

Newsletter N°2 - Eté 2013

Voici notre 2e newsletter. N'hésitez pas à en faire profiter vos ami-e-s, clientèle, en la diffusant via mail ou en l'imprimant. Un bel été à toutes et tous. Nous vous souhaitons bonne lecture! ✨

Accompagnement Global

Il existe divers façon d'envisager l'accompagnement de la grossesse et de la naissance:

- la prise en charge «classique», au cours de laquelle le couple va rencontrer plusieurs interlocuteurs (jusqu'à 24 selon certaines études) les différents acteurs périnataux (gynécologue,

sages-femmes, échographe, etc) ont chacun un rôle bien défini. Un bon accompagnement repose sur la coordination entre ces différents intervenants.

- l'accompagnement global, avec une sage-femme avec laquelle vous établirez un contact privilégié et qui servira de référent. Elle se chargera de votre grossesse et du suivi postpartum du début

à la fin. Vous pourrez évidemment voir d'autres intervenants à tout moment, un tel l'accompagnement permet d'établir une relation de confiance avec la personne de votre choix. Il permet un meilleur suivi de votre situation personnelle.

L'accompagnement global peut être envisagé que vous souhaitiez accoucher à domicile, en maison de naissance ou à l'hôpital. Choisir un accompagnement global c'est privilégier la continuité, l'écoute, la disponibilité. C'est aussi responsabiliser les parents.

Suite en page 2

Nos membres

Véronique Trabujo, co-responsable du centre de thérapies «Les Solstices» à Plainpalais, et membre du comité co-naître depuis 2 ans, mère d'un grand de 20 ans.

Après une vingtaine d'années de pratiques de bien être par le toucher et de développement personnel en groupe, elle développe son activité autour de la naissance il y a 6 ans. Elle rencontre Isabelle Challut du Québec et décide de rejoindre sa formation de doula en 2012. Elle accompagne des couples pendant leur grossesse depuis cette année: l'accompagnante à la naissance donne des informations objectives sur l'ac-

couchement physiologique. Cela permet aux parents de faire des choix éclairés et d'envisager un plan de naissance qui leur correspond.

En collaboration avec Julia Litzen de Lausanne, elle développe son travail autour de la récupération post-césarienne: elle propose des ateliers pour prendre soin de la cicatrice, des exercices pour renforcer les muscles du bas-ventre et du bas du dos, et pour s'occuper des émotions cristallisées lors de la césarienne.

Elle propose des techniques de massages actifs de récupération après les fausses couches, les interruptions de grossesse, les accouchements traumatisants (les césariennes, les épisiotomies, les

deuils périnataux). Elle propose également un accompagnement pour les femmes en désir d'enfant.. ✨



Les événements

Tentes rouges	ateliers de récupération post césarienne	Assemblée générale pour tous
3 Septembre - Genève	28 septembre - 10h00 - 12h00	29 septembre 2013 Assemblée générale - Brunch Brève présentation des professionnels présents
1 ^{er} Octobre - Lausanne	28 septembre - 13h00 - 15h00	
5 novembre - Genève	28 septembre - 15h30 - 17h30	
3 Décembre - Genève		

Newsletter N°2 - Eté 2013

Le rôle de la sage-femme :

- *avant la naissance*, elle constate la grossesse, la surveille médicalement, prescrit et effectue les examens nécessaires à sa surveillance, conseille la femme enceinte (hygiène alimentaire, éducation sanitaire etc...), assure la préparation à l'accouchement et à l'accueil de l'enfant.

- *à la naissance*, elle accueille la femme enceinte, l'accompagne pendant le déroulement du travail, surveille par des moyens cliniques et techniques l'état de la femme et du bébé, met en route toute technique susceptible de favoriser le bon déroulement de l'accouchement, pratique l'accouchement normal, l'examen et les soins immédiats du nouveau-né.

- *après la naissance*, elle assure la surveillance et les soins de la mère pendant 12 jours et ceux du nouveau-né pendant un mois, aide à l'allaitement, répond aux préoccupations familiales, effectue la rééducation périnéale, peut conseiller et prescrire une contraception.

Les sages femmes ont souvent une approche plus humaine et plus globale: beaucoup d'obstétriciens se limitent à la dimension médicale de la grossesse: la prise de poids, la tension, bébé va bien donc tout va bien. Une sage femme prend souvent plus le temps de vous écouter et de discuter avec vous de la façon dont vous vivez votre grossesse. Elle prend donc en charge l'aspect médical et votre bien être psychologique. Au fur et à mesure des rencontres vous vous sentirez plus en confiance et aborderez peut être avec plus de facilité des questions délicates.

Enfin, les sages femmes sont moins interventionnistes que les gynécologues: selon un rapport du Conseil canadien d'évaluation des projets pilotes des sages-femmes, datant de mars 1998, les chiffres montrent :

- Un taux de déclenchement de 5,5 % dans le groupe «sage-femme», contre 23,6 % dans le groupe «médecin»
- 10,6 % d'administration d'ocytocine, contre 42,4 %
- 21,8 % de monitoring foetal, contre 89,8 %
- 11,3 % de péridurales, contre 49,1 %
- 6,9 % d'épisiotomies, contre 36,5 %



Retrouvez co-naître

Accueil gratuit et médiathèque :

Les jeudis de 10h00 à 12h00

au Cabinet des Dix-Lunes - 7, rue de Chamonix - 1207 Genève

Renseignements :

+41(0)79 349 29 99 - Info@co-naître.ch - www.co-naître.ch

Les parents qui souscrivent une modeste cotisation de CHF 25.- par année bénéficient de la **gratuité sur la participation aux Tentes Rouges et à l'emprunt des livres**; ils ont également des réductions sur nos diverses prestations.

Où trouver un accompagnement global?

Maternité Genève
gyneco-obstetrique.hug-ge.ch

Association Bien-naître
www.bien-naître.ch

Toutes les maisons de naissance

Arcades
www.arcade-sages-femmes.ch

L'association du mois

Naît-sens est une association de parents et de professionnels de la région Lausannoise qui souhaitent promouvoir la naissance physiologique



Signez la pétition des SF pour une naissance physiologique sur www.nait-sens.ch