

Nouveau-né, nouveaux défis: quand une naissance révèle des fragilités

PARENTALITÉ Les difficultés financières ne sont souvent que la partie visible de l'iceberg. Derrière une demande d'aide se profilent fréquemment d'autres réalités: grossesse inattendue, séparation, logement trop exigu, perte d'emploi ou isolement familial.

PAR JOËLLE ANZÉVUI

L'arrivée d'un enfant est généralement synonyme de joie, de projets et de nouveaux repères à construire. Mais cette étape de vie, aussi heureuse soit-elle, peut aussi fragiliser l'équilibre financier, professionnel et relationnel d'un couple. Entre baisse temporaire des revenus, frais supplémentaires liés au logement ou à la garde, et nouvelles responsabilités, certains parents se retrouvent rapidement sous pression. «Les dépenses augmentent alors que les revenus ne suivent pas toujours au même rythme», résume Aferdita Bogiqi, conseillère en périnatalité au SIPE. «Certaines familles doivent réduire leur taux d'activité, adapter leurs horaires de travail, revoir leur projet professionnel. A ceci s'ajoute un certain temps de latence entre les démarches entreprises et le versement effectif de prestations. Les situations les plus délicates concernent souvent des personnes déjà vulnérables avant la grossesse.» Derrière une demande de subsides ou une question sur les allocations familiales, il peut y avoir une jeune mère isolée, un couple qui se sépare ou un parent qui ne sait plus comment concilier travail, logement et arrivée du bébé. Si une série de démarches ne peuvent être effectuées qu'après la naissance, il est toutefois possible de préparer le terrain. Allocations familiales, subsides d'assurance-maladie, reconnaissance prénatale ou APG maternité, s'informer et connaître ses droits et les procédures s'avère utile. La communication de naissance remise par la maternité le jour même et transmise aussitôt à l'employeur, permet par exemple d'accélérer

ARRIVÉE DE BÉBÉ: 5 RÉFLEXES POUR GARDER LE CAP

1. PLANIFIER SON BUDGET

- Évaluer l'impact de la naissance sur les revenus et dépenses du ménage

2. ANTICIPER LES DÉMARCHES

- Allocations, subsides, permis de séjour, congés...
- S'informer sur les cours de préparation à l'accouchement et les aides disponibles

3. PENSER AU MODE DE GARDE

- Se renseigner très tôt sur la disponibilité en crèche ou chez une maman de jour

4. MOBILISER SON RÉSEAU DE SOUTIEN

- Famille, amis, voisins ou proches: l'entourage fait toute la différence durant les premiers mois

5. SOLLICITER DE L'AIDE SANS ATTENDRE

- Qu'elle soit financière, administrative ou psycho-sociale, chaque question mérite d'être abordée

«LES GENS ARRIVENT AVEC UNE QUESTION ADMINISTRATIVE ET DERRIÈRE, IL Y A PARFOIS TOUTE UNE VIE QUI VACILLE.»

AFERDITA BOGIQI

des démarches administratives. «Pour les jeunes parents encore en formation ou au début de leur parcours professionnel, l'anticipation est essentielle. Un rendez-vous au SIPE est aussi l'occasion de faire le point sur leurs compétences professionnelles, leurs perspectives de revenus et leurs besoins de formation, dans l'objectif de construire un projet viable à long terme.»

Une période de vulnérabilité

Pour les familles monoparentales, les très jeunes parents, les personnes migrantes peu familières avec le système suisse ou encore les ménages disposant déjà de faibles revenus, l'arrivée d'un enfant peut accentuer une précarité préexistante. Mais la vulnérabilité ne se limite pas aux questions financières. La naissance constitue aussi un bouleversement identitaire. Les futurs parents doivent apprivoiser un nouveau rôle, redéfinir leur équilibre de couple et trouver leur place dans une nouvelle organisation familiale. «Il est important de ne pas oublier que l'on reste aussi un couple et que chacun a besoin de moments pour soi et ensemble, ainsi que de repos», souligne la conseillère. «Comment assumer son rôle de parent lorsque l'on est soi-même encore un enfant ou un jeune?

Cette question revient régulièrement lors de grossesses non planifiées.»

Activer un réseau de soutien

Les centres SIPE proposent un accompagnement gratuit et confidentiel en périnatalité et aide à la grossesse pour les futurs et nouveaux parents. Ces prestations s'adressent à toutes les familles, quelle que soit leur situation économique, jusqu'à la première année de l'enfant. Leur rôle ne se limite pas aux seules informations administratives. Les conseillers évaluent les besoins, orientent vers les ressources adaptées et coordonnent, si nécessaire, l'intervention de différents partenaires. Cette approche globale permet également de détecter rapidement les premiers signes de dépression pré ou post-partum et de faire appel à des professionnels spécialisés. «Il ne faut jamais attendre que des difficultés s'installent. Solliciter anticipativement un rendez-vous permet d'identifier des solutions et de mobiliser les ressources disponibles.» ●

Infos: www.sipe-vs.ch

FOCUS

Le SIPE ouvre des passerelles

Lorsqu'une solution de garde devient nécessaire, l'Association Réseau des Parents d'Accueil à la Journée (ARPAJ) ou les crèches communales sont une solution. Pour les parents épuisés par les nuits entrecoupées des premiers mois, le Berceau propose son service «Fée Dodo»: un professionnel se rend au domicile pour prendre temporairement le relais auprès du bébé et permettre aux parents de récupérer. Les questions de logement peuvent également devenir centrales à l'arrivée d'un enfant. ImmoSolidaire peut ainsi aider les personnes confrontées aux difficultés de logement, à trouver un ha-

bitat adapté à leur situation familiale et facilite les contacts avec les gérances. L'association SOS Futures Mères intervient auprès des femmes enceintes ou des jeunes mamans confrontées à des difficultés matérielles ou sociales, notamment par une aide concrète à l'arrivée du bébé. Le réseau mobilisé par le SIPE comprend aussi les sages-femmes, gynécologues, pédiatres, maternités, psychologues et psychiatres ainsi que diverses associations d'entraide. Des structures comme Tables du Rhône, les Colis du Cœur, SOS Enfants de chez nous, Secours d'hiver et autres associations ap-

portent un soutien ponctuel aux familles en difficulté, sous forme alimentaire, matérielle ou participative à des frais liés aux enfants. «Au cœur de ce réseau, le SIPE joue un rôle d'écoute, de diagnostic, d'information, d'orientation et de coordination» conclut Aferdita Bogiqi. ●



AFERDITA BOGIQI.
CONSEILLERE
EN PERINATALITE
AU SIPE

PARTENAIRES

DSSC Service cantonal de la santé publique
www.ws.ch/sante

Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis
www.promotionsantevalais.ch

LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE
LUNGENLIGA WALLIS
www.liguepulmonaire-vs.ch

POUR EN SAVOIR PLUS...



UN PODCAST POUR MIEUX COMPRENDRE ET AGIR POUR SA SANTÉ, À RETROUVER SUR MONPODCAST.CH