas ça qui va l'arrêter. C'est une pionnière qui est là depuis les débuts de la pratique, alors elle en a vu et elle n'a peur de rien ! Un bémol : ma date prévue d'accouchement tombe pendant ses vacances et celle qui la remplace se conformera aux directives du CSSS. J'apprends que nous sommes deux usagères dans cette situation. L'autre mère a déposée une plainte à la commissaire aux plaintes du CSSS. Je suis maintenant à 30 semaines de grossesse et je me dis que je dois le faire aussi pour moi et pour les autres ensuite qui pourraient vivre cette situation stressante. Je dépose donc une plainte moi aussi. Je reçois une première réponse très désolante, mais je reprends contact avec la commissaire par téléphone en me disant qu'elle ne peut rester insensible à ma situation. Je ressens une profonde incompréhension de sa part et j'ai l'impression que ma demande est pour elle un gros « caprice ». Elle me dit que je n'ai qu'à apporter à l'hôpital tout ce qu'il me faut pour me créer une ambiance, que c'est mon seul choix de disponible et que si je ne suis pas contente, je n'ai qu'à me prendre une SF indépendante ! Je n'en revenais pas de me faire répondre une telle chose ! J'en parle avec ma SF qui me dit que la commissaire n'a pas le droit de proposer cette option et qu'il faudrait avoir ça par écrit. Surprise ! Je reçois tout cela par écrit la semaine suivante. La prochaine étape pour moi serait d'entreprendre des démarches avec le Protecteur du Citoyen, mais il ne me reste que très peu de temps avant mon accouchement et je sais que l'autre usagère qui a aussi entrepris des démarches a eu une réponse négative de ce dernier. Je décide alors d'aller directement au ministre de la santé et je reçois rapidement une réponse de la sous-ministre qui est responsable du dossier sage-femme. Elle me téléphone même à la maison pour me demander l'autorisation de transmettre mon dossier à l'OSFQ. Comme je parlais à quelqu'un de « haut placé » j'ai pensé que je pourrais avoir une autorisation d'accoucher à la maison... Malheureusement, la bureaucratie étant ce qu'elle est, ce n'était pas en son pouvoir. Finalement, nous obtenons (moi et l'autre

Moi, Philippe, la sage-femme et bébé Noémie à cinq minutes de vie

usagère) une dérogation pour accoucher à la MdN temporaire, mais tout cela est un stress incroyable pour moi. Pour couronner le tout, ma SF hyper compréhensive en qui j'ai totalement confiance part en vacances. Le 28 avril, je vais à une rencontre de suivi avec la SF de soutien. Elle me demande alors « comment tu vis ça ? ». Je me suis mise à pleurer. J'ai passé une heure trente dans son bureau. Elle m'a expliqué comment elle travaillait et elle m'a dit qu'elle me suivrait dans ce que je voudrais comme accouchement. Je suis sortie de là sereine. C'est comme si une tension était tombée. J'avais le goût d'accoucher avec elle... Cette nuit-là vers environ 5 h 00, je me fais réveiller par des contractions qui ne sont pas des Braxton-Hicks. Je savais à ce moment-là que le moment était venu. Après avoir parlé à la SF, je pars pour la MdN et en ayant des contractions fortes dans l'auto, je n'ai pu m'empêcher de penser que j'aurais pu être chez moi. À 7 h 20, rendue à la maison de naissance, la chambre était prête et la SF me dit qu'elle a mis la douillette de ma SF qui est en vacances dans le lit. J'ai trouvé que c'était une attention extraordinaire. À 8 h 20, je suis à huit cm et je décide d'aller dans le bain où je ferai le reste de mon travail.

À 10 h 00, je rompts moi-même mes membranes avec mes ongles. Un moment inoubliable pour moi. Je me sentais maître de mon corps et de mon accouchement. Je touche ensuite la tête de mon bébé et je peux même sentir ses cheveux. À 10 h 15 mon petit Justin naît dans l'eau et son papa peut le voir sortir en nageant ! Bébé est bleuté, mais rien qui m'inquiète, car les SF sont calmes. On lui passe l'oxygène sous le nez et il se colore tranquillement. J'avais hâte d'appeler ma mère pour qu'elle vienne me rejoindre avec mes filles, pour qu'elles rencontrent leur petit frère. À 13 h 20, je quittais la MdN et le soir même, je fêtais ma grande Émilie qui avait quatre ans ! Et oui, son petit frère avait décidé de lui faire un beau cadeau...

Ça été une très belle expérience avec cette SF. Peu de temps après, il y a eu une entente extraterritoriale, et je suis heureuse de savoir que grâce entre autres à mon « intervention », des femmes de ma région peuvent accoucher à la maison.

Je ne peux passer sous silence qu'à la suite de cet accouchement, j'ai fait une rencontre extraordinaire ; celle de Lysane Grégoire. Ce fut ensuite une des plus belles aventures de ma vie qui put commencer, avec la fondation de Mieux-Naître à Laval, où mon rêve de propager « la bonne nouvelle » a pris forme...

De retour à la maison

Trois ans plus tard, à force de voir des mamans enceinte, j'ai eu envie d'un autre bébé.

Premier allaitement de bébé Nathan, 30 minutes après sa naissance

Dès que j'ai mon test de grossesse positif, je téléphone tout de suite à la MdN de Blainville, mais ce n'est pas la même secrétaire et on me dit que je vais être sur une liste d'attente. Je suis abasourdie ! Moi qui suis impliqué activement pour le développement de la pratique SF dans ma région, qui a eu deux suivis SF, dont un de revendications, je me fais mettre sur une liste d'attente. J'ai appelé Lysane en me disant qu'elle aurait probablement de bons conseils, car je ne pouvais pas croire que j'allais avoir un suivi médical ! Elle m'a suggéré d'écrire un courriel à ma SF. Cette dernière ne pouvait concevoir que je n'aie pas un suivi SF et après quelques « entourloupettes », j'ai finalement la confirmation que j'ai une place. Quel soulagement de savoir que je pourrai de nouveau vivre un accouchement à la maison...

Le 22 juillet 2012 dans la nuit, j'ai commencé à avoir des contractions, mais pas régulières. Cette fois-là, je ne veux pas de stripping, pas d'intervention, je veux que ça se fasse naturellement. J'appelle ma SF plus d'une fois, car je ne suis pas certaine du tout si c'est le bon moment ou non. Comme quoi, même après quatre grossesses, on peut « douter ». Je prends des bains qui ralentissent un peu le travail, mais qui ne l'arrêtent pas. Ma SF vient me faire un examen et repart ensuite pour revenir après le souper, même si le travail n'est pas intense du tout.

À minuit, je suis tannée, je veux que ça « décolle ». Je dois me faire une bulle ! Alors je suis allée dans mon lit avec mon chum et ma SF a fermé la lumière. Cinq minutes après, j'ai « perdu mes eaux » et c'est devenue très, très intense. Je me suis mise sur le banc de naissances, mais c'était beaucoup trop douloureux et c'est devenu très inconfortable. Il a fallu m'aider à me mettre dans le lit. J'ai trouvé la poussée très difficile, mais en même temps, je me disais que je la vivais pour la dernière fois. Quand bébé Nathan est arrivé à 1 h 15, pour la première fois, j'étais émue. Peut-être parce que je savais que c'était mon dernier...

Acquis fragiles

Mon bilan de toutes ses expériences, c'est que je trouve que les femmes ne sont pas assez respectées dans leur grossesse et leur accouchement. Les femmes se font infantiliser, même si c'est de leur corps dont il s'agit. Aussi, j'ai trouvé que le suivi SF a changé entre ma première et ma dernière expérience. J'ai pu constater que ce qui fait toute la différence entre un suivi SF versus un suivi médical est présentement en danger. Je me questionne à savoir si c'est le développement qui se fait trop vite au détriment de la qualité du service ? Est-ce que les SF qui sont de plus en plus jeunes sont plus institutionnalisées et que l'essence même de la profession se perd ? Ce sont des choses qui méritent réflexions à mon avis. Surtout lorsque j'entends qu'une femme qui a commencé un suivi sage-femme décide de retourner voir son médecin, car elle ne reçoit pas le « service » attendu ! J'ai malheureusement l'impression que nous devrons maintenant « militer » pour garder la profession en dehors des centres hospitaliers...

MOT D'ENFANT

« Il faut de la patience pour grandir… »

VENIR AU MONDE AVEC UN PETIT QUELQUE CHOSE EN PLUS…

Marie-Josée Racine | Porte-parole, collectif Accès Sages-Femmes Baie-des-Chaleurs | Représentante régionale, Baie-des-Chaleurs

TÉMOIGNAGE

Notre premier fils est né à la maison de naissance Mimosa en 2007. Ce fut une expérience merveilleuse dont je pourrais parler longtemps ! Mais continuons. Deux mois plus tard, nous déménagions dans la Baie-des-Chaleurs, en Gaspésie. Deux années passèrent et la famille allait s'agrandir à nouveau ! Une grossesse normale, avec un accouchement prévu au centre hospitalier de Maria, faute de service de sage-femme dans la région. À 38 semaines et quatre jours, l'arrivée de bébé se manifesta. L'accouchement se déroula normalement, sans intervention. À sa sortie, on déposa le bébé sur moi, peau à peau et il pleurait tout doucement. Je savourais ce moment extraordinaire après l'avoir porté avec amour, attendu, imaginé, et puis mis au monde.

Peu de temps après, l'obstétricienne qui était présente à l'accouchement m'a demandée si elle pouvait procéder à l'examen de notre enfant, car il était déjà tard et qu'elle partait en vacances ce soir-là pour quelques semaines. J'acquiesçai et elle prit bébé pour l'ausculter sous un grand néon. Ce néon éclairait également son visage, sur lequel je vis ses sourcils se froncer en examinant les mains de notre bébé. Mon cœur se serra à ce moment, car je savais que quelque chose n'allait pas. Je lui demandai : « Est-ce que tout va bien ? » Elle me répondit, hésitante, qu'elle trouvait que notre enfant présentait des signes de la trisomie 21, aussi appelée syndrome de Down. Elle ne pouvait pas en être certaine et devait envoyer un échantillon de sang pour analyse... dont le résultat prendrait au minimum 12 jours avant de sortir. Elle me remit cet enfant en essayant de me rassurer, en me disant de ne pas m'en faire. Un autre médecin prendrait la relève le lendemain. Je n'avais

Éloi

pas dormi depuis de nombreuses heures, et je venais à peine d'accoucher. Comment pouvais-je ne pas m'en faire ?? Je passai une autre nuit blanche. Inutile de vous dire que ça tournait dans ma tête. Adieu lune de miel, si cruciale à l'attachement mère-enfant. J'ai passé toutes les étapes face à une telle nouvelle : déni, rejet de l'enfant, la tristesse, le désespoir... pourquoi lui ? Qu'est-ce que j'ai fait ? Puis notre petit garçon, en plus, n'arrivait pas à prendre le sein.

Le lendemain, arriva dans ma chambre l'autre médecin, qui examina à son tour le bébé, sans dire un mot... puis ce fut ensuite le tour du pédiatre et de ses stagiaires. Les infirmières faisaient du mieux qu'elles le pouvaient, se montrant réconfortantes, mais je ne faisais que m'enfoncer dans un abîme sans fond entre deux expressions de lait. J'ai dû demeurer à l'hôpital une semaine de plus, car il était difficile de faire boire ce bébé, même au biberon. Plus le temps passait, plus je constatais que ce petit garçon ne nous ressemblait pas beaucoup avec ses petits yeux bridés, sa langue qu'il sortait beaucoup... je me rendais à l'évidence sans m'en rendre compte.

Puis un bon matin, le médecin nous convia pour nous annoncer les résultats de l'analyse sanguine : notre petit garçon était bel et bien atteint du syndrome de Down. Un minuscule chromosome de plus sur la 21e paire, invisible à l'œil nu, allait changer le cours de son existence, le cours de notre existence. Nous décidions de nommer Éloi ce petit bébé avec un petit quelque chose en plus. Ce fut une première étape dans l'acceptation. Puis il prenait de mieux en mieux mon lait au biberon, jusqu'à un point où nous pouvions rentrer à la maison.

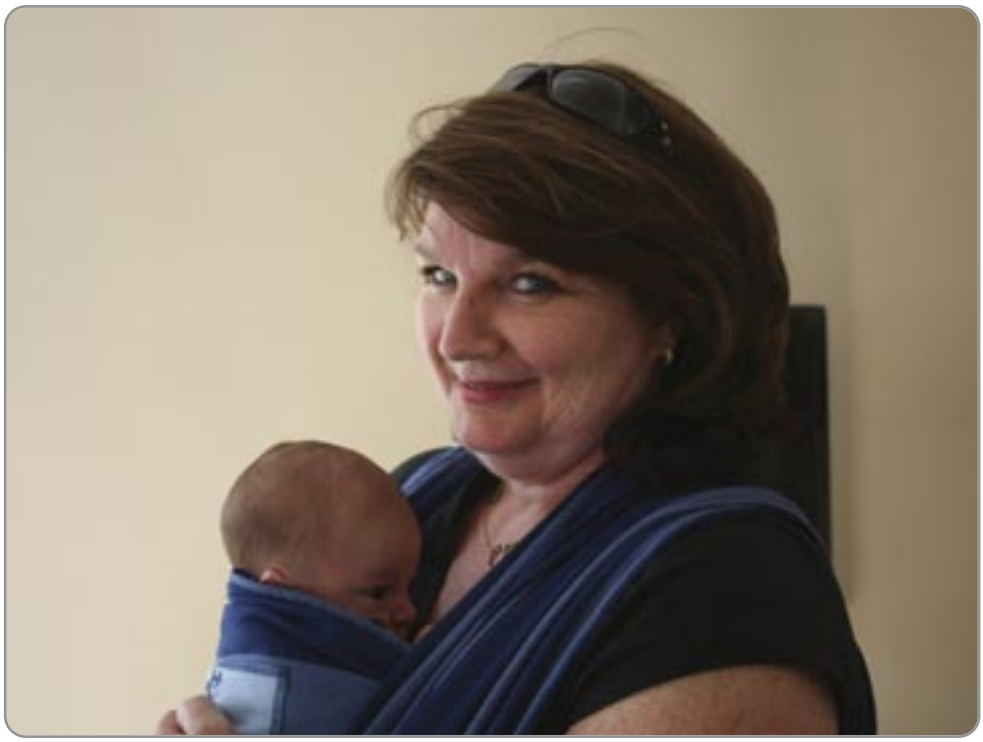
Sa première année de vie fut marquée de hauts et de bas. L'attachement, l'allaitement difficile, le retard dans son développement moteur, les deuils, les examens multiples, l'acceptation, la stimulation... que de défis !

Éloi a maintenant trois ans. Quel chemin nous avons parcouru depuis sa naissance! Éloi nous a enseigné le lâcher-prise, à vivre au moment présent, à ne plus s'en faire avec le regard des autres, à voir tout ce que la différence peut apporter dans notre société. En guise de conclusion, je dirais que je suis heureuse ne pas avoir su pour la trisomie d'Éloi. De cette manière, il n'y a pas de regret à avoir, car nous n'avons pas eu de décision à prendre. Éloi était là, point... un « petit cadeau mal emballé ».

ÉTRANGE RETOUR EN ARRIÈRE

Denise Morissette | Trois fois maman, quatre fois grand-maman et riche de tous ses amours !!!

TÉMOIGNAGE



Denise Morisette et Frédéric Poulin, à quelques jours de vie. Frédéric a maintenant trois ans

En 1982, je suis une jeune femme de 27 ans en bonne forme, énergique et toute fébrile à l'approche de mon premier accouchement, à l'approche de devenir une maman. Ma grossesse s'est déroulée dans de très bonnes conditions et sans particularité inquiétante. De plus, ma mère avait eu cinq enfants et tous ses accouchements s'étaient déroulés dans la normale, selon ce qu'elle m'en avait dit. Pendant les cours prénataux, l'infirmière nous avait parlé des césariennes en mentionnant qu'habituellement, il pouvait y en avoir environ une par groupe et nous étions une dizaine de mamans. J'avais su que jusqu'à date, quatre mamans avaient eu une césarienne, ce qui était nettement au-dessus de la moyenne, cela me surprenait et me rassurait en même temps...

Alors le 7 août, au terme d'une belle journée, troisième journée de dépassement selon ma date, des contractions ont commencé dans la soirée, se sont calmées puis ont repris au début de la nuit... Ouf, ça y est, on s'en va à l'hôpital.

Une fois installés dans une chambre, le travail devient plus lent, puis reprend... et puis au cours de l'avant-midi, après avoir eu le moniteur, le médecin croit qu'il vaut mieux rupturer les membranes. Ceci réactive le travail qui devient de plus en plus régulier et aussi de plus en plus douloureux. Je perds facilement le contrôle de mes respirations et j'ai si hâte que ce petit bébé naisse...

Après avoir refusé deux fois l'épidurale, je choisis, sans culpabilité aucune, d'accepter ; les contractions me font très mal et la dilatation rendue presqu'à 8 cm. Qu'est-ce que ce sera après ??? Je m'étais préparée à cette situation en me disant que selon la douleur, je déciderais sur place, puisque que je tenais à garder un beau souvenir de mon accouchement. Je ne pouvais pas imaginer l'intensité de la douleur s'il fallait que ça déchire...

Le temps passe et le travail se fait lentement, bébé se laisse désirer... Les infirmières font les examens et voilà qu'il est temps de se rendre dans la salle d'accouchement, on y est presque. Quelle joie !!! Enfin !!! L'excitation grandit encore, on essaie de demeurer le plus calme possible mais, en dedans, c'est autre chose !!!

Puis, le gynécologue vient faire une visite, un examen puis nous dit qu'il faudra que j'aie une césarienne... Panique, comment ça ??? Mon mari ne comprend pas lui non plus, mais devant l'explication du médecin, il a bien fallu qu'on s'abandonne. Il explique que même si le col est dilaté, le bébé ne descend pas, qu'il est appuyé sur les épines sciatiques et que si on attend, ses pulsations cardiaques risquent de trop descendre, ce qui pourrait lui être dangereux...

Que dire à ça ??? On essuie les larmes, on ravale la grosse boule et on dit OK, on y va... même si on ne comprend pas, il faut se fier au spécialiste...

