

# Solutions

## Des ateliers pour apprendre à être père

Valérie Geneux

**A**ccueillir un nouveau-né peut se révéler un véritable tsunami dans la vie des hommes non avertis. Depuis la fin d'août, la Maternité des Hôpitaux universitaires de Genève propose des rencontres gratuites, intitulées «Devenir et être papa».

Tout part d'un constat clair: le monde de la naissance demeure principalement féminin. Du suivi mensuel pendant la grossesse aux examens médicaux de leur compagne, les pères en devenir rencontrent trop peu d'interlocuteurs pour répondre à leurs interrogations. «En général, c'est leur partenaire qui les informe, faute de trouver des intervenants neutres», indique Arnaud Mottet, homme sage-femme à la Maternité des HUG et animateur de ces rencontres. Mais il constate qu'aujourd'hui, la place du père dans la société a évolué. Les hommes se montrent de plus en plus présents dans les salles de naissance et veulent prendre part activement à l'éducation de leur enfant.

### La charge mentale bien présente

Lors des ateliers, animés par Arnaud Mottet et Gilles Crettenand, coordinateur du programme Mencare en Suisse romande, les hommes ont la possibilité de poser toutes les questions qu'ils souhaitent. Les thématiques liées au jour J, à l'allaitement, à la sexualité au sein du couple ou encore au fonctionnement d'un bébé sont abordées sans tabou.

«Ce n'est pas un cours didactique, mais une rencontre entre individus, plutôt informelle, lors de laquelle la parole peut se libérer», explique l'homme sage-femme. Les questions les plus fréquentes relèvent de l'ordre logistique, du type «Quel est le moyen de transport préconisé pour se rendre à la Maternité?» Il y a aussi des interrogations plus concrètes, par exemple comment aider sa compagne lors des contractions.

La paternité est un moment où les pères



Arnaud Mottet, homme sage-femme depuis douze ans et animateur des rencontres «Être et devenir père», organisées par la Maternité des HUG.

### Le problème

La périnatalité est une affaire de femmes où les futurs pères ont parfois de la peine à trouver leur place. La paternité demeure, pour certains d'entre eux, un concept confus. Comment puis-je participer à l'accouchement? Que se passe-t-il dans le corps de ma compagne? Qu'est-ce que la charge mentale? Les nombreuses questions qu'ils se posent restent sans réponse faute d'interlocuteur adéquat.

res comprennent qu'ils deviennent responsables d'un enfant, souligne Gilles Crettenand, et qu'ils peuvent lui apporter de l'attention et le soigner. «Développer une relation affective bilatérale entre un père et son enfant et s'occuper de la santé de ce dernier permet de créer un véritable lien», poursuit-il. Avec l'arrivée d'un bébé, le fait de devoir penser à tout, tout le temps, et le surmenage qui en découle sont aussi un des thèmes abordés.

Le défi à relever est moins une répartition totalement égalitaire des tâches domestiques qu'un partage des responsabilités pour chacune d'entre elles. Concrètement,

les futurs parents devraient s'accorder sur qui fait quoi. La tâche est alors pensée et organisée de A à Z par son responsable, et l'autre n'a plus besoin de s'en soucier. «Quand les pères comprennent cela, le couple s'en trouve beaucoup plus équilibré en termes d'énergie», constate Gilles Crettenand. Répartir ces charges mentales avant l'arrivée de l'enfant reste primordial.»

### Devenir pleinement acteur

Arnaud Mottet observe que les participants sont déjà bien informés au sujet de la paternité avant le début des ateliers.

«Ils ont en tête plein de notions et arrivent avec des questions claires.» Aujourd'hui, les hommes s'impliquent, ils sont présents, mais ce n'est pas suffisant.

Selon les formateurs, les pères doivent passer d'une place passive de spectateur à un rôle actif auprès de leur enfant. «Nous les engageons à avoir un projet de naissance en commun accord avec leur compagne et de se faire le porte-parole des envies du couple», indique Arnaud Mottet. «Se faire confiance mutuellement dans sa nouvelle fonction de parent se révèle être la clé du succès», conclut Gilles Crettenand.

### Le dessin par Herrmann



### Encre Bleue La poésie en étendard

Il y a des mots qui tuent. D'autres qui apaisent et dans lesquels on peut se ressourcer. J'ai un faible assez marqué pour la seconde catégorie...

Cette semaine va débiter chez nous, comme dans une centaine de pays répartis un peu partout sur la planète, une action qui a pour nom «La poésie est le chemin de la paix». Vaste programme s'il en est, initié par le «World Poetry Movement».

Des poètes liront ainsi leurs écrits en Libye comme en Norvège, en Bolivie et en Namibie, en Chine, en Colombie ou en Azerbaïdjan. Avec des mots de toutes les langues et de toutes les cultures qui résonneront loin à la ronde.

«Il est essentiel que toutes les forces de la poésie dans le monde s'unissent pour défendre la vie et les peuples, pour renforcer la résistance et l'espoir, la fraternité et l'étreinte de tous les êtres humains dans l'heure dure et difficile qui nous enveloppe», proclament les organisateurs de l'événement. Le poète a toujours raison, disait déjà Aragon...

Au bout du lac, cette action mondiale est relayée par les lectures-performances qui viendront adoucir les

grisailles de ces prochaines semaines. Ces cinq soirées se dérouleront en des lieux différents. Ce jeudi 14 novembre, c'est au CodeBar (10, rue Baulacre) que les amateurs se rendront à 19 h pour une heure d'évasion poétique. Ils se retrouveront le mercredi 27 à la librairie Payot de la gare Cornavin à 18 h puis à la galerie Andata-Ritorno (rue du Stand 27), le jeudi 5 décembre à 19 h.

Ce n'est pas encore assez? On peut continuer le marathon poétique pour la paix le jeudi 12 décembre à 19 h à housevenT (rue des Gares 27) ainsi que le mercredi 18 décembre à La Galerie, sise à la rue de l'Industrie.

Ces lectures gratuites sont ouvertes à tout le monde. Il suffit de se rendre sur place, d'ouvrir grand ses oreilles et de se laisser porter par les mots...

Julie

Retrouvez les chroniques de Julie sur [www.encrebleue.tdg.ch](http://www.encrebleue.tdg.ch) ou écrivez à [Julie@tdg.ch](mailto:Julie@tdg.ch)