



La lettre de Petite Émilie

N° 57 – Avril 2020

Édito

L'ensemble de la population mondiale est désormais impacté dans ses modes et rythmes de vie par la propagation du COVID-19. Entre confinement pour la majorité, implication massive des professionnels soignants, mais aussi continuité des activités liées à la chaîne alimentaire (de la production à la distribution), à la propreté, ou à la sécurité, dans des conditions encore jamais connues jusqu'alors.

Petite Émilie aussi, à la petite échelle de sa vie associative, en connaît les impacts. L'assemblée générale prévue au 21 mars a été annulée et devra s'organiser à une autre date, non encore définie. Les grandes orientations de ses actions pour 2020 devront attendre encore quelques semaines pour être définies et validées par ses membres. Un certain nombre de manifestations sont aussi annulées / reportées, notamment les congrès de professionnels de santé (puéricultrices, sages-femmes, spécialistes de médecine périnatale...) initialement prévus au printemps 2020. Toutefois, une partie de l'activité se poursuit : le forum reste un espace de parole toujours modéré, et la boîte courriel de l'association reste disponible pour vos questions et demandes diverses.

Parce que cette période est particulière pour tous, empreinte de craintes et d'incertitudes, elle est encore plus difficile pour ceux et celles d'entre nous qui traversent un deuil périnatal, et/ou qui préparent l'arrivée de leur bébé. Aussi, nous proposons dans cette lettre le regard de plusieurs acteurs, professionnels ou parent : Régine, sage-femme échographiste dans un service de diagnostic anténatal, de Morgane, pédopsychiatre, et de Florine, qui s'apprête à accueillir son bébé. Merci à elles.

Prenez soin de vous.

Clarisse BEAUVOIS

Sommaire

*COVID-19 deuil et grossesse :
Conseils et expériences*
p. 2

Actualités
p. 8

Les portraits
p. 9

Les anniversaires
p. 10

Gardons le contact
p. 11

COVID-19 deuil et grossesse : conseils et expériences

Ce mois d'Avril sera marqué par une lettre d'information un peu particulière, faite dans l'urgence d'une situation qui nous a surpris et pris ... nos habitudes, notre rythme, nos certitudes.

L'agenda de l'association Petite Emilie s'est trouvé chamboulé : l'Assemblée Générale qui aurait dû se tenir le 21 mars a été reportée. En conséquence la lettre d'information du mois d'Avril qui se caractérise par un compte rendu de L'AG et des textes dédiés aux activités de l'association et de ses membres sera aussi reportée.

Dans l'attente, nous vous proposons un thème de fond lié à l'urgence sanitaire COVID-19 deuil et grossesse : conseils et expériences.

LE COVID-19 A LA MAISON, PETITS CONSEILS AUX FAMILLES :

La période « hors norme » que nous traversons peut parfois faire surgir d'étranges liens avec le passé pour le parent endeuillé. Décès brutaux et irrationnels touchant les proches, projections d'un avenir commun stoppées en plein élan, deuil compliqué par l'absence physique de la famille ... Autant de moments vécus parfois lors de la perte de notre enfant. Ajouté à cela le confinement pouvant générer un sentiment d'isolement, une anxiété pour soi et ses proches et un ennui propice à de longues pensées, certains parents peuvent éprouver une réactivation du deuil de l'enfant décédé. Ces réactions sont normales : la répétition d'un traumatisme vient rappeler l'expérience passée, celle d'un cauchemar devenu notre réalité.

Certains parents endeuillés, au contraire, se placent en spectateurs avertis : désolés que d'autres découvrent si brutalement qu'on ne peut pas se protéger de tout ni préserver les gens qu'on aime. Que la justice ou l'équité n'ont pas de place lorsqu'on se bat contre un ennemi sans la moindre volonté sinon celle de la vie.

A tous les parents endeuillés, seuls à la maison, profiter de ce temps suspendu pour prendre soin de soi et parler de ses difficultés comme de ses joies à ses proches plus « présents » malgré la distance imposée peut amener du positif.

Tenter de vivre le confinement-cocon plutôt que le confinement-prison : réorganiser son logement pour prendre soin de son espace psychique, créer de nouveaux rituels apaisants et reprendre ce qui a été laissé longtemps de côté...

Décider de vivre cette « parenthèse » comme un temps pour souffler, s'éloigner sans se justifier du mauvais, vivre rien que pour soi et chaque jour lister les bons moments de la journée passée.

Avec les enfants à la maison, certaines conversations autour du Covid-19 peuvent être difficiles à aborder, à comprendre ou à accepter. Néanmoins, en parler avec votre enfant est important. Cela peut même devenir positif et ouvrir la discussion à d'autres sujets importants, comme la mort.

Les enfants sont influencés par le comportement de leurs parents et peuvent parfois être effrayés. Vous pouvez alors créer un environnement favorable où votre enfant peut poser des questions, où il se sentira écouté et accueilli dans ses ressentis et ses réactions. Pour autant, votre enfant peut préférer jouer à ses jeux habituels et ne pas savoir ce qui se passe dans le monde et c'est aussi ça la vie !