Alors, deuxième épidurale en vue d'une césarienne. Cette fois, pendant que l'effet se développe, c'est toute une équipe médicale qui tourne autour... ce n'est rien pour calmer. Mon mari est installé à ma tête avec sarrau, chapeau et masque et moi, on m'emballe le haut du corps et les bras dans une grande couverte. Impossible de bouger ! Tout le monde est gentil, mais il y a une infirmière qui m'explique calmement ce qui est en train de se dérouler, sa présence est rassurante dans ce contexte tellement inconnu et inquiétant...

Et puis, après quelques minutes d'intervention, le médecin annonce qu'il s'agit d'un beau garçon, je suis si contente même si je le vois de loin, je voudrais sortir mes bras pour le prendre, mais le drap est trop serré, je veux les libérer... pas moyen. Le bébé est mis dans les bras de mon mari et moi, on m'anesthésie... J'ai appris après mon réveil, quand j'ai enfin pu prendre mon petit bébé, l'admirer, l'examiner, le bécotter, le chérir, compter ses doigts et ses orteils, que l'anesthésiste a fait ça parce que j'étais agitée et que le gynécologue devait procéder à me recoudre... Ouille !!!

Dans ces circonstances, j'ai toujours eu l'attitude de prendre le bon côté des choses et d'accepter les choses qu'on ne peut changer; je me suis rapidement fait à l'idée que c'était comme ça que ça devait se passer, l'important étant que mon bébé soit en forme, qu'il soit le plus beau de la terre et que le reste n'avait plus d'importance...

...jusqu'au jour où, 28 ans plus tard, ma belle grande fille, née elle aussi par césarienne, dix-huit mois après son frère, me décrive son accouchement en maison de naissance : un bel accouchement qu'elle a vécu intensément en accueillant la douleur avec le soutien de son conjoint, en étant mieux préparée que je ne l'étais dans le temps, Elle se souvenait de tout tout tout... mais surtout, ce qui m'a le plus touchée, questionnée, ébranlée, c'est lorsqu'elle m'a parlé d'une manœuvre de la sage-femme afin d'aider le bébé à descendre.

Était-ce la même situation que celle que j'avais vécue avec la différence qu'une intervention manuelle a permis que le bébé naisse naturellement ??? Est-ce que cela se peut ??? Et moi, si

j'avais eu ça, ça se serait passé comment ??? Je n'aurai jamais de véritable réponse et, de toute façon, rien n'y serait changé aujourd'hui. Il me semble tout de même qu'il s'agit d'une bien étrange coïncidence... Chaque fois qu'une de mes sœurs a accouché par la suite, et cela totalise onze bébés bien en forme, je me suis demandé « pourquoi moi, n'ai-je pas réussi aussi ??? » Cette question sans réponse, je l'avais finalement bien rangée, classée, du moins je le croyais.

Après la première césarienne, mon mari et moi avions su qu'il était possible, au Jeffrey Hale, d'accoucher naturellement, ce que nous étions prêts à faire. Le gynécologue ne nous a pas encouragés, disant que la raison pour laquelle il avait dû procéder à une césarienne pourrait se répéter. J'ai donc donné naissance à mes trois beaux enfants par césarienne, ce que je n'ai jamais regretté.

Heureusement, les connaissances évoluent mais surtout, il y a aujourd'hui des femmes déterminées qui veulent se réapproprier un rôle de femmes pour des femmes. J'ai été bien impressionnée de ce que j'ai constaté lors d'une visite avec ma fille à la maison de naissance. Toutes mes inquiétudes de mère ayant accouché par césarienne ont été rassurées par des explications claires et cohérentes ainsi que par l'attitude de la sage-femme. Il est vraiment à espérer que de plus en plus de milieux offrent aux femmes la possibilité de faire appel à cette richesse de savoir et surtout d'humanitude.

La famille Poulin

MOT D'ENFANT

À son petit frère :

« Toi, tu décide pour toi. Moi je décide pour moi. Maman décide pour elle, toi et moi. Papa, lui, décide pour Maman, toi et moi. »

Lili+Théo

Pour le bonheur des parents et des tout-petits

phil&teds

Dot
Promenade

650 Fleury est
Montréal
514-544-7181

www.lilitheo.com

bumbleride

Indie
Indie Twin
Flite

NAÎTRE ET MAÎTRE CHEZ MOI

Alexandrine Agostini | Administratrice, CA et porte-parole du Groupe MAMAN | Porte-parole, Les Aliments MASSAWiPPi | Porteuse d'eau à Eau Secours !

TÉMOIGNAGE

Février 2010. Veille de mon anniversaire.

Ce soir, avant de sortir avec ma grande amie, je vérifie... au cas... et voilà, c'est confirmé : y a un futur bébé qui existe à l'intérieur de moi. Je n'ai jamais été aussi heureuse de renoncer à un gin tonic de ma vie ! Quel cadeau de fête extraordinaire !

Dès cet instant a débuté la valse des comparaisons (que je m'étais promis d'éviter) avec mes grossesses précédentes. Surtout la dernière, la seule portée à terme, celle de mon Sacha chéri. À ce moment-là, il a trois ans et demi passé. Je me souviens comment, à l'époque, je m'étais préparée, dans un détail minutieux, à affronter cet accouchement, en milieu hospitalier.

Je me souviens combien je m'appliquais à neutraliser mes démons... Combien mon effroyable peur d'accoucher m'horrifiait, et à quel point je multipliais les tamis, les écrans, les filtres, pour n'accorder d'espace qu'à « des informations positives ». Le six juin deux mille six, ma victoire dépassait tout ce que j'avais pu espérer : un accouchement naturel, sans l'ombre du chouilla d'une pensée inquiétante, un merveilleux bébé en santé que j'ai adoré sur-le-champ, et mon amoureux qui me bouleversait de sollicitude.

Le lendemain, je racontais à qui voulait l'entendre que j'avais vécu l'accouchement « de mes rêves ». Deux ans plus tard, j'écrivais *Mon extase* dans le *MAMANzine* 2008. Pourtant, rétrospectivement, quelques bémols ont fait surface... Car j'y repense. Je resterai obsédée par mes grossesses, mes enfantements, et mes fils, ces trois miracles séparés, le restant de mes jours.

Je me souviens d'une joie toute vierge, à l'annonce de la venue de qui sera Sacha. Un bonheur sans nom que cette promesse : pouvoir porter et mettre au monde l'enfant que mon corps a amoureusement conçu. Très vite, se superpose à ce paradis, tout un suspense qui nous ramène, mon amoureux et moi, à nos deuils - non résolus- de notre enfance. Mais cette présence magique, qui fait dorénavant partie de notre vie, nous offre déjà, à quelques heures seulement du moment de la conception : consolation et espoir d'un avenir meilleur. C'est déjà un prodige. Cet être, que je ne sais ni garçon ni fille, incarne le plus beau, le plus fou et le plus improbable événement de ma vie ! Même au moment des nausées où je vomis cinq fois par jour, l'euphorie ne me quitte pratiquement jamais. Ébaubie, je caresse mon ventre, en avouant à mon chum : « Coudon... J'ai l'impression que c'est Jésus ! »

Presque quatre ans plus tard, la nouvelle de la présence de qui deviendra Maël, nous soulage énormément : Sacha ne sera pas enfant unique. Je suis follement excitée ! Je me souviens de ce bonheur, merveilleusement lumineux et serein. La première fois, je croyais être capable d'accoucher naturellement, maintenant je le savais. Nous sommes exaltés, à vivre une fois de plus, cet extraordinaire voyage, à la fois inconnu et intuitif. Cette question, sans cesse renouvelée à notre cœur : qui sera cette personne ? Pour ce qui est du sexe, nous nous gardons encore la surprise, jusqu'à la naissance à la maison. Mais très vite, mon enthousiasme s'effrite. Je perds pied. Les nausées sont tellement fortes, je me sens affreusement faible, et je dois me forcer à me rappeler que je ne suis pas en « phase terminale » mais bien enceinte. Je me sens à la fois vidée et lourde. Impuissante et dépressive. J'ai l'impression avoir échappé des litres de larmes et de sang... Une amie sage-femme libérale passe me voir et me conseille de m'inscrire dans les maisons de naissance. Mes jours s'étirent sur les listes d'attentes... Je prie, non seulement pour être accompagnée d'une sage-femme, mais pour accoucher chez moi.

Dans ma chambre bleue, trop heureuse pour m'apercevoir de ma sévère anémie – mon petit a environ une heure…

Mai. Nous rencontrons Françoise Dufresne, du CSSS Jeanne-Mance. Pour mon amoureux et moi, c'est un coup de foudre inespéré. Merci ô Festival des Hormones : le cinquième mois se pointe, et je reprends du poil de la bête. Je vis le plaisir presqu'indécent de rejouer la pièce de théâtre *Rouge Gueule* dans un festival. Formidable succès. Sur scène, mon gros ventre dénudé ajoute, si c'est possible, une dimension encore plus provocante à mon personnage. Yeah ! Rock'n'Roll ! Avec le luxe et la paix de l'hôtel, ce sont des vacances.

À cette époque, je pense textuellement : « des jumeaux ». Pas « Je vais avoir des jumeaux » , juste « ...des jumeaux... ». (J'ai refusé toute échographie, celle de Sacha m'ayant traumatisée.) Un jour, je pense en rigolant : « Coudon, chuis drôle moi, de penser à des jumeaux ! ». Je ris, puis je m'entends rire et la seconde suivante, toutes mes molécules se figent. Interdiction de prendre cela à la légère. Je stoppe tout mouvement, regarde vers le plafond et, les paumes de mains ouvertes vers le sol, je m'entends déclarer à haute voix : « NON. Je NE VEUX PAS. On n'est PAS ÉQUIPÉ. C'est PAS POSSIBLE. » Et c'est tout. Curieusement, je n'y pense plus. Même que les quelques semaines précédant l'accouchement, j'oublie complètement cet incident...

Par rapport à mon énorme prise de contrôle pendant la grossesse de Sacha, cette fois, je laisse aller. À part l'écoute du cœur, les douces mains de Françoise et Selvi, je refuse toutes les interventions possibles. L'idée d'accoucher chez moi me comble. Même que leurs questions quant à la planification sont balayées d'un « Bof... on en discutera... éventuellement ! » Je sens mon bébé hyper cool et j'en profite. Je savoure cette métamorphose à l'inverse de ma personnalité !

Septembre. Vers la trente-cinquième semaine, ma sage-femme est en vacances et je suis toute troublée. Comment dire à ma belle-mère et à ma mère, que je ne désire aucune présence chez moi ? (Aucune présence à part celle de Samuel, Sacha, Françoise, Selvi sa stagiaire, la seconde sage-femme et l'aide-natale !) Du coup, mon bébé est retourné tête en haut. Je sais qu'un « siège » m'enverra directement à l'hôpital. Je suis bombardée par une foule de conseils pour tenter de le faire revenir tête en bas. Il m'apparaît impératif, non pas d'absolument retourner mon bébé de force, mais de savoir pourquoi il s'est donné tout ce mal pour revenir à la position précédente. La vie me présente une kinésiologue. Rendez-vous béni où mon bébé me parle ! Je comprends que la peur de perdre notre bonne entente retrouvée, avec ma mère et ma belle-mère, est à l'origine de tout. Je sors immédiatement de cette zone de turbulence. Je leur exprime posément, mais clairement, mes limites par écrit. Deux jours plus tard, je sens le « tour du cadran » dans mon ventre ! Wouhaaaa ! Hallucinant !

Premiers instants avec mes deux fils

Octobre. Le lendemain de ma trente-neuvième semaine de grossesse, mon grand passe l'après-midi avec ma mère. Journée paisible et souriante. Nous terminons les derniers préparatifs de notre chambre à coucher. Alors que Sacha est né à plus de quarante semaines, par je ne sais quelle aberration mentale, il m'est impossible de m'imaginer accoucher avant le « terme officiel » ! Car si je sais que nous sommes dimanche, je ne réalise pas que nous sommes aussi le 17 ; alors qu'intuitivement j'ai, des mois durant, associé ce chiffre à mon prochain accouchement... Donc, les derniers préparatifs de notre chambre avec mon chéri. Ma chambre à coucher pour ...accoucher.

Je jubile. De savoir que je vais mettre au monde, chez moi, avec les miens, assistée de Françoise et Selvi. Je le répète : c'est si fondamental, si fondateur.

De savoir surtout que je ne revivrai plus jamais le cauchemar du retour en voiture de l'hôpital, à l'époque des quarante-huit heures de vie de Sacha. Cette violence de m'être sentie arrachée de mon petit, attachés à nos sièges respectifs, emmurés vivants dans des habits qui n'étaient pas notre peau, où chaque millimètre qui nous séparait, semblait rivaliser avec tous les vides, tous les gels... Notre odeur salvatrice perdue dans le néant. Cette douloureuse apnée, ce premier deuil m'avait bouleversée. Ce désespoir rageur de ne pouvoir avoir mon bébé sur moi, encore moins l'allaiter. Mille huit cent malheureuses secondes qui s'égrenaient, goutte à goutte, en ayant l'air d'éloigner le moment où, enfin, je ne serai plus dans cette maudite voiture, maudite tôle, dans ce gris, ce béton, cette laideur, privée d'oxygène, à quatre-vingt-dix kilomètres/heure dans cet horrible tunnel, sans mon bébé, la chair de ma chair. Cruelle prise d'otage exécrée par tout mon être. (Je ne veux même pas imaginer les mères sans leur bébé à l'accouchement !) Oui, ma Louve, tout juste découverte, était féroce. J'haïssais les lois de ce pays occidental et industrialisé. Plus jamais le choc du retour à la maison ! Chez moi. Naître et maître chez moi.

Ce dimanche, donc, où l'ombre d'une menace ne peut exister, même en pensée...

Les derniers préparatifs de notre chambre « à accoucher ».

Le plastique posé entre les draps, le clou au mur, en cas de perfusion... Je lave le plancher à l'eau brûlante avec un soupçon d'huile essentielle de lavande. On dit que la lavande signifie « la mère ». Samuel suspend trois cadres. Une magnifique photo prise par son père : l'horizon du fleuve, tout en bleu, gris et mauve. Son flou lui donne l'air d'une peinture. La femme de Picasso qui allaite et le classique de Klimt : « La mère et l'enfant » offert par ma cousine, pour la venue de Sacha. J'ai remarqué le même dans le bureau de ma sage-femme. J'aime bien la tendresse de cette dyade. Je veux bien ajouter le partage d'une même image, à toute cette harmonie, à cette promesse d'un avenir heureux et tendre, entre ma sage-femme, la venue de mon bébé et moi.

Je pense à ma chère cousine de l'autre côté de l'océan, qui a accouché de son deuxième enfant, elle aussi, dans sa chambre bleutée. Que le souvenir de Françoise s'ajoute à ce tableau me plaît. Je pose aussi deux dessins de mon défunt grand-père maternel, des roses jaunes et un voilier blanc sur fond noir.

Ce fameux dimanche, lorsque ma mère revient avec Sacha, je n'en finis plus de sourire... j'sais pas pourquoi ! Elle me dit que je suis radieuse. Curieusement, je m'imagine avoir encore une bonne semaine avant la venue de mon bébé surprise.

Ce soir-là, j'ai commencé à murmurer « ouiiii... », le sourire bien accroché, dans ma cuisine, contre le cadre de porte de la salle de bain, puis rapidement à quatre pattes, un peu partout dans l'appartement. Les contractions sont bel et bien commencées. Je suis inondée de joie ! De rencontrer bientôt mon autre amour et, j'insiste, d'accoucher chez moi.

Sacha dort à poings fermés. Samuel est chez un copain, à quelques coins de rue. Je suis très dynamique au téléphone !

Six heures plus tard, lovée dans ses bras, j'ai embrassé, griffé, tiré, poussé, mordu ! Je suis bien loin d'Hypno-Vie et de mon iPod, seuls

Sur-lendemain de la naissance : première fois dans les bras de son grand frère

Maël est obnubilé par la voix de son frère Sacha !

remparts, avec mon accompagnante et mon chéri, du pouvoir de l'hôpital, lors de ma première fois.

Maintenant, Sacha circule à sa guise, entre la pièce et le reste de l'appartement. À un certain moment, il brouille le silence d'un travail de plus en plus fatigant, et apparaît, très joyeux, en annonçant à la volée : « Moi j'ai une boîte de mouchoirs avec des poissons !!! » C'est à hurler de rire ! Ma sage-femme, voulant préserver ma concentration, le prie très doucement de me laisser tranquille. Je m'exclame : « Non, qu'il vienne! Viens mon chéri !!! » Je l'avais bien lu, ce truc magique pour se détendre : prendre la main de son enfant, en pleine contraction. Pas question de risquer de la broyer, alors, on respire* ! Mon seul bémol : une fois de plus, ne pas sentir la poussée. Moi, si kinesthésique, je sens quasiment pousser mes cheveux, calvaire, quand j'accouche, je ne sens pas que « ça pousse » ! Et aussi, avoir rêvé d'être accroupie ou à quatre pattes... Mais y renoncer. Trop lourde. Trop fatiguée.

Je me souviens, pendant la poussée de Sacha, je n'en peux plus et je pense : « Je ne crois pas pouvoir revivre ça. Trop dur. » Lorsque Maël descend, je n'en reviens pas et je me dis : « Je ne peux pas croire que je ne revivrai plus jamais ce moment ! C'est trop génial ! Encore !!! »

...après avoir soupiré, puis scandé, puis grogné, puis huuurlé une infinité de « ouiiiiii ! Viens mon bébééé ! », j'entends Sacha s'exclamer : « Mais c'est un garçon ?! »... et j'ai mon deuxième cher petit trésor au sein. Je suis ébaubie !

Quatre ans plus tôt, on s'était regardé pendant une bonne demi-heure, Sacha et moi, avant de pouvoir partager un premier allaitement. Il paraissait si frêle, si pâle. Son regard si profond, si intense. J'étais si...violemment bouleversée.

Mon second bébé — qui est toujours un premier, par sa différence — est foncé (ah ! il a des cheveux !), le teint si rougeaud, les épaules et le cou si costauds, le nez de boxeur de son père, une livre et une once de plus que Sacha !

Maël. Sacha et Maël.

Pour la douceur et pour inscrire à jamais mon amour pour Samuel. Et sa présence extraordinaire à chaque accouchement.

Je suis dans une joie éperdument reconnaissante avec ce nouveau petit être sorti de mes entrailles, sur le lit-même où il a été conçu. J'ai un merveilleux petit garçon de plus... mais 1,3 litre de sang en moins. Oups. Je demande si c'est dangereux de me sentir m'endormir. On me rassure. On me pique à la cuisse. Je me souviendrai aussi, le reste de mes jours, de la douce main de Charlotte, seconde sage-femme, pendant les points. Encore une fois, rien à voir avec la première fois !

Très vite, avec un taux de fer bien inférieur au minimum acceptable, ma fatigue et mes larmes sont décuplées. Quatre semaines plus tard, au moment de fin de traces sur mes protèges-dessous, seconde grosse hémorragie.

J'endure des saignements importants (et nauséabonds) pendant encore deux semaines, le temps que mon chum termine son stage, et de revoir ma sage-femme. Je l'ai bien avertie au téléphone: pas question de me présenter à l'urgence. Je suis certaine que j'y attraperais une merde fatale et mon petit aussi. De toute façon, je ne fais pas de fièvre, alors... Finalement, tout s'enchaîne : rencontre, rendez-vous d'urgence à la clinique, examen, curetage et hospitalisation. Boum.

Le six décembre deux mille dix, grosse tempête de neige. Sous la ville ensevelie, je sommeille, avec mon chum et mon bébé, dans une chambre au pavillon de naissance de St-Luc. Avec toutes les visites du personnel, et les infirmières qui parlent fort à deux heures du matin, je me félicite d'avoir accouché chez moi. Et même si j'ai supposément joué avec le feu pendant quatorze jours, je sais profondément que malgré les apparences, il était beaucoup plus prudent de rester chez moi avec mon petit. Sans les milliards de bactéries de l'urgence, puisque l'examen révèle mon col encore ouvert de trois centimètres. Ouf, sept semaines après la sortie de Maël ! Voilà pourquoi je saignais tant. On me parle d'un autre lobe attaché au placenta, dont le développement se serait arrêté. Mon dieu... les... jumeaux ?! Je reste sans voix. La vie est décidément pleine de surprises... Et la mienne est un roman.

Ma vie avec un nouveau-né. Oh mon Bébé Bisous, que tu sens bon... Grands sourires. Donner le sein. Te regarder. Te regarder. Te regarder. Te humer. Te regarder.

...et rire des chiffres ! Je me fais des charades « utérines » ! Mon premier est un 6-6-6 (six juin deux mille six). Mon second, la somme de son frère : dix-huit (3 x 6 !) dix-dix (18 octobre 2010). Et mon tout est ma famille ! Incroyable. Époustouflant miracle.

*Lire le témoignage de Lysane Grégoire dans *Au cœur de la naissance*.

UN ACCOUCHEMENT À LA MAISON DE NAISSANCE

Charles Préfontaine

TÉMOIGNAGE

Un long enchaînement de surprises, de découvertes et de tourmente. Une nuit mouvementée, ponctuée de cris et de douleurs nous attendait, mais nous étions prêts. Cet effort de longue haleine demande une force intérieure et une capacité d'acceptation qui dépasse de loin tout ce qui peut être entrepris dans une vie. Être en mesure de passer à travers une telle épreuve requiert un haut niveau de préparation, digne d'un entraînement olympique. C'est là que notre sage-femme et le personnel de la maison de naissance nous a amené. Nous étions prêts pour le marathon. Ce n'est pas sans inquiétude que l'aventure nocturne a débuté, mais nous avions une très grande confiance mutuelle pour relever ce défi. Tout avait également été mis en place pour être dans un état d'âme et d'esprit adéquats afin d'accomplir le travail qui s'annonçait au crépuscule. Lumière tamisée, grande chambre personnalisée, ambiance sereine, attitude respectueuse et calme du personnel de la maison de naissance... Le lien de confiance qui s'était développé entre nous et la sage-femme était à son plus fort. Ses judicieux conseils nous permettaient de franchir chaque étape avec succès. Sa présence lors de l'accouchement était certes essentielle et grandement appréciée, mais la majeure partie de son travail avait déjà été fait. C'est tout l'art du suivi de grossesse par une sage-femme qui nous a permis d'arriver prêts à la ligne de départ de cette course à obstacles.

Assise, couchée, accroupie, sur les genoux, sur le dos, sur le ventre, dans le bain, sur le lit ou sur le plancher, toutes les positions sont explorées pour finalement en trouver une ou deux plus confortables que les autres. Pendant de longs moments, nous demeurons seuls tous les deux. Notre sage-femme, toujours prête à répondre à nos besoins, prend grand soin de nous laisser l'intimité nécessaire au déroulement de cette quête de vie. Au moment opportun et avec le grand souci de nous informer de chaque action qu'elle s'apprête à poser, elle prend les mesures et actions nécessaires. Elle nous présente l'état de la situation et des suites probables de l'accouchement, nous sommes entre bonnes mains. À travers de courtes pauses, avec l'aide de bonnes respirations, la future maman acceptera avec force et courage chaque contraction du début jusqu'à la fin, c'est-à-dire, du crépuscule jusqu'à l'aube. Chaque fois, c'est un pas de plus franchi vers le fil d'arrivée, un pas durement gagné, comme ceux que foulent les alpinistes lors des derniers mètres vers le sommet de l'Everest. Le sommet est finalement atteint à la levée du jour, un petit être vient de naître. Passant du gris verdâtre et rapidement aux couleurs rosées, ses pleurs et ses grands yeux éveillés nous permirent enfin de laisser tomber la pression et de laisser les hormones de l'amour exercer leur œuvre.

ÉCOUTE, COMPLICITÉ, CONFIANCE

Mia Larochelle | Porte-parole, collectif Accès Sages-Femmes Côte-de-Gaspé | Représentante régionale, Côte-de-Gaspé

TÉMOIGNAGE

Trois ans plus tard, accompagnée de notre même sage-femme, la famille s'agrandit à nouveau

Julie. Ô Sainte Julie. Notre sage-femme. Celle qui a su nous écouter. Voilà. M'écouter pleurer l'intensité de ma grossesse — y a-t-il une rencontre où je n'ai versé une larme dans son bureau ? Écouter nos mille et une questions, nos interrogations face à l'accouchement, à la vie avec un bébé. Celle avec qui nous avons ri, celle qui a su créer une relation complice avec Charles, mon amoureux, nous aider à solidifier notre couple encore jeune, à s'appuyer sur nos forces.

Je dis souvent à Charles que le plus beau cadeau que Julie m'ait fait, c'est de m'avoir guidée, outillée pour n'avoir plus besoin d'elle à l'accouchement. Bien entendu, je ne me serais pas passée de sa main sur ma cuisse, des heures durant, à me souffler à l'oreille que j'étais bonne, belle, merveilleuse, capable ! À me rassurer à chaque contraction, me dire que cette indicible douleur était normale, que je devais lui dire oui, y plonger à plein cœur. À ne pas s'alarmer lorsque tout ne tournait pas rond, à simplement m'informer de la situation, calmement, de ce qui était en train de se passer, aux décisions qu'il lui faudrait peut-être prendre. Mais au fond de moi, je savais que je pouvais accoucher. Je savais que je pouvais m'écouter. J'avais confiance en moi, en ma force ancestrale de donner la vie. C'est de cette confiance dont ma sage-femme m'a fait cadeau.

Cette confiance me suit toujours. Je suis convaincue d'être la meilleure personne pour prendre soin de ma fille. Je suis convaincue de pouvoir accomplir de grandes choses. Après tout, j'ai accouché, j'ai laissé passer un enfant entre mes cuisses, j'ai été femelle le temps d'une nuit, comme les milliards d'autres femmes qui ont donné vie avant moi. J'ai dit oui à cet enfant qui voulait venir à nous, j'aime son père et je l'estime comme nul autre. Qu'y a-t-il de plus grand ?

LE DROIT DE CHOISIR SON LIEU D'ACCOUCHEMENT : L'HISTOIRE D'UN COMBAT

Pascale Langlois

TÉMOIGNAGE

En janvier 2011, pour bien commencer l'année, j'apprenais que nous attendions notre 3e enfant. J'ai tout de suite su que cette fois, c'était une fille. Vous savez, ce sixième sens des mamans. Je n'ai pas fait ni une ni deux, j'ai contacté la maison de naissance Côte-des-Neiges pour y avoir un suivi, comme pour ma deuxième grossesse. Ce vieux presbytère et l'accueil chaleureux de notre sage-femme nous manquaient. Mais entre ces deux grossesses, il y avait eu un changement majeur : nous avions traversé le pont pour avoir une ligne téléphonique dans le 450. Bien sûr, avec le petit bungalow, la cour arrière et les parcs environnants qui viennent avec.

Au printemps, on apprenait avec grand bonheur que le service de sage-femme de la Montérégie allait débuter juste à temps pour la naissance de notre belle Alice. Mais comble du bonheur, notre sage-femme allait elle aussi y être transférée. Nous étions aux anges ! C'est à ce moment que nous avons commencé à considérer faire un accouchement à domicile vu que la maison de naissance ne serait pas ouverte et que la seule autre option était d'accoucher à l'hôpital de St-Jean-sur-Richelieu.

En août, alors que mon ventre est particulièrement apparent, que mon système hormonal atteint des sommets, nous apprenons que l'Agence de la santé et des services sociaux de la Montérégie avait décidé de restreindre les accouchements à domicile au seul secteur du CSSS Haut-Richelieu-Rouville. Malgré que je sois à moins de 30 minutes de l'hôpital de St-Jean. Malgré que je sois à 10 minutes de l'hôpital Charles-Lemoyne. Malgré que ce soit mon 3e accouchement. Malgré que je sois à 5 km de cette maudite limite.

Ils ne savaient pas à qui ils avaient affaire. J'avais fait un choix éclairé et je n'acceptais pas qu'on me traite comme une « norme », un « chiffre », une patiente malade à soigner. « Ma petite dame, on va vous montrer comment faire. » J'ai alors développé tout mon arsenal argumentaire, mes talents de rédaction pour faire valoir ma cause d'abord auprès de l'Agence, qui a rejeté ma demande du revers de la main. Puis je me suis tournée vers les médias, les réseaux sociaux et le protecteur du citoyen. J'ai ouvert une page Facebook pour faire valoir mon droit, mais aussi celui de toutes les femmes de reprendre le contrôle de leur grossesse et de leur accouchement. Il était hors de question qu'on ne m'entende pas !

Radio-Canada, 98,5, le *Journal de Montréal* et quelques autres se sont emparés de mon histoire et m'ont donné une voix. Le ministre, l'Agence, tout le monde a été questionné. « Pourquoi 14 femmes en Montérégie n'ont pas le droit de choisir leur lieu d'accouchement ? » Il paraît que j'ai fait grogner quelques fonctionnaires. Tant mieux ! Mais je n'ai pas eu gain de cause.

Et au travers toutes ces actions, je recevais des dizaines de témoignages tous plus navrants les uns que les autres. Une mère qui voyageait de Sept-îles à Blainville pour avoir un suivi avec une sage-femme. D'autres qui campaient pendant leurs derniers mois de grossesse. Et je ne parle même pas de celles qui accouchaient à la maison malgré tout, avec une accompagnante et qui devaient prouver que ce bébé était bien le leur ! Mais le père lui, on le croit sur parole...

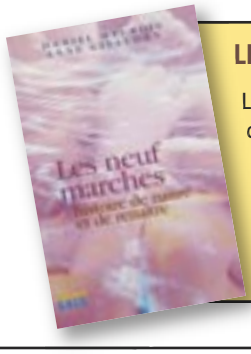
J'ai alors cherché d'autres façons de respecter les règles, mais en faisant toujours à ma tête. Plusieurs possibilités ont été explorées : motel, hôtel, véhicule motorisé. Il était hors de question que la bureaucratie me fasse accoucher à l'hôpital. Et tant qu'à faire, pourquoi ne pas faire parler de la cause un peu plus !? Mais finalement, ce sont des amis qui nous ont ouvert les portes de leur chambre d'amis.

C'est avec beaucoup d'amour que quelques semaines avant mon accouchement, j'ai préparé la chambre avec nos draps et nos oreillers. Ça sentait bon la lavande! La nuit de la naissance d'Alice, trois sages-femmes expérimentées étaient à nos côtés. Notre cocotte nous a donné de petites sueurs froides, mais tout s'est bien terminé. Notre généreuse hôte nous a même préparé un délicieux plat de fruits et de fromage. Exactement ce que je préfère après un accouchement! Et pendant ce temps, la maisonnée se préparait pour la journée, tout naturellement, comme si de rien n'était. Cette journée pluvieuse d'octobre était pleine de tendresse et de chaleur.

Alice a dû être hospitalisée à 24 h de vie parce qu'elle respirait trop rapidement. On ne saura jamais si elle a vraiment eu une infection ou si elle a seulement respiré rapidement comme tant de nouveau-nés le font. Cette première semaine à l'hôpital nous volait nos premiers moments tranquilles à la maison en famille. Mais je suis certaine qu'ils ont été là pour me montrer comment j'avais eu raison de faire à ma tête. Et comble de l'ironie, c'est à ce moment que j'ai appris que même si j'avais choisi d'y accoucher, ils n'auraient pas été prêts pour moi !!!!

Aujourd'hui, la page d'abord ouverte pour mon combat à moi est toujours active. Mon objectif : informer les femmes pour qu'elles se réapproprient leur corps, leur grossesse, leur accouchement. Leur permettre de faire des choix, peu importe le professionnel et le lieu d'accouchement. J'y anime régulièrement des discussions avec des professionnels. Ce sont toujours des soirées magiques où les femmes de partout au Québec se rassemblent et discutent de leurs expériences, de leurs questions, de leurs inquiétudes. Et on défait des mythes, beaucoup de mythes. Je ne suis pas une professionnelle de la santé, mais je mets mes talents de communicatrice au service de ceux-ci. Mais surtout au service des femmes.

Il y a quelques semaines, la première maison de naissances en Montérégie a ouvert ses portes. Elle est belle, chaleureuse et spacieuse. Les femmes et leurs familles y seront tellement bien accueillies ! Mais le dossier des accouchements à domicile en Montérégie n'a malheureusement pas bougé. Mon combat n'est pas fini !



LECTURE COUP DE CŒUR DE VOTRE PORTE-PAROLE

Les rencontres avec les œuvres sont comme avec les personnes: parfois elles sont ratées, reportées, bienfaisantes ou reçues de plein fouet ! Bien avant de devenir enceinte, j'avais tenté de lire ***Les Neuf Marches : histoire de naître et de renaître*** d'Anne Givaudan et Daniel Meuroi. Il m'aura fallu plusieurs années et la vie de mon premier enfant *à l'intérieur de ma chair* pour pouvoir enfin me sentir prête à entrer en relation avec ce livre. Ce précieux livre qui m'a offert des discussions passionnantes et plusieurs états de grâce avec mon chéri !

Alexandrine Agostini

LORSQUE NOS CHOIX NE FONT PAS L'UNANIMITÉ… LA NAISSANCE DE VINCENT

Mylène C. Garon | Membre et bénévole, Mieux-Naître à Laval

TÉMOIGNAGE

C'est il y a environ un an que la maison de naissance de Blainville appelait chez moi pour me dire que j'aurais enfin une place pour avoir un suivi avec une sage-femme ! Quel bonheur ! Je sautais de joie, mon cœur battait la chamade, mon rêve allait peut-être se réaliser… donner naissance dans le confort de ma maison. J'avais tant attendu ce moment pendant les 26 premières semaines de grossesse, deux semaines avant la date limite pour l'attribution des suivis. Je commençais à en faire mon deuil, pensant que je n'aurais jamais cette chance étant donné que j'habite à Laval. J'ai appelé aux deux semaines depuis le jour de mon inscription sur la liste d'attente afin de savoir à quel rang j'étais. Parfois le nombre de femmes avant moi diminuait mais parfois, à mon grand désespoir, le nombre augmentait, ce qui m'éloignait de mon rêve.

Durant ma grossesse, ne sachant pas si j'aurais une place à la maison de naissance, il m'est arrivé souvent de parler de mon désir d'avoir une sage-femme à mes côtés lors de mon accouchement. Je tiens à partager les réactions des gens autour de moi, proches ou éloignés, qui à ma grande surprise étaient majoritairement négatives. Je trouve à la fois intéressant et désolant de réaliser que les gens ont souvent une mauvaise opinion ou n'approuvent pas le choix de faire appel aux services de la maison de naissance par manque d'information seulement. Tout a commencé par mon conjoint qui n'était pas convaincu au départ de cette idée. Tout s'est fait tranquillement en étant sur la liste d'attente. Ce fut le sujet de conversation de multiples discussions et nous sommes allés aux réunions d'informations organisées directement à la maison de naissance. Nous avons rencontré plusieurs sages-femmes et avons pu poser nos questions. Il a été rassuré de savoir qu'elles font des études pendant quatre ans à l'université pour ne faire que des accouchements et des suivis de grossesses. Et puis, le chemin s'est fait tout seul jusqu'à ce qu'il devienne évident que c'était le choix qui nous convenait et que c'était dans notre foyer que nous voulions vivre ce moment. Mon conjoint me soutenait alors dans ma décision, quel soulagement !

Au travail, les gens me demandaient souvent dans quel hôpital j'allais accoucher et je répondais que je ne savais pas encore car j'attendais une place en maison de naissance. J'ai eu droit à des commentaires remplis de reproches, car je mettrais la vie de mon bébé en danger et que j'étais une mère irresponsable de vouloir faire ça. J'ai trouvé ça très difficile, au début, d'avoir à me justifier pour de telles opinions alors que plus tard, j'ai réalisé que les gens se prononcent de façon catégorique sans même s'être informés adéquatement de ce que cela représente. Les gens jugent beaucoup sans prendre le temps de s'intéresser aux autres façons de faire. Je me suis même surprise à ne pas dire que j'avais eu enfin une place et répondre que j'allais accoucher à l'hôpital de Saint-Eustache pour éviter les commentaires disgracieux. Ça a été mon choix à ce moment, car j'étais épuisée de convaincre les gens que je faisais le bon choix. Si j'avais su dès le départ que c'était par manque d'information, j'aurais probablement réagi autrement.