Il est important que les parents puissent écouter et répondre de manière simple, honnête et rassurante à leur enfant.

COVID-19 deuil et grossesse : conseils et expériences

Si votre enfant le souhaite, vous pouvez l'aider à trouver des informations exactes et à jour, en privilégiant les sources officielles mais en limitant le temps passé à la recherche d'informations (par exemple 1h par jour) car cela peut être source de stress pour l'enfant.

Ajouté au contexte sanitaire stressant, le confinement est également susceptible d'entraîner certaines difficultés chez l'enfant et les parents. La frustration, l'ennui, l'irritabilité, l'anxiété liés au confinement et à la perte de sa routine habituelle sont des réactions normales. De même que la tristesse et les craintes liées à sa santé et celle de ses proches, à l'isolement, le sont.

Pour diminuer l'anxiété, il est important de maintenir le contact avec son entourage (par téléphone ou vidéo). Echanger et parler avec ses proches de ses inquiétudes et de ses préoccupations, s'engager dans des activités agréables et créer de nouvelles routines pour stimuler sa créativité (DIY, potager d'intérieur). Respecter son hygiène de vie habituelle : garder des heures de sommeil fixes, prendre des repas réguliers, structurer sa journée (et le rythme scolaire), pratiquer une activité physique quotidienne sont des repères pour le corps !

Et puis n'hésitez pas à pratiquer des petits exercices d'apaisement (respiration diaphragmatique, relaxation musculaire, méditation, que vous pouvez trouver facilement sur internet).

Dans ce temps suspendu, il y a aussi de belles choses que vous pouvez partager avec votre enfant. La solidarité en fait partie. Il y a beaucoup de gens qui aident les personnes touchées par l'épidémie de Covid-19. C'est une bonne occasion de montrer aux enfants que lorsque quelque chose d'effrayant arrive, il y a aussi des gens pour aider.

Si la mort vient toutefois frapper à votre porte, d'une autre façon, votre enfant est capable d'entendre la vérité de la mort. Souvent, la façon la plus simple de lui en parler c'est d'évoquer la vie, sous toutes ses formes. L'enfant attend des réponses aux questions qu'il se pose. Certaines questions peuvent déstabiliser les parents, il ne faut pas hésiter à le dire.

Et surtout n'oubliez pas, cette période prendra fin et la vie normale reprendra son cours...

Morgane, pédopsychiatre à l'hôpital universitaire de Strasbourg

Bibliographie :

Covid-19, comment en parler à vos enfants, à votre famille ? Dispositif CoviPsy dans le département du Bas Rhin/ CHU R. Debré – Psychiatrie de l'Enfant et de l'Adolescent – Pr R. Delorme – Fiche ressources Soignants COVID 19 – 2020 - H. Poncet-Kalifa, Dr C. Stordeur/ www.mort-thanatologie-france.com/ Taking Care of Patients During the Coronavirus Outbreak: A Guide for Psychiatrists (Center for the Study of Traumatic Stress, CSTS)/

Helping Patients Manage the Psychological Effects of Quarantine and Isolation (CSTS)/

Supporting Your Family During Quarantine or Isolation(CSTS)/ The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. The Lancet.

COVID-19 deuil et grossesse : conseils et expériences

ECHOGRAPHIE OBSTÉTRICALE ET COVID -19

Avant d'exprimer mon sentiment sur une nouvelle organisation de travail, je veux rappeler que pendant la pandémie :

- Le suivi échographique habituel de la grossesse (une échographie de dépistage par trimestre),
- Les échographies dites de diagnostic ou entrant dans le cadre d'une pathologie materno-foetale,
- Les contrôles habituels pour les grossesses gémellaires à la fréquence appropriée sont maintenus.

Ainsi, j'assure avec mes collègues et les médecins du service, de façon aménagée certes, mon travail de dépistage et d'expertise échographique.

Les recommandations publiées par le Collège Français d'Echographie Fœtale et le Collège National des Gynécologues Obstétriciens Français, dans le souci de contribuer à ralentir l'extension de l'épidémie de COVID-19 et d'atténuer ses effets, pour la pratique de l'échographie obstétricale et fœtale ont modifié mes habitudes de travail. :

- Dès que je prends mes fonctions dans le service, je dois m'accommoder à l'atmosphère lourde et pesante qui règne dans l'établissement. Chaque personnel en nombre réduit, regarde son ou sa collègue d'un air suspect, craignant de voir surgir le « virus » à chaque bout de couloir. Les salles d'attente sont vides, pas plus d'une personne à la fois et le temps d'attente doit être le plus court possible.
- L'absence d'accompagnant au cours de l'échographie est acceptée plus ou moins difficilement. Cette mesure justifiée et stricte annule en une fraction de seconde tous les efforts fournis en amont pour améliorer l'approche de la périnatalité.

Quelques patientes sont déçues voire tristes et vivent cet isolement comme un « non partage » de leur grossesse : exclusion du père, non concrétisation par le père de l'enfant vivant.

D'autres patientes, et c'est une majorité, très compréhensives continuent à être soulagées de venir me voir, leurs conjoint(e)s respectent les consignes sans problème.