Dans ma famille, les gens étaient plus réservés et respectaient mon choix sans nécessairement l'approuver. J'ai quand même eu droit à des commentaires décourageants ayant pour but de me faire peur quant à ma décision de ne pas avoir la péridurale. Au contraire de ce que certains pensaient, je savais très bien dans quoi je m'embarquais, même en ne l'ayant jamais vécu, car c'était mon premier bébé. J'étais prête! Je sentais ma mère, qui m'a toujours encouragée dans mes choix, un peu inquiète par ses questions et le ton de sa voix lorsque l'on en parlait, mais toujours à l'écoute sans vouloir me dissuader. Je lui en suis très reconnaissante, car j'ai trouvé tout ça très éprouvant.

Ce n'est pas toujours facile de partager des décisions personnelles lorsque les gens ne sont pas en accord. Même si nous ne sommes pas obligés de nous justifier pour nos choix, inconsciemment, nous voudrions toutes recevoir des commentaires positifs et encourageants, sentir que nous sommes soutenues par notre entourage et qu'ils sont là pour nous, dans NOS moments de découragement. Je crois que c'est très important et que beaucoup ne réalisent pas à quel point les paroles peuvent faire mal. Maintenant, si j'avais à revivre cette période, ce serait de façon très différente avec tout ce que j'ai compris. C'est un choix qui ne se discute pas.

Maintenant passons aux moments de bonheur ! C'est jusqu'au dernier moment que j'ai apprécié sentir le petit Vincent bouger, donner des coups de pied et s'étirer les bras dans mon ventre. Un sentiment tellement merveilleux que d'avoir un petit passager présent à bord, qui nous suit partout, nous accompagne pendant neuf mois. Je me sentais belle, resplendissante et pleine d'énergie jusqu'au moment de l'accouchement. Lorsque nous avons fait le test lors de mes premiers jours de retard, nous étions tellement surpris du résultat, car ce n'était que le premier mois d'essai. Nous étions très contents et, en même temps, nous ne réalisions pas ce qui nous arrivait. Tranquillement, l'excitation s'est faite sentir et nous étions impatients d'annoncer la nouvelle à toute la famille et amis.

Moi et Vincent

Après une grossesse en parfaite harmonie, le 17 février 2012 à 41 semaines, le petit Vincent se décide à voir le jour. C'est à 1 h 45 am que je me réveille par le liquide chaud qui commence à couler sous les draps. Bien excitée et impatiente d'y voir la frimousse, je réveille Mathieu et lui dis que cette fois-ci, c'est la bonne. Après le faux de travail de la nuit précédente, je pouvais confirmer que c'était le vrai moment, enfin !

Les contractions ont débuté dans les cinq minutes suivantes, déjà régulières aux cinq minutes. Alors, un peu à la dernière minute, on

range la cuisine pour l'arrivée des sages-femmes (oui, on a pensé à ça !), on refait le lit avec les vieux draps, je vais chercher la musique que j'avais prévue et mes huiles essentielles, on allume la lumière avant pour rendre l'adresse visible, puis mon conjoint appelle la sage-femme pour savoir quoi faire. Après un bain chaud, les contractions étaient de plus en plus rapprochées et plus longues. Je me demandais bien si c'était normal. La sage-femme arriva deux heures après, à mon grand bonheur car, à ce moment, elles duraient une minute et demie et étaient aux deux minutes, parfois même, sans relâche. À peine le serrement de mon ventre disparaissait qu'il reprenait aussitôt. La nausée était toujours présente et je n'ai rien gardé de la collation prise quelque temps avant.

Malgré tout, j'étais contente de vivre pleinement les contractions qui poussaient mon petit bébé tranquillement vers la sortie. Je ne les ai pas toujours accueillies avec zénitude comme me disait Mounia, ma sage-femme, lors des suivis. D'ailleurs, entre deux contractions, ça m'a même fait rire intérieurement lorsque je me suis demandé comment on faisait pour accueillir tout ça avec le sourire ! Mais, graduellement, j'ai appris à les accepter au fur et à mesure qu'elles se répétaient, l'une après l'autre. À ma grande surprise, je me suis mise à faire des vocalises pour faire passer la contraction. Quel soulagement... accompagner la contraction jusqu'à la fin, jusqu'à ce qu'elle disparaisse à travers le son grave qui se perd dans le silence de la chambre. Une technique que j'ai apprise dans mes cours de yoga prénatal en me disant que je serais bien trop gênée de faire ces sons là devant tout le monde. Hé bien, c'est fou comme les choses changent ! Ma sage-femme, Mongia, présente à mes côtés me ramenait quelques fois à une tonalité grave. Je me recentrais aussitôt et la contraction disparaissait de nouveau à travers le son.

L'effet intense des endorphines s'est fait sentir un peu après lorsque j'ai réalisé que je m'étais endormie sur mon petit banc de naissance, entre deux contractions. La sensation était bien différente qu'au début, tout était au ralenti dans ma tête, tout était plus diffus dans mon corps, l'effet des hormones était parfait pour permettre à Vincent de terminer son périple pour notre rencontre. Qu'allait-il me raconter ? À quoi allait-il ressembler ? Une odeur douce de café s'est installée dans la chambre et j'ai regardé alors vers la fenêtre. Le soleil se levait à travers le rideau, le temps avait passé tellement vite, il était 6 h 30 déjà. Malgré que le besoin de pousser se faisait sentir depuis deux heures, il fallait attendre encore un peu, car une bande de col retenait le dernier demi centimètre pour la dilatation complète. Lorsque ma sage-femme fut en mesure de la faire passer, ce fut un grand bonheur (malgré l'inconfort de la technique), car j'allais pouvoir maintenant laisser le chemin ouvert pour Vincent. J'ai quand même réussi à garder un certain sens de l'humour qui a fait rire en parlant de la « foutue bande de col », entre deux contractions.

Vincent à la naissance

Peu de temps après, une sensation de lourdeur a envahi mon bassin et le bas de mon dos. C'était très différent de ce que j'avais senti jusqu'à ce moment. Il allait naître bientôt, je le savais.

Je me sentais déjà épuisée et les poussées commençaient pour vrai. J'ai tellement poussé, tellement fort et j'avais l'étrange impression que ce n'était jamais assez. J'étais essoufflée, assoiffée, fatiguée et comme les contractions ralentissaient tranquillement, je commençais à entendre au loin le nom des granules homéopathiques que mes sages-femmes allaient me donner. Un peu de celles-là, plus trois de celles-ci, et voilà, aussitôt avalées, les contractions se rapprochent. Il faut accélérer, le cœur de Vincent commence à décélérer et j'entends le mot ambulance à travers une phrase. Je commence à être inquiète, je ne veux pas finir tout ça à l'hôpital, tout est si parfait ici. Ma sage-femme m'avertit qu'il va falloir ouvrir un peu pour laisser plus de place pour passer la tête. Je suis terrifiée à l'idée d'avoir une épisiotomie, mais je n'ai pas le choix. Après le coup de ciseau, je parle à Vincent et lui dit qu'il faut qu'il trouve son chemin au plus vite, moi je pousse de plus bel et hop. Le calme plat.

C'est après 2 h de poussées actives, à 9 h 56 am, la tête un peu dans les nuages, que j'ai la sensation étrange sur mon ventre de quelque chose de chaud et humide. Je regarde Mathieu et lui demande « il est sorti ? », je réalise alors que c'était lui, le petit Vincent, tout chaud qui était sur moi. Mon bébé était né, enfin, je le voyais. Son visage tellement délicat, rougit par le chemin parcouru. Il est tellement beau, tellement parfait, plus beau que dans mon imagination. Il est né et il me raconte son voyage. Je prends le temps de le regarder, je veux le garder pour nous tout seul, quel beau moment. Mathieu est très ému, je lis la fierté sur son visage. Nous sommes une famille !

C'est un accouchement parfait. J'étais fière de moi, de nous et de Vincent qui a parcouru tout ça avec nous. C'est un travail d'équipe qui était commencé depuis longtemps.

Finalement, tout ce que j'avais préparé pour mon accouchement ne m'a pas vraiment servi, je n'ai pas fait jouer de musique, je n'ai pas diffusé d'huiles essentielles, il n'y a pas eu de petite phrase lue que mon amie m'avait préparée. À ce moment, c'était autre chose qui me convenait. Ma petite déception est que j'ai dû aller à l'hôpital après la naissance pour vérifier que le placenta était bien sorti entier. J'ai dû me séparer de Vincent pendant trois heures, mais j'étais tellement heureuse d'avoir pu vivre mon accouchement comme je l'avais voulu que j'ai vite oublié ce petit détail. Ce fut merveilleux et j'espère pouvoir recommencer cette expérience.

UNE CLINIQUE POUR TOUS
LES MEMBRES DE VOTRE FAMILLE

LA CHIROPRATIQUE POUR LA FEMME ENCEINTE :

Diminue les malaises reliés à la grossesse (sciatique, douleurs lombaires, maux de tête, etc.)

Diminue le temps de travail de près de 50 %

Diminue les risques d'interventions médicales (forceps, césarienne, épidurale, pitocine, etc.)

Favorise une meilleure réhabilitation post-partum

LA CHIROPRATIQUE POUR LE BÉBÉ OU L'ENFANT :

Diminue les risques de scoliose

Diminue les risques d'otites, d'asthme, de pipi au lit, de colique et de reflux gastriques

Favorise un meilleur système immunitaire

Favorise une croissance optimale

LA VIE chiropratique

418 653-0050 | 4875 de la Promenade-des-Soeurs, Cap-Rouge

JAMBIÈRES
POUR BÉBÉ, ENFANT ET ADULTE

.SUR LES JAMBES ET LES BRAS

.PARFAITES LORSQUE LA TEMPÉRATURE RAFRAÎCHIT

.ÉVOLUENT AVEC L'ENFANT

.PROTÈGENT LES GENOUX

.UTILES LORS DE L'APPRENTISSAGE DE LA PROPRETÉ.

...bien d'autres qualités, à vous de les découvrir !

EMBALLAGES ALIMENTAIRES

ENVELOPPES À SANDWICH
SACS À COLLATION
réutilisable

SANS BPA

Ûzage

St-Hyacinthe (Qué)
info@uzage.ca

WWW.UZAGE.CA

NOUVELLES DES RÉGIONS

UN COMITÉ DE PARENTS ACTIF !

Mariane Labrecque | Vice-présidente, Groupe MAMAN

MONT-JOLI

Le comité de parents de la Maison des naissances Colette-Julien est toujours aussi vivant et il organise plusieurs activités au cours de l'année. Cette année, les parents ont eu droit au visionnement du film *The Business of Being Born* qui a été suivi par une discussion avec une sage-femme. Un brunch bénéfice animé par un musicien et un clown a eu également lieu pour le plus grand plaisir de toute la famille. Un bébé-bazar a été organisé à la salle des Alcyons de Mont-Joli ainsi qu'un pique-nique familial qui a eu lieu au mois d'août. Depuis 2006, le comité publie une revue annuelle. Les éditions précédentes sont maintenant disponibles sur le site de notre CSSS : http://bit.ly/YScSuv. Nous souhaitons au comité de connaître une année 2013 aussi fructueuse !

Pour joindre Cindy Durand, représentante régionale, Mont-Joli
comite_parents@hotmail.com

APPEL À TOUS DANS LE BAS DU FLEUVE

Marie-Claude Bouchard | Objectif sage-femme | Représentante régionale, Rivière-du-Loup

RIVIÈRE-DU-LOUP

Pour une maison de naissance à Rivière-du-Loup, ceci est un appel à la solidarité afin de former de nouveau un comité avec « Objectif Sages-femmes », groupe citoyen bénévole en quête de services prônant le respect, l'autonomie et l'accès à des alternatives dans la région du KRTB. Les rencontres pourraient avoir lieu dans les Basques. Si intéressé, nous vous invitons à contacter Marie-Claude Bouchard, représentante régionale du Groupe MAMAN ayant déjà entrepris des démarches auprès du député Jean D'Amours qui appuie l'accès au libre choix des femmes en matière d'accouchement. Celui-ci entrevoit même un lieu pour l'implantation du service de sages-femmes. Ajoutez à cela l'intérêt du personnel de l'Agence qui se demande où en sont les démarches ; le *timing* semble opportun pour s'activer. Avec les guides du RNR *Maternité et intelligences citoyennes* et *Naître au cœur de sa communauté* nouvellement acquis, Marie-Claude Bouchard souhaite unir ses forces à d'autres qui y croient.

Pour joindre Marie-Claude Bouchard
marielasante@laposte.net
418-738-2888

Pour réaliser les différentes étapes essentielles pour obtenir des services de sages-femmes, ce guide réalisé par le Regroupement Naissance-Renaissance est un incontournable.

UN PAS DANS LA BONNE DIRECTION

Line Bélanger | Présidente, Comité Maison des naissances 02 | Représentante régionale, Saguenay–Lac-Saint-Jean

SAGUENAY–LAC-SAINT-JEAN

Après plus de six ans de militance pour l'obtention de services de sages-femmes au Saguenay–Lac-Saint-Jean, le Comité Maison des naissances 02 est heureux de faire savoir qu'il est parvenu à une entente avec le CSSS de Chicoutimi. En effet, cet établissement a accepté d'ouvrir une maison de naissance sur son territoire selon le modèle développé au Québec depuis les projets pilotes. Un projet devrait être déposé sous peu à l'Agence et au Ministère. Le CSSS a d'ailleurs déjà procédé à l'embauche de la chargée de projet / responsable sage-femme. Le plus gros défi, actuellement, est le recrutement. Comme vous le savez sans doute, il y a une pénurie de sages-femmes au Québec. Nous savons que cette situation retardera l'ouverture de la maison de naissance, mais nous demeurons confiantes que, nous aussi, nous aurons accès aux services de sages-femmes dans les prochains mois.

Pour les régions du Québec qui n'ont pas encore accès à ces services : il est important de garder le cap. Seule la pratique telle qu'on la connaît au Québec est acceptable. Pas de compromis sur le lieu de pratique ! Nous avons le droit d'accoucher ailleurs qu'à l'hôpital. Les médecins doivent sortir de ce beau prétexte qu'est la sécurité et cesser de refuser d'offrir les services auxquels nous avons droit. Aidez-les à sortir de l'ignorance! Bonne chance !

Pour joindre Line Bélanger
line_belanger@sympatico.ca

LA MAISON DE NAISSANCE DE LA RIVIÈRE FÊTE SES 10 ANS !

Geneviève Côté | Membre, les Flots, comité de parent de la maison de naissance de la Rivière | Administratrice, CA du Groupe MAMAN | Représentante régionale, Nicolet

NICOLET

Le saviez-vous ? La Maison de naissance de la Rivière à Nicolet fête son dixième anniversaire ! Eh oui, déjà 10 ans de présence sage-femme dans la région ! Dix ans à accompagner des femmes et des familles dans cette belle aventure qu'est la naissance. Pour souligner ces années d'existence, un comité organisateur est à planifier divers événements qui auront lieu tout au long de l'année 2013. Le tout commence par un concours pour trouver un slogan pour la Maison de naissance. Composé de quelques mots, ce slogan doit laisser transparaître la mission de la Maison de naissance, être porteur d'avenir et rassembleur. Nous avons reçu de belles suggestions et le comité organisateur prendra une décision lors d'une prochaine réunion.

Fête à la Maison de naissance de la rivière.

Le lancement des activités a eu lieu le 7 février dernier. Plus de détails sont à venir, mais il est certain qu'une belle activité sera organisée dans le cadre de la Journée internationale des sages-femmes le 5 mai ainsi qu'un grand rassemblement festif à l'automne.

Suivez les développements sur la page Facebook de « Les Flots - comité de parents de la Maison de naissance de la Rivière » !

Notre représentante régionale, Geneviève Côté

Pour joindre Geneviève Côté
lesflots@yahoo.ca

FRANC SUCCÈS !

Lina Côté | Directrice, Association Parents-Ressources des Bois-Francs | Représentante régionale, Victoriaville

VICTORIAVILLE

Après des années de revendications, nous sommes fières de constater que le point de service de Victoriaville est un succès. Nous disposons maintenant des services de deux sages-femmes à temps plein. Le local utilisé pour les rendez-vous a été bien aménagé et il est très chaleureux. Il se trouve dans la Maison des familles. Reste un volet à mettre en place, celui de l'accouchement à l'hôpital. Nous sommes très fières d'être arrivées à ça. Nous avons organisé une rencontre à la Maison des familles avec des femmes qui ont été sages-femmes pionnières dans notre région.

Pour joindre Lina Côté
parentsressources@mdfbf.org

RSFQ
Regroupement Les Sages-Femmes du Québec

Contribuez au rayonnement de la pratique sage-femme en vous procurant un autocollant pour voiture du Regroupement Les Sages-Femmes du Québec.

Pour plus de renseignement : www.rsfq.qc.ca

NÉ AVEC UNE SAGE-FEMME
NÉE AVEC UNE SAGE-FEMME
BORN WITH A MIDWIFE

DES PROJETS À LA TONNE POUR SAGE-FAMILLE

Lyne Castonguay | Coordonnatrice, Maison de naissance de l'Estrie | Pour le Groupe SAGE-Famille | Représentante régionale, Estrie

ESTRIE

Nous avons pris plusieurs mois à préparer une demande pour développer une deuxième maison de naissance en Estrie. Par contre, pendant l'année, il y a eu une baisse de notre liste d'attente, faisant en sorte que cette deuxième maison de naissance n'était plus justifiée. Nous avons donc pris le temps de refaire notre demande en deux volets. Le premier volet consiste à répondre aux demandes actuelles, en ajoutant une équipe de sages-femmes. Cela complèterait l'utilisation de nos quatre chambres d'accouchement. Cela implique l'aménagement de deux ou trois nouveaux locaux dans l'aile non utilisée de notre bâtisse.

En ce qui concerne le deuxième volet, nous demandons le développement d'une nouvelle maison de naissance. Considérant que le bâtiment actuel n'est pas utilisé à pleine capacité, il pourrait y avoir une deuxième maison de naissance avec trois chambres, cuisine, bureaux, salle d'attente, etc. Ce n'est pas notre idéal, mais il y a des points positifs, notamment pour intégrer les nouvelles équipes de sages-femmes, puis garder la philosophie et la couleur de pratique qu'on a en Estrie. Le défi serait de maintenir deux lieux distincts en ayant quand même la proximité.

Nous avons aussi l'intention de demander à nouveau à notre établissement de considérer une deuxième alternative à Sherbrooke, mais pas dans le même bâtiment. Magog a été enlevée des propositions, à cause du coût important de location et d'aménagement d'un bâtiment. Aussi, il y a très peu d'endroits disponibles (voire pas du tout) à Magog. L'autre raison majeure est la distance trop grande entre Magog et les points de service. Puisque les ouvriers et employés doivent faire la navette chaque jour pour le courrier interne, la stérilisation, les réparations et l'entretien, cela ferait grandement augmenter le coût de fonctionnement.

Il est aussi possible que ce soit à Sherbrooke, dans un autre des bâtiments disponibles. Enfin, nous espérons présenter notre demande au MSSS d'ici Noël.

Le groupe SAGE-Famille est encore et toujours très actif. Il y a des ateliers chaque vendredi. Nous avons, cette année encore, organisé un bébé-bazar au Carrefour de l'Estrie au début avril 2013.

Nous avons fait un plan de communication avec le Service des communications du CSSS, afin de continuer à faire connaître et rayonner la maison de naissance. Le plan inclut une tournée des partenaires professionnels et communautaires, une visibilité plus grande au sein du CSSS de notre région, des outils promotionnels nouveaux et les anciens refaits, des participations dans les médias (télé, radio, Web, médias sociaux, etc.), des portes ouvertes, des stages avec les résidents en médecine et autres. Nous étions rendus à refaire une tournée de communication ; il y a longtemps que nous n'en faisions plus.

Nous en sommes à notre troisième année à accueillir pendant l'automne, l'hiver et le printemps, une stagiaire en psychologie. Elle reçoit en suivi gratuitement des femmes suivies au Centre Mère-enfant, et aussi des couples. C'est vraiment très apprécié. Nous aimons développer des services connexes et, surtout, accessibles à notre clientèle.

Notre groupe SAGE-Famille continue à être impliqué avec l'équipe de sages-femmes à travers le comité multidisciplinaire, sous-comité du CSF qui se réunit pour avoir le feed-back et la participation de la communauté. En février, nous avons organisé une matinée de réflexion pour échanger entre femmes et sages-femmes sur la pratique sage-femme. C'est l'occasion de se questionner, pour bien rester centrées sur l'essence et la philosophie de la pratique. On a aussi un projet de livre de témoignages, mais c'est un projet à long terme, car les récits arrivent tout doucement. Nous n'avons pas vraiment l'énergie pour pousser sur le projet, nous le laissons prendre forme tranquillement.

Pour joindre Lyne Castonguay
lcastonguay.csss-iugs@ssss.gouv.qc.ca
819-846-4846, poste 313

NAÎTRE À LA POINTE A DE BONNES NOUVELLES

Céline Bianchi | Naître à la Pointe | Représentante régionale, Pointe-Saint-Charles

MTL POINTE-SAINT-CHARLES

Après sa naissance en octobre 2010, le collectif Naître à La Pointe planche sur un document fondateur qui dresse les grandes lignes du projet, et qui prévoit une place importante aux citoyennes au sein de la maison de naissance de nos rêves. Lors de son assemblée générale de juin 2011, la Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles inclut le projet « Naître à La Pointe » parmi ses priorités pour l'année suivante. Le collectif passe ensuite les prochains mois à récolter plus de 1800 signatures en soutien au projet. Le texte fondateur est soumis au CA de la Clinique au mois de mai 2012, qui accepte au mois d'octobre suivant de soutenir le projet. Rappelons que la Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles est un modèle unique au Québec, puisqu'elle est régie par un CA composé de citoyenNEs du quartier, et relève directement de l'Agence de la santé et des services sociaux, sans passer par un CSSS. La participation citoyenne étant au cœur du projet de Naître à La Pointe, un partenariat formel avec la Clinique a toujours paru incontournable, afin de protéger le rôle citoyen à l'intérieur de la future maison de naissance.

Pour joindre Céline Bianchi
naitreapsc@gmail.com

COMITÉ DE PARENTS EMBRYONNAIRE

Mariane Labrecque | Vice-présidente, Groupe MAMAN

MTL POINTE-CLAIRE

La maison de naissance Pointe-Claire a maintenant un groupe sur le réseau Facebook intitulé *Maison de naissance Pointe-Claire Birthing Center*. Sur cette page, vous pouvez être mis au courant des activités de la maison de naissance. Depuis mars 2013, des parents se rencontrent un mercredi pas mois.

Un pique-nique annuel a été organisé l'été dernier. Toutefois, l'organisation de ce pique-nique à créé une certaine déception parmi les anciennes usagères de la maison de naissance. En effet, seuls les parents de bébés nés dans l'année ont été invités à l'activité, ce qui ne favorise pas la pérennité de l'implication des familles dans la maison de naissance. En espérant que les prochaines activités seront plus inclusives, nous invitons les parents à s'impliquer dans la vie communautaire de la maison de naissance !

PREMIÈRE PELLETÉE SYMBOLIQUE

Marie-Luce Pelletier | Membre, Comité de parents du service de sages-femmes du CSSS Jeanne-Mance

MTL CSSS JEANNE-MANCE

Photo fournie par le Regroupement Naissance-Renaissance

Les actions se multiplient pour l'implantation d'une première maison de naissance à Montréal depuis 1994 !

Alors que l'heure est aux célébrations après l'inauguration officielle de la maison de naissance de Richelieu le 12 octobre dernier, le Comité de parents du service de sages-femmes du CSSS Jeanne-Mance est toujours à la recherche des appuis nécessaires afin de doter son service de sages-femmes d'une maison de naissance pour le quartier Sainte-Marie et l'Est de Montréal.

Le Comité, justement né à la suite d'une manifestation réclamant l'implantation d'une maison de naissance le 5 décembre 2010, est formé d'environ une dizaine de parents membres et de sages-femmes du CSSS Jeanne-Mance. Il s'est notamment donné comme mission d'appuyer les sages-femmes dans leurs luttes politiques. Le service de sages-femmes du CSSS Jeanne-Mance est le seul au Québec à ne pas être attaché à une maison de naissance ! Et cela se traduit inévitablement par un moins grand nombre de familles desservies par rapport aux autres services de sages-femmes de la province, soit environ 12,5 % de moins.

Les familles usagères se retrouvent aussi devant un « choix » de lieux d'accouchement limité entre le domicile et l'hôpital (CHUM–Saint-Luc). Ce « choix » restreint pousse certainement plusieurs couples, qui ne sont pas nécessairement prêts pour un accouchement à domicile ni tout à fait à l'aise avec un accouchement en milieu hospitalier, à opter pour l'une ou l'autre des options alors que leur désir serait de pouvoir accueillir leur bébé en maison de naissance.

Le 27 avril 2012, après trois ans de travail acharné, un projet de maison de naissance a été déposé par le CSSS Jeanne-Mance à l'intention du ministre Yves Bolduc au ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec. Le 23 mai, le Comité de parents tenait une manifestation symbolique sympathique, en collaboration avec la CSN, le Regroupement Les Sages-femmes du Québec et la Coalition pour la pratique sage-femme, afin de rappeler au ministre Bolduc qu'il avait maintenant entre ses mains l'avenir de la future maison de naissance de Montréal. Le changement de garde au gouvernement n'aidant sûrement pas à l'avancement du dossier, le Comité de parents se retrouve maintenant devant un nouvel interlocuteur, le ministre Réjean Hébert. Heureusement, selon les échos qui parviennent de l'Assemblée nationale jusqu'à Montréal, le ministre Hébert semble être très réceptif à libérer le budget nécessaire à la réalisation du projet sous peu.

L'inauguration officielle récente de la maison de naissance de Richelieu a permis au Comité de parents du service de sages-femmes du CSSS Jeanne-Mance d'avoir un premier contact avec le nouveau ministre de la Santé et surtout de rencontrer les artisans de cette belle réussite. Ils lui ont fourni de précieuses informations qui, le Comité l'espère, permettront de faire « avancer le travail ».

Si vous êtes aussi de ces personnes qui avez contribué à l'ouverture d'une des maisons de naissance dans la province et que vous désirez lui fournir des informations et des conseils, le Comité de parents est ouvert à toutes les suggestions et ne refusera aucun appui !

Pour joindre Magali Letarte
RR, CSSS Jeanne-Mance

parents.sagefemmes.jm@gmail.com
514-525-3629

Manifestation symbolique sympathique du 23 mai 2012

PONT À RECONSTRUIRE

Virginie Paquin | *Membre, comité* Une maison de naissance dans mon quartier, j'y tiens ! | *Représentante régionale, Petite-Patrie*

Voici l'état d'avancement des travaux du comité pour la mise en place de la maison de naissance du Cœur-de-l'Île, issue du mouvement *Une maison de naissance dans mon quartier, j'y tiens !*

Après notre premier grand rassemblement festif du 31 octobre 2010, qui a lancé notre mouvement et notre comité citoyen, après plusieurs rencontres avec la direction générale de notre CSSS, après bon nombre de lettres d'appui de la part du milieu, après trois présences à la période de questions du CA de l'Agence de la Santé et des Services Sociaux de Montréal et beaucoup de réunions avec les membres de notre merveilleux comité, nous pouvons dire que les éléments gagnants étaient réunis ce printemps dernier, lors de notre dernière rencontre avec le CSSS le 29 mai 2012.

Le dossier avançait rondement. Nous avions un fort appui de la part de la directrice générale, du CA et de l'équipe qui a d'ailleurs réalisé un document présentant les principaux éléments et arguments démontrant la nécessité d'une MdN sur le territoire.

Lors de cette dernière rencontre, trois représentantes de l'Agence chargées de faire le suivi de notre demande de financement pour unE chargéE de projet, étaient avec nous autour de la table avec le député provincial de Gouin (Petite-Patrie), Nicolas Girard.

Après quoi, nous apprenons :

– Que la directrice générale du CSSS quitte son poste au cours de l'été. À ce jour, encore aucun retour sur le dossier de la part de la direction intérimaire n'a été fait.

– Que du roulement de personnel frappe encore l'Agence (c'est un véritable fléau là-bas !) et que nos représentantes n'y sont plus. À ce jour, personne ne sait à qui nous référer !

– Que suite aux élections du 4 septembre 2012, notre député, actif dans le dossier depuis le début, est défait. Françoise David gagne les élections. Nous sommes convaincues de pouvoir compter sur son appui, mais n'avons pas encore eu la chance de la rencontrer.

Il y a donc plusieurs ponts à reconstruire, après tant de travail !

Bref, des avancés, des reculs (j'ai eu le temps d'avoir un 2e enfants dans tout ça, qui a maintenant 14 mois !), mais toujours un rêve à porter et, surtout, à réaliser le plus rapidement possible !

Virginie Paquin et Fabienne Gagné, sage-femme du CSSS Jeanne-Mance

Pour joindre Virginie Paquin
mamaisondenaissance@gmail.com
514-510-1122

31 octobre 2010 : Manifestation en présence du député provincial Nicolas Girard

Une participante à la manifestation.

UNE MAISON DE NAISSANCE DANS L'EST : UN RÊVE POSSIBLE

Propos de Josée Lapratte | Directrice, CRP Les Relevailles de Montréal | Représentante régionale, Pointe-de-l'Île | Recueillis par Mariane Labrecque

C'est en 2008 qu'a débuté le projet pour l'obtention d'une maison de naissance dans la Pointe-de-l'Île, piloté par le Centre de ressources périnatales (CRP) Les Relevailles. C'est pour donner suite à l'intérêt et à divers besoins exprimés par les membres fréquentant le Centre qu'est né ce rêve. En 2009, lors d'une rencontre avec différents acteurs de la petite enfance pendant une réunion spéciale nommée *Le château-fort de la petite enfance*, l'idée de développer une maison de naissance fait surface parmi les préoccupations des personnes présentes. En avril 2010, lors d'un forum citoyen de réflexion sur le projet de pédiatrie communautaire, les besoins concernant les suivis de grossesses et des soins périnataux ressortent. Le projet de maison de naissance est à nouveau mentionné comme une solution à envisager pour répondre aux besoins, soit plus de 2000 naissances annuellement, pour la Pointe-de-l'Île. C'est dans ce sens que le CRP Les Relevailles de Montréal initie une première rencontre avec le CSSS de la Pointe-de-l'Île. Suite à cette rencontre, un comité de développement associé au projet de maison de naissance voit le jour, formé du CRP, du CSSS ainsi que de 1, 2, 3 GO ! Pointe-de-l'Île. Quelques rencontres sur l'élaboration du projet se sont déroulées durant l'année. En 2011, les rencontres du comité de développement du projet de maison de naissance deviennent plus régulières. Des liens avec les sages-femmes (Coalition des sages-femmes du Québec et Ordre des sages-femmes du Québec) ainsi qu'avec le Groupe MAMAN se développent en soutien aux démarches. Au printemps, une pétition circule afin de faire la promotion du projet. Elle est diffusée en format papier ainsi qu'en ligne via le site de l'Assemblée nationale du Québec.

Par ailleurs, nous pouvons souligner la participation du comité de développement à la manifestation organisée le 5 mai 2011 à Québec dans le cadre de la Journée internationale des sages-femmes. Le 5 mai 2011, le ministre de la Santé annonce le financement à 100 % des maisons de naissance par le Ministère. Le ministre Yves Bolduc visite le CSSS de la Pointe-de-l'Île. Lors de cette rencontre, il donne le mandat à ce dernier de développer un projet de maison de naissance sur son territoire. À l'été, André Gagnière, directeur général du CSSS de la Pointe-de-l'Île, fait une demande au ministre de la Santé Yves Bolduc pour l'obtention d'une chargée de projet. À l'automne, le comité de développement travaille assidûment au projet. La pétition en ligne est déposée officiellement par notre députée Nicole Léger à l'Assemblée nationale du Québec. De plus, la pétition papier est toujours en circulation. La mobilisation auprès des citoyens et de diverses instances de la Pointe-de-l'Île s'organise, et ce, dans l'optique de créer un comité de citoyens. En décembre 2011, M. Gagnière a dû réacheminer la même demande à l'Agence, puisque c'est par celle-ci que doivent se faire les demandes de financement pour les maisons de naissance.

Depuis mars 2012, nous sommes en attente d'une réponse favorable concernant le financement d'un poste de chargée de projet. Nous avons été informés par François Lamy que l'Agence aurait donné un suivi concernant le manque de fonds, mais que la demande serait toujours active. Au 31 octobre 2012, le comité est toujours en attente du financement pour la chargée de projet (demande initialement déposée en juin 2011). La pétition papier est toujours en circulation. À ce jour, nous avons recueilli plus de 490 signatures. Le projet de maison de naissance est inscrit sur le plan d'immobilisation du CSSS. Le 5 novembre, une rencontre a lieu au bureau de Nicole Léger, députée de Pointe-aux-Trembles et ministre de la Famille, afin de la mettre au courant des avancements du projet. De son côté, Mme Léger s'engage à faire le suivi afin que nous obtenions un retour de l'Agence et du Ministère pour débloquer les fonds pour l'embauche de la chargée de projet. Suite à ces démarches, débutées au printemps 2011, une demande de service a été envoyée à l'Agence de la Santé et des Services sociaux de la région. À cet égard, nous aimerions inviter les personnes intéressées au développement d'une maison de naissance à la Pointe-de-l'Île à se joindre à nous.

Pour joindre Josée Lapratte
dir.crp@mainbourg.org

NOUVELLE DE DERNIÈRE HEURE !

En janvier 2013, nous apprenons qu'une somme d'argent a été reçue par l'Agence de Montréal pour l'embauche d'une chargée de projet. Son rôle sera de travailler à la mise en place de deux points de services de sages-femmes, soit un sur le territoire du Cœur-de-l'Île et un sur celui de la Pointe-de-l'Île Est. La chargée de projet sera également responsable de réaliser une étude d'emplacement pour la mise en place d'une future maison de naissance. André Gagnière, directeur général du CSSS de la Pointe-de-l'Île, a reçu une lettre de l'Agence confirmant ces informations. Suzanne Tremblay, attachée politique de Nicole Léger, a également confirmé ces informations.

Qu'ont en commun les personnalités suivantes ?

- Pamela Anderson
- Demi Moore
- Meryl Streep
- Julianne Moore
- Cindy Crawford
- Alanis Morissette
- Pauline Marois

Julianne Moore a aussi soutenu la mission de Ricki Lake, la réalisatrice du film Business of being born.

Réponse : Elles ont toutes choisi d'accoucher naturellement dans le confort de leur maison !

UN NOUVEAU SOUFFLE ENTHOUSIASTE EN ABITIBI

Caroline Nolet | *Mère bénévole en allaitement, C'Maman* | *Représentante régionale, Rouyn-Noranda* ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

Caroline Nolet et sa famille

Maman de deux jeunes enfants, la maternité est devenue pour moi une véritable passion ! Celle-ci m'a poussée à m'impliquer dans le milieu en devenant marraine en allaitement ainsi que membre du Groupe MAMAN. De plus, je désire devenir accompagnante à la naissance, un projet que je compte réaliser cet été et qui me permettra de créer un réseau utile à mon implication au sein du Groupe MAMAN. De ce fait, j'espère un jour être en mesure d'outiller les futures mères à poser des choix éclairés face à leurs accouchements.

En ce qui me concerne, mes accouchements n'ont pas été ceux que j'espérais. Mettre un enfant au monde, c'est si merveilleux et quoi de plus naturel ! Malheureusement, suite à mon premier accouchement, j'ai réalisé que ce n'était pas toujours le cas. Je croyais être prête à vivre ce grand moment, car j'avais confiance en mes capacités et celles de mon bébé. Mais, comme bien des mamans, j'ai vite compris que je n'étais pas assez informée ! Dans ma région, il n'y a pas d'option : un accouchement, ça se fait à l'hôpital. À mon arrivée au centre hospitalier, j'étais très en contrôle. Chaque contraction me rapprochait de mon enfant, j'étais alors en harmonie avec la douleur. C'est tout le reste qui m'échappait, tout ce système médical et ses interventions que je jugeais parfois impertinentes. Je ne me sentais pas entièrement libre dans ce moment qui était le mien ! Même si pour ma fille j'étais mieux renseignée, les choix face à mon accouchement n'étaient pas plus nombreux, je devais revivre cela à l'hôpital.

Suite à quelques recherches, j'ai découvert le Groupe MAMAN. Enfin, un groupe qui s'intéresse aux besoins des femmes en matière de maternité. J'ai tout de suite manifesté mon désir de m'impliquer, sans trop réfléchir. Donc pour l'instant, j'ai beaucoup de volonté et de passion, mais il me manque des alliés ! J'ai envie de faire rayonner le Groupe MAMAN à Rouyn-Noranda et je caresse le rêve d'y voir une maison de naissance prendre racine. J'aimerais bien que des personnes manifestent leur envie de se joindre à moi dans ce magnifique projet. Qui sait ce qu'on pourrait réaliser à plusieurs !!!

Pour joindre Caroline Nolet
caroline_nolet@hotmail.com
819-764-5432

LE COLLECTIF DE SEPT-ÎLES SE RÉORIENTE

Ariane Dufour | *Directrice,* Collectif de Sept-Îles pour la santé des femmes | *Représentante régionale, Côte-Nord* CÔTE-NORD

Appelé le *Collectif de Sept-Îles pour la santé des femmes* depuis près de trente ans, ce nom ne correspondait plus exactement aux actions de l'organisme. Bien que nous nous préoccupions toujours autant de la santé sexuelle et reproductive des femmes, c'est à la demande de la clientèle que nous nous sommes orientées davantage vers la périnatalité. Nous avons entre autres pris la gestion du groupe d'entraide à l'allaitement local *À la source*. L'ouverture de la maison d'hébergement pour femmes enceintes a également contribué à rediriger notre mission. De Sept-Îles à Blanc-Sablon, en passant par Fermont, les femmes, couples, familles doivent toujours se déplacer à Sept-Îles pour recevoir des soins obstétriques ou pédiatriques. L'usure normale de la maison, vu son achalandage continu, nous montre que plusieurs travaux sont nécessaires dans la maison. La programmation régulière est en cours en plus de quelques nouveaux ateliers et activités, mais beaucoup d'efforts seront déployés pour la recherche de financement, afin d'effectuer plusieurs travaux sur la maison. Pour ce qui est du développement de la pratique des sages-femmes dans la région, le projet a été déposé, mais il y a peu de mouvement de ce côté. Ce sera donc un dossier à suivre. Voilà à quoi nous investirons nos énergies pour 2012 et 2013 !

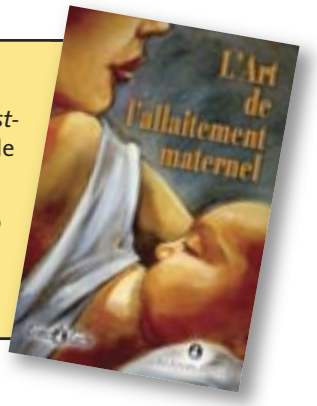
Pour joindre Ariane Dufour
alasource@cgocable.ca
418-968-2436

LECTURE COUP DE CŒUR DE VOTRE PORTE-PAROLE

L'Art de l'allaitement maternel de la Ligue La Leche, (traduction française de *The Womanly Art of Breastfeeding*, 7e édition). Il a été écrit par et pour les mères. J'ai bien envie d'ajouter « aussi pour le couple qui devient parents ».

Au-delà de l'information dont j'ai profité pour bien vivre mon allaitement, cet ouvrage m'a beaucoup appris et validé sur l'attachement, le quotidien, le lien avec le père...

Alexandrine Agostini



Le seul service de lavage pour vos couches éco !

Fonctionnement

- Choisissez vos couches lavables préférées chez votre détaillant favori.
- Contactez BBcolo Xpress afin de fixer le premier rendez-vous à domicile (inscription et première collecte de couches souillées).
- Laissez vos couches souillées à votre porte et récupérez vos couches propres 4 fois par semaine (selon l'horaire établi).

Contactez-nous

514 261 4283
info@bbcoloxpress.com
BBcoloXpress.com

Venez discuter avec nous!

Imaginez...
Pas de lavages, pas de longs entreposages de couches souillées, pas de mauvaises odeurs. Fini les corvées!

Tarifs

- Inscription Solo (1 enfant) 40$
  - Semaine BBcoloSolo 15$
  - Bloc 4 semaines BBcoloSolo 55$
- Inscription Duo (2 enfants) 60$
  - Semaine BBcoloDuo 23$
  - Bloc 4 semaines BBcoloDuo 83$

sans engagement!

UN PAS EN ARRIÈRE, UN PAS EN AVANT

Marie-Josée Racine | Porte-parole, Accès Sages-Femmes Baie-des-Chaleurs | Représentante régionale, Baie-des-Chaleurs

GASPÉSIE–ÎLES-DE-LA-MADELEINE

Depuis le dépôt de la pétition de 2 000 noms (pour l'accès à un service de sages-femmes dans la Baie-des-Chaleurs) au Directeur général du CSSS de la Baie-des-Chaleurs (CSSSBC), nous avons été informées qu'une demande de financement a été envoyée à l'Agence de la Santé et des Services sociaux de la Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine pour la réalisation d'une étude de faisabilité pour l'implantation de ce service dans la région.

Quelques mois plus tard, le collectif apprenait que cette demande du CSSSBC était acceptée et que le financement serait octroyé pour l'embauche d'un(e) chargé(e) de projet, pour une période de trois mois. Christine Roy, sage-femme, a donc été embauchée pour la réalisation de cette étude. Le document a été déposé officiellement au CSSSBC en février 2012.

Trois scénarios étaient proposés, dont celui d'embaucher trois sages-femmes afin de couvrir l'ensemble du territoire de la Baie-des-Chaleurs. C'est d'ailleurs ce scénario qui nous avait le plus séduites !

L'étude a ensuite été révisée par trois comités (Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens, Conseil des infirmiers et infirmières et Conseil multi-disciplinaire) qui ont remis leurs recommandations aux administrateurs du CSSSBC.

La réponse à notre demande a donc été présentée au CA du CSSSBC du 13 juin 2012, auquel nous avons assisté. Aucun des scénarios présenté par l'étude n'a été retenu par les administrateurs, qui proposaient plutôt l'embauche d'une seule sage-femme qui pratiquerait uniquement au centre hospitalier de Maria. Les administrateurs ont fait part des recommandations reçues des trois comités et il nous a paru très clair qu'elles résultaient d'une méconnaissance importante de la profession sage-femme.

Le collectif a réagi à cette réponse en présence des médias, signifiant qu'il était heureux de l'ouverture du CSSSBC pour la mise en place de ce service, mais qu'il craignait que l'OSFQ n'entérine pas cette proposition qui contraignait le champ de pratique de la sage-femme.

Nous avons également proposé la mise sur pied d'une table de travail avec une sage-femme afin d'obtenir un éclairage supplémentaire que notre collectif ne pouvait pas apporter.

Cette proposition a été acceptée. Il y a eu relâche pendant l'été, puis nous avons récemment appris que le CSSSBC avait fait une demande à l'Agence pour obtenir du financement pour l'implantation du service de sages-femmes. Parallèlement, le directeur du CSSSBC nous a assuré que la table de travail se met actuellement en place et qu'elle tiendrait sa première rencontre avant les Fêtes.

Une représentante de notre collectif y siégera ainsi qu'une sage-femme de la maison de naissance de Mont-Joli, qui a connu une situation similaire à la nôtre (grand territoire, faible nombre de naissance) lors de l'implantation du service. Ça progresse !

Pour joindre Marie-Josée Racine
sagesfemmesbdc@yahoo.ca
418-759-3938

UN NOUVEAU COLLECTIF VOIT LE JOUR EN GASPÉSIE

Mia Larochelle | Porte-parole, Accès Sages-Femmes Côte-de-Gaspé | Représentante régionale, Côte-de-Gaspé

GASPÉSIE–ÎLES-DE-LA-MADELEINE

Le collectif Accès sages-femmes Côte-de-Gaspé voit le jour en septembre 2011, soutenu par le collectif Accès sages-femmes Baie-des-Chaleurs qui milite depuis plus de quatre ans dans le sud de la Gaspésie. Le nouveau collectif réunit des citoyens sensibles à l'importance du libre choix du professionnel de la santé et du lieu d'accouchement.

Beaucoup d'efforts sont alors déployés pour sensibiliser les citoyens à la cause. Une pétition demandant l'accessibilité au service de sage-femme dans la Côte-de-Gaspé est lancée et, moins de six mois plus tard, plus de 1 000 signatures sont présentées au CSSS. À cette occasion, le collectif dépose sa demande officielle à la direction du CSSS : ses membres souhaitent la création d'une table de travail où prendraient place les différents intervenants de la région en matière de périnatalité. Cette démarche a pour but de mener une réflexion collective afin de cibler les réels besoins de la population, cela avec une vision communautaire. En parallèle, le collectif demande la réalisation d'une étude de faisabilité d'insertion du service dans la région et, finalement, la prise en charge par le CSSS de la sensibilisation à la pratique des sages-femmes et à l'accouchement hors centre hospitalier.

En mars, la troupe de théâtre gaspésienne La bande à Cyprine présente les *Monologues du Vagin* au profit d'Accès sages-femmes Côte-de-Gaspé. Enfin, les membres n'auront plus à débourser de leurs propres poches pour financer les activités du collectif !

En novembre 2012, le collectif attend la prise en charge du dossier par le CSSS, espérant que cela se fasse dans les plus brefs délais. Il est encourageant de souligner que, contrairement à la réalité de la Baie-des-Chaleurs, les médecins et obstétriciens de la région supportent le collectif dans ses démarches. C'est dans un esprit de collaboration qu'Accès sages-femmes Côte-de-Gaspé souhaite que le projet voie le jour.

Dans la Côte-de-Gaspé, les femmes qui souhaitent vivre un accouchement avec un médecin en centre hospitalier reçoivent un service humain et adéquat. Par ailleurs, de plus en plus de gens sont sensibles au fait qu'il n'existe aucune autre alternative pour les femmes et les familles qui souhaitent vivre la naissance autrement.

Pour joindre Mia Larochelle
mialarochelle@gmail.com
418-360-4025

MOT D'ENFANT

Alors qu'il a frappé son petit frère : « Moi, j'voulais pas, mais c'est mon cerveau qui m'a dit de le faire. »

MOBILISATION POUR LES SERVICES PÉRINATAUX AUX ÎLES !

Audrée Cossette | Représentante régionale, Îles-de-la-Madeleine

Un vent de renouveau souffle aux Îles-de-la-Madeleine et il risque d'être particulièrement bénéfique pour les familles madeliniennes! En effet, à l'automne 2012, un regroupement citoyen s'est créé dans le but de discuter de la réalité des services actuels en périnatalité et d'identifier des idées nouvelles afin d'optimiser ces services. Depuis, quelques rencontres ont eu lieu et les objectifs se précisent. La *Politique de périnatalité 2008-2018* préconisant une approche axée sur la normalité, la ligne directrice de nos démarches est effectivement de concevoir la maternité et la naissance comme étant des phénomènes naturels et physiologiques. Il faut redonner aux femmes la confiance et le pouvoir de donner naissance à leur enfant et encourager l'autonomie des familles dans ce processus. On doit donc soutenir et accompagner les mères et pères et ainsi valoriser la compétence parentale.

Plusieurs parents ont soulevé la problématique de l'absence de continuité dans le suivi, notamment dans la dernière année où le Centre hospitalier faisait appel de façon mensuelle à des « médecins-dépanneurs ». Toujours selon la *Politique de périnatalité*, le MSSS « entend améliorer l'accès aux services de périnatalité et en garantir la continuité durant toute la période périnatale, toujours dans le respect de l'autonomie de la femme et des parents, et dans le respect de leurs choix ». Un travail intéressant peut donc être fait en ce sens afin de trouver des solutions durables pour respecter ces directives.

De plus, les parents souhaitent également obtenir un plus grand soutien et être mieux informés, leur permettant ainsi d'être plus en confiance, de pouvoir mieux se préparer et de rendre cet événement le plus positif possible. D'ailleurs, nos observations, mais également celles de certains professionnels de la santé du milieu, nous démontrent une hausse très marquée des interventions lors des accouchements (déclenchements, péridurales, césariennes) dans les dernières années. Nous souhaitons faire la promotion d'une approche physiologique de la naissance en informant mieux la population, mais aussi par la sensibilisation du personnel œuvrant en périnatalité et en élargissant les options autres que médicales et pharmaceutiques pour la gestion du travail et de l'accouchement ainsi qu'en adaptant le lieu de naissance pour mieux répondre aux besoins des familles.

Finalement, il est très important pour nous que les familles de la région puissent avoir le choix du professionnel de la santé qui les accompagnera lors de la grossesse et de l'accouchement, ainsi que le choix du lieu de naissance, ce qui n'est pas le cas actuellement.

Entre autres, le groupe souhaite faire de la sensibilisation et de l'information, notamment en mettant en place un centre de documentation, en organisant des activités (conférences, diffusion de films, ateliers, soirées témoignages, ateliers, etc.) et en offrant éventuellement soutien et accompagnement par le biais de causeries, d'un service d'écoute et soutien, d'accompagnement et de relevailles.

À nous maintenant d'unir nos forces et de travailler ensemble à faire évoluer les choses !

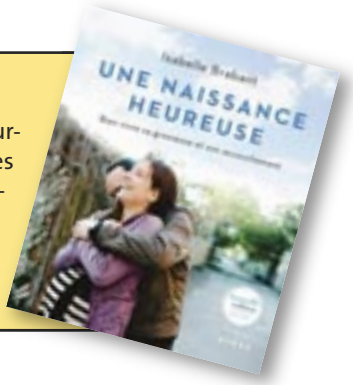
Pour joindre Audrée Cossette
a_cossette@hotmail.com

Coucher de soleil à faire rêver aux Îles-de-la-Madeleine

LECTURE COUP DE CŒUR DE VOTRE PORTE-PAROLE

Si je ne dois proposer qu'un seul livre, ***Une Naissance heureuse*** d'Isabelle Brabant est l'incontournable que je recommande à toutes les mères en devenir. Une richesse inestimable qui offre des choix sur ce dont nous avons besoin pour nous faire respecter et négocier avec les enjeux personnels, mais aussi médicaux, et ainsi prendre nos décisions pour toute la grossesse et l'accouchement. La troisième édition, entièrement mise à jour, a paru ce printemps.

Alexandrine Agostini



LES REVENDICATIONS SE POURSUIVENT

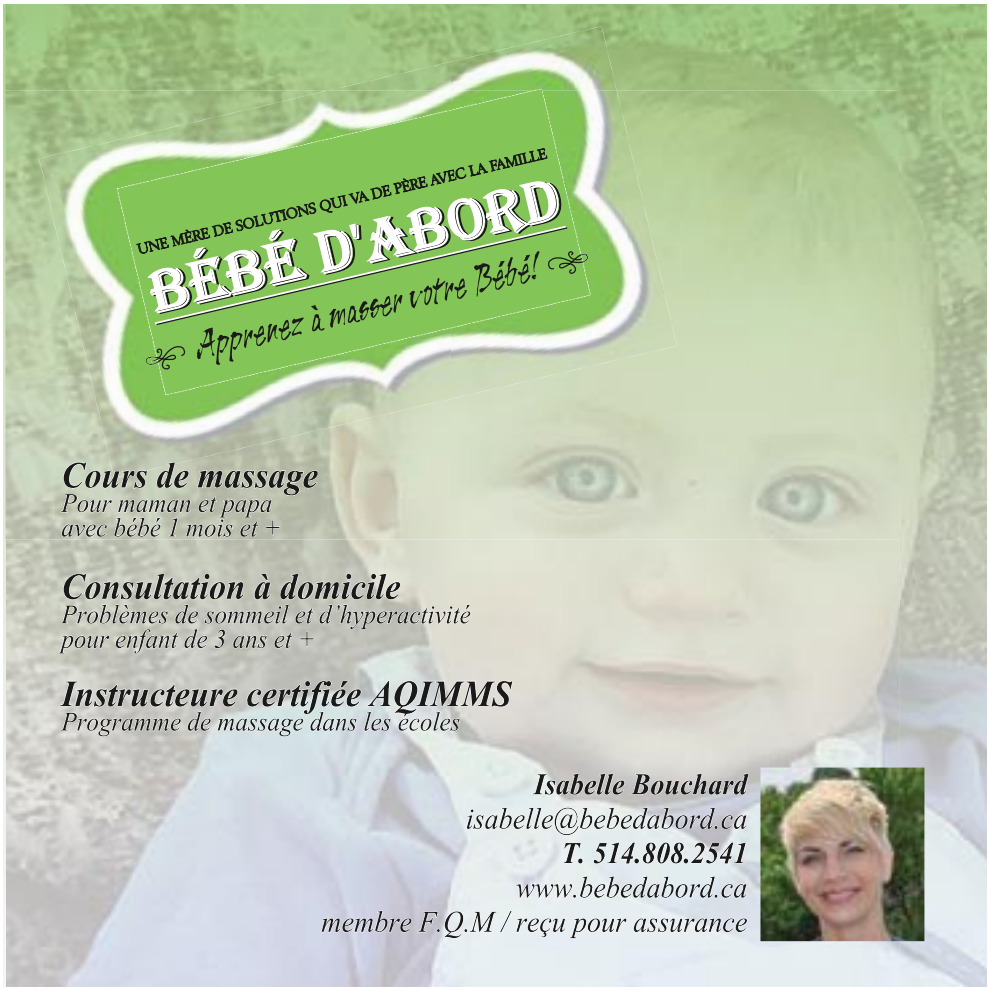
Caroline Guenette | Sage-femme en Beauce | Représentante régionale, Beauce

En Beauce, les prévisions nous permettaient d'espérer obtenir des services de sages-femmes pour le début de l'année 2013. Toutefois, nous avons appris à la mi-septembre que le projet soumis par le CSSS à l'Agence a été refusé ou, du moins, que certains éléments n'ont pas été acceptés. La date de début 2013 est donc reportée à une date indéterminée.

Le comité Sage-femme en Beauce a fusionné avec le comité de développement du Centre de ressources périnatales (CRP) de Beauce. Le comité a pour objectif de créer un CRP ayant trois volets : un volet communautaire (la base d'un CRP), des services de sages-femmes avec des chambres de naissance et un volet de périnatalité sociale (avec des professionnels de la santé). Nous avons travaillé d'arrache-pied pour monter un plan d'affaires et souhaitions commencer une concertation avec le milieu. Nous avons donc présenté notre projet au CSSS de Beauce et à la Maison de la famille de Beauce-Etchemins (MFBE). Nous avons appris entre temps que la MFBE a un projet très semblable, incluant la pratique de sages-femmes et la périnatalité sociale. Malheureusement, les deux points qui nous semblent les plus importants, soit la présence de chambres de naissance et l'adhésion au Réseau des CRP du Québec, ne font pas partie de leur projet.

Par contre, point très intéressant à noter, le projet de la MFBE commence par le volet périnatalité sociale avec la collaboration active d'un médecin de la région, la Dre Geneviève Caron-Fauconnier. Un service appelé *La Clinique du Roseau* est déjà en place comme projet pilote. Il s'agit de consultations prénatales en groupe avec un médecin et des intervenants de la MFBE (nutritionniste, etc.), dans les locaux de la MFBE. La MFBE souhaite étendre ce modèle par un centre périnatal regroupant les services de plusieurs organismes indépendants en périnatalité sous un même toit. Ce projet est appelé *La Grande Ourse*. La MFBE est présentement à travailler sur un plan d'action pour entrer en campagne de financement majeure pour financer la construction de locaux neufs adaptés à leur vision du projet. À noter que le CSSS prévoit déjà louer des locaux dans le milieu communautaire pour ses services de sages-femmes, et probablement avec la MFBE puisque ces deux acteurs ont déjà discuté de cette possibilité. Nous continuons à travailler pour que des chambres de naissance soit incluses dans le plan d'action. Nous n'avons pas eu de contacts depuis notre première rencontre, le 19 septembre dernier, mais nous avons bon espoir de pouvoir continuer à faire entendre les revendications des femmes.

Pour joindre Caroline Guenette
cguenette@globetrotter.net



MOT D'ENFANT

« – Maman, la montagne de Linda est à côté de l'école.

– Sa montagne ?

– Oui, sa montagne est à côté de l'école.

– Oui, tu as raison, le Mont-Royal est à côté de l'école.

– Non, c'est SON Royal !

– Non, c'est LE Mont-Royal ; c'est la montagne qui s'appelle LE Mont-Royal ! »

Après un moment, il demande :

« – C'est TON Royal ???

MOT D'ENFANT

« – Papa, à quelle heure j'vais grandir ? »

MOT D'ENFANT

Suite à la naissance du quatrième enfant, le deuxième dit :
« – Là, il faut qu'on arrête parce qu'on est trop ! »

MIEUX-NAÎTRE À LAVAL CONTINUE DE BRASSER DES AFFAIRES !

Stéphanie Béland | Administratrice, CA de Mieux-Naître à Laval | Représentante régionale, Laval

Mieux-Naître à Laval
Ensemble pour accueillir la vie

Depuis 2011, MNL n'a vraiment pas chômé. Suite à une réponse positive concernant notre demande de prêt au Réseau d'investissement social du Québec (RISQ) et de la demande de subvention à la Conférence régionale des élus (CRÉ), nous avons pu créer deux postes rémunérés.

L'équipe de Mieux-Naître à Laval est toujours à la recherche de nouvelles collaborations. C'est dans ce contexte que le 15 mai 2012, nous avons invité des personnes ciblées pour leur expertise particulière ou implication dans la communauté à un coquetel de présentation du projet.

Nous avions l'honneur de recevoir deux personnes bien importantes pour MNL qui ont pu partager leur enthousiasme envers le projet. Il s'agit de Jocelyne Guertin, conseillère municipale et membre du comité exécutif à la Ville de Laval, qui a confirmé l'extraordinaire offre d'un terrain pour installer le projet de MNL, et de Luc Lepage, directeur général sortant du CSSS de Laval, qui soutient activement le projet, notamment pour développer des alliances et des partenariats.

L'événement a réuni 25 personnes et les discussions tenues ce jour-là ont contribué à ancrer le projet et à nourrir l'enthousiasme à son égard. Deux nouvelles candidates, présentes au coquetel, sont venues à notre Assemblée générale tenue deux semaines plus tard et se sont jointes au conseil d'administration. De plus, de nouvelles collaborations se sont manifestées, notamment pour l'organisation d'événements de financement et pour soutenir le CA dans sa planification stratégique.

Un comité régional sage-femme ayant comme mandat de s'assurer d'une organisation de services de sages-femmes pour les Lavalloises a enfin été mis sur pied par l'Agence de Santé et de Services sociaux de Laval. Ce comité est composé d'une douzaine de personnes, dont deux sages-femmes... et cinq médecins ! Une chance que nous avons Lysane Grégoire qui en fait partie pour représenter MNL! Il y a eu trois rencontres de ce comité entre juin et octobre 2012. L'Agence souhaite rendre accessibles les services de sages-femmes pour les Lavalloises, mais gère en parallèle une autre problématique : le plus gros centre accoucheur du Québec, la Cité-de-la-Santé de Laval, n'arrive pas à fournir une offre de services minimale suffisante en obstétrique pour répondre adéquatement aux 4800 accouchements qui s'y déroulent annuellement. Nous sommes confiantes que le projet de MNL fait partie de la solution, car les sages-femmes pourront désengorger progressivement l'unité des naissances, mais d'autres améliorations s'imposent également.

Le 13 octobre 2012, Mieux-Naître à Laval tenait la première édition de l'événement *En marche pour les bedons !* Cette activité familiale a été l'occasion de faire connaître les services que compte offrir l'organisme tout en marchant ou en bougeant au rythme du zumba ! De nombreux partenaires et notre commanditaire exclusif, les aliments naturels et biologiques La Mère Poule, ont rendu possible ce rassemblement joyeux et mobilisateur. Nous sommes d'ailleurs très reconnaissantes envers La Mère Poule qui souhaite continuer à soutenir significativement le développement du projet. Une deuxième édition d'*En marche pour les bedons !* est déjà prévue pour le 24 août 2013 ! Nous vous invitons à mettre cette activité à votre agenda et à venir faire un tour au Centre de la nature de Laval l'été prochain !

Photo : Patricia Dumont, Ginko Studio

Lors du Forum social de Laval en novembre 2012, Mieux-Naître à Laval *a présenté une prestation artistique sous le thème* Ensemble pour accueillir la vie. *Catherine Vaillancourt, artiste maquilleur, a réalisé en direct une œuvre peinte sur le ventre de Caroline Ménard, notre modèle du jour. L'artiste s'est laissée inspirer par les concepts de l'entraide, de la solidarité et du rôle essentiel d'une communauté dans l'accueil d'une vie nouvelle.*

En bref, nous avons continué d'être aussi actives, que ce soit en participant aux fêtes de quartier de Laval, au Forum social de Laval, à l'émission de radio Co-Naître des étudiantes sages-femmes de l'UQTR, à l'émission Réseau Santé de la Télévision régionale de Laval ; en ayant des articles parlant de nous dans le journal local ; en rencontrant différents députés et toute personne qui pourrait collaborer au développement de notre beau projet.

Parlant de développement de notre projet, un poste rémunéré est devenu vacant, ce qui nous a permis de réfléchir à nos besoins et de créer un nouveau poste de directeur/directrice de développement philanthropique dont le mandat sera de développer les partenariats essentiels à la construction de notre centre sur le terrain offert par Ville Laval ; le scénario d'implantation prévoit une ouverture des portes au printemps 2014.

Vous pouvez voir plusieurs photos de nos événements sur notre page Facebook et suivre nos actualités sur notre site Internet.

Pour joindre Stéphanie Béland
stephaniebeland82@hotmail.com
450-412-1492

Photo : Patricia Dumont, Ginko Studio

Noémie et Émilie Coutu, fières et jeunes ambassadrices de MNL à En marche pour les bedons ! *Elles sont aussi les deux filles aînées de Stéphanie Béland qui a également deux fils : Justin et Nathan.*

LES EFFORTS PORTENT FRUITS

Emmanuelle Laurin | Accès Maisons de naissance Lanaudière | Représentante régionale, Lanaudrière
Véronique Boulé | Accès Maisons de naissance Lanaudière

Emmanuelle Laurin et bébé Ulysse

Accès Maisons de naissance Lanaudière milite depuis plus de six ans pour l'implantation des services de sages-femmes pour les femmes et les couples du territoire de Lanaudière ainsi que pour l'établissement de maisons de naissance. Plusieurs femmes de la région ont de la difficulté à trouver un médecin pour leur suivi de grossesse. De plus, la population de Lanaudière est grandissante et cette région a un des plus hauts taux de natalité au Québec. D'où l'importance de continuer à agir afin d'améliorer l'accessibilité au suivi de grossesse pour les femmes de la région. Les démarches en région avancent doucement, mais de bonnes nouvelles sont à venir. Le CSSS du sud de Lanaudière est réceptif aux besoins exprimés par la population. Un comité mis en place par l'Agence du CSSS a élaboré trois phases pour répondre aux besoins de la communauté. Lorsque la première phase sera lancée, selon la planification du projet, nous pouvons espérer que le processus s'échelonnera sur environ trois ans.

La phase 1 du projet prévoit l'implantation des services de sages-femmes sur le territoire du CSSS du sud de Lanaudière. C'est en collaboration avec la Maison de naissance du Boisé du CSSS de St-Jérôme qu'une équipe de sages-femmes ouvrira le suivi périnatal sur le territoire et les femmes auront le choix d'accoucher à domicile, à la Maison de naissance du Boisé ou à l'hôpital Pierre-Le Gardeur, et ce, dans l'attente d'une éventuelle maison de naissance sur le territoire. Il s'agit d'offrir prioritairement aux familles du sud de Lanaudière l'accès à ce service. Une équipe composée d'une responsable sage-femme, d'une agente-administrative, de six sages-femmes et de trois assistantes natales démarreront le service dans un local loué temporairement jusqu'à l'ouverture officielle de la Maison de naissance de Lanaudière. Le but est d'assurer le suivi périnatal et l'accouchement d'environ 120 femmes dont 60 accouchements à la Maison de naissance du Boisé.

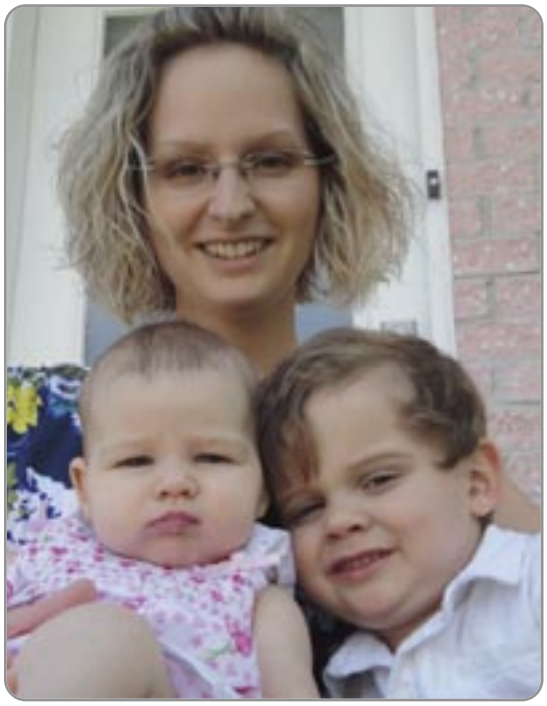
La phase 2 du projet vise à poursuivre le déploiement des services de sages-femmes par l'ouverture d'une maison de naissance sur le territoire du CSSS du sud de Lanaudière, soit environ un an après la phase 1. Cela permettrait d'offrir aux femmes et aux familles de Lanaudière l'accès à des services de sages-femmes avec la possibilité d'accoucher à domicile, à l'hôpital Pierre-Le Gardeur ou à la Maison de naissance de Lanaudière. Cette phase permettrait également d'offrir un lieu de stage ainsi que de formation pour les étudiantes sages-femmes de l'UQTR, pour les résidents en médecine familiale, pour les omnipraticiens et, finalement, pour les infirmières qui le désirent. Il est prévu que l'équipe du service de sages-femmes accueillera quatre nouvelles sages-femmes et deux assistantes natales supplémentaires pour un total de 10 sages-femmes et cinq assistantes natales, ce qui permettrait d'assurer le suivi périnatal d'environ 300 femmes de la région.

Finalement, la phase 3 du projet aura comme objectif de poursuivre les services déjà mis en place en élargissant un plus grand accès aux femmes du territoire nord de Lanaudière. Cela aura pour effet d'ajouter trois sages-femmes et au moins une autre assistante natale et d'assurer environ 400 suivis. Différentes modalités seront alors évaluées en concertation avec les partenaires du nord pour augmenter le plus possible l'accessibilité aux services.

Nous estimons que lorsque l'ensemble du projet de développement des services de sage-femme et d'une maison de naissance seront concrétisés, 10 % des femmes enceintes pourront alors bénéficier du suivi périnatal des services de sages-femmes de Lanaudière, ce qui équivaut à près de 525 femmes. Au final, nous avons espoir que les services de sages-femmes se déploient par une offre de services pour toute la région de Lanaudière afin que toutes les femmes puissent avoir la possibilité d'accoucher dans l'endroit qu'elles choisiront! Nous sommes optimistes quant à l'avenir des services de sages-femmes et nous remercions grandement le CSSS du sud de Lanaudière pour son désir d'offrir un plus vaste choix pour les femmes et les familles de notre région.

Vous pouvez nous suivre sur notre nouvelle page Facebook *Accès Maisons de naissance Lanaudière* pour connaître le déroulement de ce qui se fait dans notre région. Merci pour les efforts mis en place par les membres du groupe Accès Maisons de naissance Lanaudière ainsi qu'aux femmes qui ont aidé à la mise en place de ce projet !

Pour joindre Emmanuelle Laurin
Imanu_elle@hotmail.com
450-889-5410



Véronique Boulé et ses deux amours

DES SERVICES DE SAGES-FEMMES POUR LES LANAUDOISES

LANAUDIÈRE

NDLR : Nous reproduisons ici un extrait du communiqué de la ministre de la Santé et des Services sociaux paru le 18 février 2013 dernier.

La ministre Véronique Hivon annonce le déploiement de services de sages-femmes dans la région de Lanaudière

[...]

La ministre a précisé que, dans le cadre de la première phase de ce projet, des ententes prévoiront que les femmes pourront accoucher accompagnées d'une sage-femme, selon leur choix, au Centre hospitalier Pierre-Le Gardeur, à la maison de naissance du Boisé, à Blainville, ou encore à leur domicile. [...]

Ce volet du projet se réalise grâce à l'octroi à la région d'un budget de fonctionnement supplémentaire de 1 250 000 $, sur une base annuelle. Cette mise de fonds permettra notamment de rémunérer les sages-femmes et les ressources humaines complémentaires. Une somme non récurrente de 182 000 $ est aussi octroyée pour l'aménagement des locaux et l'achat du matériel requis dans le contexte de cette nouvelle offre de soins.

« Pour notre région, qui connaît une forte hausse de la natalité, cette action présente plusieurs avantages non négligeables. En plus d'offrir un plus grand nombre d'options aux femmes enceintes d'ici, elle témoigne d'une reconnaissance bien réelle de l'importance de la pratique sage-femme. Enfin, je tiens à remercier et à féliciter l'ensemble des partenaires de Lanaudière, qui ont fait preuve de toute l'ouverture et de toute la détermination nécessaires pour mener ce projet à bien », a conclu Mme Hivon.

SEPT ANS D'EFFORTS RÉCOMPENSÉS

Caroline Roch | Présidente, Accès Maisons de naissance Lanaudière

LANAUDIÈRE

NDLR : Nous reproduisons ici un extrait du message de Caroline Roch, paru le 19 février 2013 dernier.

Voilà, l'annonce officielle est faite. La phase 1 sera mise en place rapidement selon les dires des acteurs du milieu. Le poste de responsable sage-femme sera affiché dès la semaine prochaine. Par la suite, six autres sages-femmes seront engagées. Ils prévoient le début des suivis de grossesse pour cet été.

Le groupe se réjouit de cette nouvelle attendue depuis longtemps. Rappelons que le groupe travaille à ce projet depuis sept ans. Nous remerciements tous les acteurs, les appuis, les citoyens que nous avons croisés tout au long de cette aventure. Nous considérons qu'aujourd'hui nous avons eu une belle réponse à nos demandes. Nous nous considérons bénis, car le but du projet est respecté : Que les femmes de Lanaudière puissent avoir le choix de donner naissance à leur enfant dans le lieu qui leur convient (domicile, maison de naissance, hôpital). Avec la volonté des dirigeants que nous avons pu constater aujourd'hui, les services seront déployés à la grandeur de la région dans les prochaines années.

Le groupe met à la disposition de la communauté sa boite vocale. Donc, les femmes enceintes (quelles soient du nord ou du sud de la région) qui désirent bénéficier des services d'une sage-femme peuvent y laisser leurs coordonnées. Dès le moment venu, elles seront rappelées pour être redirigées au bon endroit pour s'inscrire.

Téléphone : 450-752-2572, poste 5025

UN 1 000e BÉBÉ NAÎT AVEC UNE SAGE-FEMME À SAINT-JÉRÔME

France Poirier | Agence QMI

LAURENTIDES

NDLR : Nous reproduisons ici l'article de France Poirier paru originalement le 1er août 2012 sous le titre Un 1 000e bébé accouché par les sages-femmes du CSSS de Saint-Jérôme.

Kélyane est née à 18 h 27 à son domicile de Saint-Jérôme et pesait 3 690 grammes. Les parents, Annie Collin et Sébastien Garneau, ont été accompagnés tout au long de la grossesse et pendant l'accouchement par Désirée Boudreau, sage-femme. Les femmes des Laurentides peuvent compter sur les services de sage-femme depuis février 2007, et celles qui le souhaitent peuvent avoir accès à la Maison de naissance du Boisé, située à Blainville, depuis décembre 2008.

Grâce à l'expertise des sages-femmes qui les accompagnent, elles peuvent vivre ce moment en toute quiétude, dans l'intimité d'une chambre, tout en bénéficiant des services et soins sécuritaires et de qualité de l'ensemble du CSSS de Saint-Jérôme [...].

« Nous constatons que 76 % des femmes privilégient la maison de naissance comme lieu premier d'accouchement, 22 % optent pour le domicile, et 2 % choisissent l'hôpital », a souligné Nathalie Nolin, directrice des communications au CSSSS Saint-Jérôme. Il est à noter qu'environ 25 % des femmes qui démarrent un suivi avec une sage-femme seront transférées à un médecin en cours de grossesse ou durant l'accouchement. Il est clair que ce service régional est en expansion et répond à une forte demande des femmes de la région des Laurentides.

Par ailleurs, l'équipe de sages-femmes reçoit régulièrement des stagiaires, médecins et infirmières qui viennent s'inspirer du modèle d'organisation de la Maison de naissance du Boisé de Blainville.

La maison de naissance est un reflet de la politique gouvernementale visant à permettre aux femmes de choisir le type d'accompagnement correspondant à leur désir quant au lieu de leur accouchement, soit en maison de naissance, à domicile ou à l'Hôpital régional de Saint-Jérôme.

Kélyane est le 1000e bébé à naître sous les soins d'une sage-femme depuis la mise en place du service de sages-femmes au CSSS de Saint-Jérôme.

ÇA GROUILLE D'ACTIVITÉS CHEZ PARENTISSAGE

Mélanie Dandurand | Membre, CA du Comité de parents ParentisSage de la MdN du Boisé | Représentante régionale, Laurentides

Eh oui, pour ParentisSage, l'automne est synonyme de nouveau départ, car notre équipe profite de l'été pour se reposer (hum...). C'est à l'automne que nous recommençons à offrir des activités et ateliers variés à nos membres. Cette année, nous avons débuté la saison avec notre désormais classique fête d'Halloween. Il semblerait que nous tenions la dernière édition dans la Maison de naissance, car au nombre de participants que nous avons eu cette année, la salle que nous utilisons devient trop petite ! Nous devrons donc voir plus grand l'an prochain !

Cette année, l'automne est également signe de renouveau pour nous ! En effet, le site Web de ParentisSage se refait une beauté ! Même notre logo subit une cure de rajeunissement !

Notre nouveau site Web est en ligne depuis janvier et permet entre autres de s'inscrire aux ateliers et activités directement sur la fiche de chacun d'entre eux. On peut aussi devenir membre de ParentisSage, s'informer et commenter des articles, publications ou autres documents que nous jugeons intéressants et pertinents en lien avec nos valeurs, et encore plus ! Nous désirons utiliser la toile plus intensément cette année. Nous avons également une nouvelle infolettre pour communiquer avec ceux qui veulent avoir de nos nouvelles ! Sans oublier notre page Facebook qui demeure un outil intéressant et apprécié de plusieurs.

Nous espérons également que le taux de fréquentation à nos ateliers augmente, car ceux de l'année 2011-2012 étaient très faibles (à l'exception de la fête de Noël, qui est toujours un succès). Une utilisation accrue de notre site Web et de notre page Facebook devrait nous aider en ce sens. D'ailleurs, nous vous invitons à venir nous visiter au www.parentissage.com et sur Facebook ! Au plaisir de vous croiser lors d'une activité !

Pour joindre Mélanie Dandurand
info@parentissage.com
514-239-0237

APRÈS PLUS DE 30 ANS : DES SAGES-FEMMES DANS LES HAUTES-LAURENTIDES

Michèle Turpin | Directrice, La Mèreveille, centre de ressources périnatales

Les membres du Comité Sage-femme des Hautes-Laurentides font des pressions depuis les années 80 pour que les femmes puissent accoucher dans le lieu de leur choix. Elles ont d'ailleurs participé à toutes les étapes de la création de la Maison de naissance du Boisé à Blainville. Les futures mamans des Hautes-Laurentides peuvent ainsi, depuis quelques années, aller y accoucher, mais doivent faire en moyenne 200 kilomètres de route pour s'y rendre.

Au début de novembre 2011, deux nouvelles sages-femmes ont été engagées à la Maison de naissance du Boisé afin de répondre à la fois à la demande en constante augmentation ainsi qu'au développement vers le nord, soit les Hautes-Laurentides. C'est ainsi que des discussions ont été engagées entre les directions de programme des CSSS de St-Jérôme et d'Antoine-Labelle. L'entente inter-établissement a été acceptée au Conseil de médecins, dentistes et pharmaciens (CMDP) de Mont-Laurier et au CA du CSSS de St-Jérôme en septembre dernier. On nous dit que le bureau de consultation pour les suivis avec sages-femmes sera ouvert d'ici peu dans les locaux du Centre de ressources périnatales La Mèreveille à Rivière-Rouge à titre de projet de démonstration. Une enseigne est même en cours de fabrication. On a bien hâte d'accueillir les premières sages-femmes, et nous vous ferons parvenir les photos de la première sage-femme en consultation chez nous, espérons-le, en janvier 2013 !

Flash de dernière minute : « Si tout va bon train, les sages-femmes seront à Mont-Laurier Rivière-Rouge le 13 décembre. Vous pouvez commencer à en faire la promotion !!! Bonne nouvelle. Si vous connaissez des femmes voulant se faire accompagner par une sage-femme, informez-les. Elles peuvent téléphoner à la Maison de naissance du Boisé pour s'inscrire au numéro de téléphone suivant : 1-450-431-8623. »

Pour joindre Audrey Parenteau, représentante régionale, Mont-Laurier

audreyparenteau@gmail.com

Mélanie St-Cyr explique aux enfants les différentes sortes de courges

Notre défi allaitement à la Plaza Paquette, lors de la semaine mondiale de l'allaitement maternel.

DES SERVICES À DÉPLOYER

Mouvement Maisons de naissance Montérégie (MnM)

MONTÉRÉGIE

NDLR : Nous reproduisons le communiqué de presse émis par le Mouvement Maisons de naissance Montérégie à l'occasion de l'ouverture de leur maison de naissance en octobre 2012.

Richelieu, le 12 octobre 2012, Le Mouvement Maisons de naissance Montérégie (MnM) se réjouit de l'ouverture de la première maison de naissance en Montérégie, aménagée dans les anciens locaux du CLSC de Richelieu. Le mouvement salue l'implication et le travail assidu de l'équipe du CSSS Haut-Richelieu–Rouville et des partenaires du milieu. Pour une première fois dans l'histoire de la Montérégie, des femmes ont accès à toute la gamme des services de sages-femmes. La mise en place du suivi sage-femme avait débuté en août 2011, avec la possibilité d'accoucher à domicile ou à l'hôpital. L'ouverture de la maison de naissance vient maintenant compléter l'offre des services de sages-femmes, en ajoutant ce troisième lieu d'accouchement.

Objectif : Cinq maisons de naissance en Montérégie.

Un peu plus de 300 femmes pourront bénéficier de la Maison de naissance de Richelieu pour leur suivi de grossesse et leur accouchement. Cependant, selon les données d'un sondage CROP, ce sont 1761 femmes de la Montérégie qui souhaitent obtenir un tel service. En plus de la Maison de naissance de Richelieu, quatre maisons de naissance supplémentaires seraient nécessaires pour combler la demande de la population.

Un plan de déploiement qui doit se réaliser

Le conseil d'administration de l'Agence de la Santé et des Services sociaux de la Montérégie (ASSSM) a adopté, le 24 novembre 2011, le Plan de déploiement de la pratique des sages-femmes en Montérégie qui prévoit l'implantation de cinq maisons de naissance en Montérégie d'ici 2020. L'ASSSM pourra compter sur le Mouvement Maisons de naissance Montérégie pour atteindre les objectifs. Parallèlement, le MnM continue d'offrir son soutien et son support aux communautés de la Montérégie désireuses d'entreprendre des démarches menant à l'ouverture des quatre prochaines maisons de naissance.

À propos du Mouvement Maisons de naissance Montérégie

Le Mouvement Maisons de naissance Montérégie est un mouvement citoyen, qui œuvre pour le développement des services de sages-femmes et l'ouverture de maisons de naissance sur le territoire de la Montérégie. Il agit dans le but de permettre aux femmes d'avoir le choix du lieu de naissance de leur enfant, mais aussi du professionnel qui assurera le suivi avant, pendant et après la naissance.

Pour joindre Kim Couture, représentante régionale, Montérégie
kim.couture@mam.qc.ca
514-572-5774

LA MAISON DE NAISSANCE ACCUEILLE SON PREMIER-NÉ

Claudy Laplante-St-jean

MONTÉRÉGIE

NDLR : Nous reproduisons ici l'article de Claudy Laplante-St-Jean du journal Vallée-du-Richelieu Express *paru originalement le 21 octobre 2012.*

On n'attendait pas le premier bébé de l'année, mais bien le premier qui naîtrait à la Maison de naissance de Richelieu. C'est le petit Vincent, qui s'est pointé le bout du nez le 16 octobre en soirée, qui a mérité ce titre ! Le garçon, qui pesait trois kilos 300 à sa naissance, est le premier bébé du couple de Belœilois Carolyne Trépanier et Alexandre Bemeur. « Les parents sont arrivés à 20 h 28 et la maman a donné naissance à un petit garçon à 22 h 24 », raconte Karine Trudeau, conseillère-cadre en communication au CSSS Haut-Richelieu–Rouville. La maman a choisi d'accoucher à la maison de naissance après avoir rencontré des sages-femmes au kiosque du Salon Maternité Paternité Enfants, au début de sa grossesse. Mme Trépanier a été charmée par le service plus personnalisé et humain qu'offrent les sages-femmes comparativement à un suivi donné dans un centre hospitalier.

Vincent, le premier bébé du couple de Belœilois Carolyne Trépanier et Alexandre Bemeur, est le premier enfant à naître à la Maison de naissance de Richelieu.

La maman a bien failli ne pas pouvoir profiter des services de la maison de naissance puisqu'elle devait accoucher alors que l'établissement n'était pas encore ouvert !

C'est l'équipe de sages-femmes composée de Sylvie Carignan et de Johanne Berthiaume qui a aidé le petit Vincent à voir le jour. Rappelons que plusieurs intervenants et dignitaires, dont le ministre de la Santé et des Services sociaux, Réjean Hébert, s'étaient déplacés pour applaudir chaleureusement l'inauguration de la maison de naissance à Richelieu, le 12 octobre dernier.

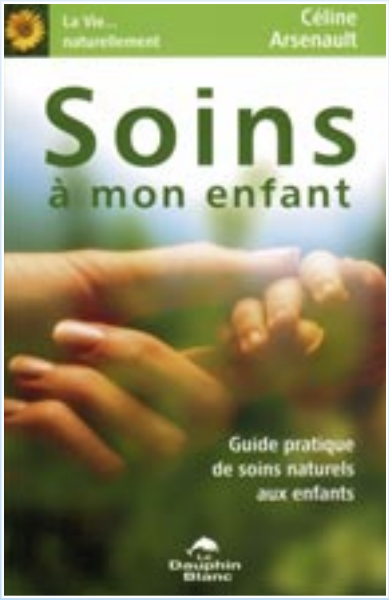
Première maison de naissance en Montérégie, ses six sages-femmes peuvent assister jusqu'à 240 accouchements par année. En plus des accouchements, la maison de naissance offre des services de suivis de grossesse ainsi que des activités de concertation et de transfert de connaissances.

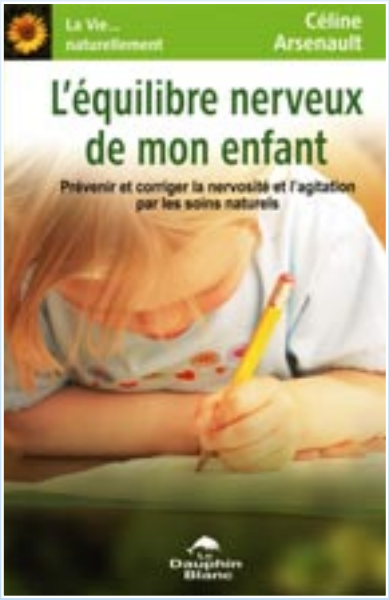
MOT D'ENFANT

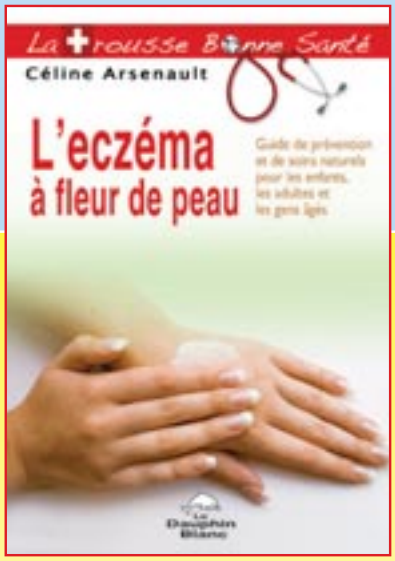
En parlant de sa gardienne : « Tu sais maman, Claire c'est une fille, mais elle a les cheveux à manches courtes ! »

La santé de votre famille vous tient à coeur, découvrez ces livres.

En vente dans toutes bonne librairies.







Un soutien au quotidien

www.celinearsenault.ca

Bulletin d'adhésion au Groupe MAMAN

PayPal™ Nouveau! Inscription en ligne et paiement PayPal maintenant disponible sur notre site groupemaman.org

☐ Oui, je veux adhérer au **Groupe MAMAN** et ainsi contribuer à la reconnaissance et à la promotion de l'autonomie des femmes en regard de leur maternité. Je recevrai aussi des infolettres par courriel ainsi que le ***MAMANzine*** par la poste.

☐ Je suis une nouvelle membre.

☐ Ceci est un renouvellement d'adhésion.

Note : *Comme nos activités sont faites bénévolement, on ne peut garantir la publication régulière des infolettres et du* **MAMANzine**.

☐ De plus, j'aimerais m'impliquer et donner un peu de temps pour les activités du **Groupe MAMAN** (témoignages, site Internet, médias sociaux, rédaction, événements, financement, envois postaux et autres projets).

nom

adresse

ville

code postal Tél.

courriel

contribution (15 $ minimum)

GROUPE maman
Mouvement pour l'Autonomie dans la Maternité et pour l'Accouchement Naturel

Pour votre contribution financière, faites votre chèque à l'ordre du *Groupe MAMAN* et postez le tout à :
Groupe MAMAN | 7844, avenue des Érables | Montréal (Québec) H2E 2R9

Laissez la super femme en vous s'exprimer en portant fièrement le super t-shirt du Groupe MAMAN !

Pour guider l'illustratrice Annie Boulanger, c'est d'abord l'idée d'une super héroïne qui nous a inspirées. Dès la première ébauche, Annie a su incarner la confiance dans l'attitude du personnage. Puis, tranquillement, l'image de cette super femme a pris forme : sûre et fière d'elle-même, naturelle, confiante, le regard porté vers l'avenir et pressentant l'imminence de ce moment intense, prodigieux et tout à la fois si normal.

25$ + frais d'expédition

Visitez le **www.groupemaman.org** pour la fiche technique des grandeurs, les coûts d'expédition et les commandes en ligne (paiement Paypal disponible). Des questions ? Écrivez à roxanne@groupemaman.org

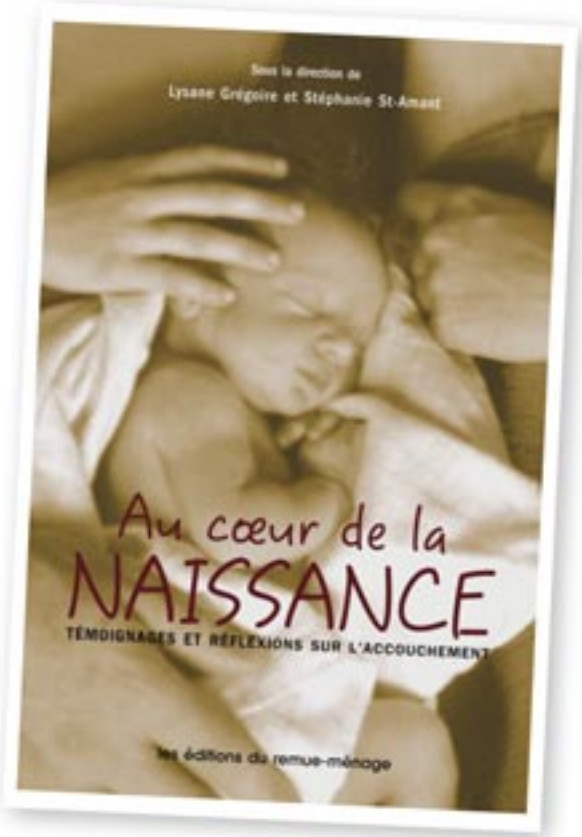
Le Groupe MAMAN a choisi un vêtement BLANK qui correspond à son souci de l'environnement et du respect des travailleurs. Modèle pour femme uniquement

BLANK
100% gossé au Québec

Alexandrine, votre porte-parole qui redoute les aiguilles.

Les publications du Groupe MAMAN

S'offrent si bien en cadeaux!



Au cœur de la naissance

Témoignages et réflexions sur l'accouchement

Sous la direction de
Lysane Grégoire et Stéphanie St-Amant

Des femmes, et quelques hommes, racontent leurs joies et leurs angoisses, leurs appréhensions comme leurs heureuses découvertes liées à l'accouchement. Ces récits empreints d'émotions aident à mieux apprivoiser cette expérience qui en est invariablement une de transformation. Quelques textes de réflexion apportent un nouvel éclairage, souvent à contre-courant de la culture obstétricale dominante. Pour répondre à la demande, réimprimé en 2012 - également disponible en version numérique.

Près du cœur

Témoignages et réflexions sur l'allaitement

Sous la direction de
Lysane Grégoire et Marie-Anne Poussart

Allaiter, c'est bâtir une relation fondatrice avec son enfant. Des femmes témoignent de cette expérience intime et unique qui les a réjouies, même si l'allaitement n'est pas nécessairement toujours simple et facile. Quelques questions abordées : Comment intégrer l'allaitement dans un mode de vie contemporain? Que peut-on apprendre des femmes d'origines culturelles différentes? Quels sont nos rapports à la sexualité en lien avec l'allaitement? Comment envisager l'allaitement dans une perspective féministe ?

Disponibles en librairie ou sur Amazon.ca - N'hésitez pas à recommander à votre libraire de les maintenir sur ses rayons.

Pour plus d'informations www.groupemaman.org