Au cours de l'échographie ou au cours des entretiens dans le cadre des interruptions médicales de grossesse, une certaine complicité pleine d'émotion et d'écoute s'élabore entre la patiente et moi. La patiente est attentive et très réceptive. Mon rôle de sage-femme en tant qu'informatrice, en tant que membre accompagnant et de soutien prend à mon sens toute sa valeur.

Pour faire face à l'absence de l'accompagnant, j'accepte, si la patiente me le demande de réaliser une petite vidéo, ou un partage téléphonique avec le ou la conjoint(e) (Activité cardiaque, mouvements actifs, face, profil, membres), même si cela n'est pas recommandé pour des raisons médico-légales –L'échographie, je le rappelle, doit rester un acte médical.

L'enregistrement complet de l'examen m'est impossible car d'une part la patiente est concentrée uniquement sur son enregistrement vidéo et d'autre part, le fait de filmer entraîne sur moi une certaine tension qui me déstabilise et me déconcentre.

Au décours de certaines échographies de dépistage, je suis amenée à réaliser une consultation obstétricale, afin d'éviter un futur déplacement à la patiente : un petit défi intéressant est donc à relever car cela fait quelques années déjà que je n'ai pas fait de consultations obstétricales adaptées à chaque patiente et au terme de la grossesse (déclaration de grossesse, prescription des différents examens de laboratoire,

COVID-19 deuil et grossesse : conseils et expériences

prescription de médicaments). Mon sens des responsabilités m'oblige à accompagner le mieux possible la patiente.

Le respect de consignes d'hygiène a alourdi mon travail. Le lavage fréquent des mains, le port de masques et de gants jetables, le nettoyage après chaque passage d'une patiente de la table d'échographie, du clavier de l'échographe, des surfaces exposées et des sondes d'échographies, la désinfection fréquente des poignées de porte, du bureau, de la chaise, du clavier et de la souris de l'ordinateur sont des gestes indispensables mais très contraignants et représentent une surcharge de travail non négligeable. Je préférerai passer plus de temps à écouter, informer et à soutenir la patiente dans son projet de naissance.

Je suis ambivalente quant à l'aménagement de mon temps de travail. Je suis très contente de me rendre à la maternité pour exercer mon métier le plus humainement et professionnellement possible malgré toutes les contraintes que les recommandations vis à vis du COVID 19 obligent et d'autre part, lorsque je suis à mon domicile, confinée, je ne peux pas lâcher prise et me sens inutile.

Je participe avec mes collègues de l'équipe soignante ainsi qu'avec la bonne coopération des patientes à un effort collectif qui je l'espère nous permettra de sortir le plus rapidement possible de cette période difficile pour tous et toutes.

Régine, Sage-femme échographe depuis 2003
Dans un Centre Pluridisciplinaire Prénatal de la région Bourgogne Franche-Comté.

COVID-19 deuil et grossesse : conseils et expériences

TEMOIGNAGE :

Samedi 14 mars au soir : fermeture officielle des restaurants, mon cher et tendre reçoit un mail, pas de travail jusqu'au 31 mars minimum. Samedi 14 mars au soir : je fais la danse de la joie. Depuis mon IMG en avril dernier, je n'ai pas repris le travail. Je suis tombée enceinte à la fin de mon congé maternité et au début de mes recherches d'un nouvel emploi. Sans compter qu'une semaine après mon test positif, mon père a fait un AVC. Je ne me suis donc pas sentie la force de gérer le stress de la grossesse, les problèmes familiaux et la pression d'un nouveau boulot. J'ai même eu une grosse phase de rechute et de dépression.

Depuis, j'ai repris du poil de la bête. Petit à petit, j'ai continué à faire des pas : j'ai construit un nouveau projet professionnel, j'ai été très bien suivie pour cette grossesse à risque, j'ai entamé de nouveaux projets de vie... Et surtout ma fille va bien (7 mois de grossesse espoir). Je suis sortie de ma bulle et depuis quelques temps déjà, je suis prête à retrouver une vie sociale. Sauf que je n'ai presque plus d'amis depuis un an, pas de collègues, pas envie de renouer des liens avec des gens « qui ne savent pas ». J'attends donc avec impatience la naissance de ma fille et tout le chamboulement qu'elle va apporter dans notre vie puis la reprise d'un travail en fin d'année. Je suis d'attaque, je me vois affronter le monde avec mon ange et ma fille comme force et motivation au quotidien. En attendant ce « renouveau », je commence à trouver un peu le temps long. Donc samedi 14 mars au soir, je fais la danse de la joie en pensant que je ne vais pas être seule à la maison pendant 2 semaines minimum.

A ce moment-là, je ne me rends pas du tout compte de la gravité de la situation, pour moi, coronavirus = simple grippe encore inconnue au bataillon, on en fait tout un plat, les médias en rajoutent, les politiques mentent, bref, intox et détox.

2 jours plus tard, le confinement est déclaré. A la radio, à la TV, sur les réseaux sociaux, partout, on ne parle QUE du Coronavirus et du confinement. Les informations fusent, les chiffres grimpent, on a tous un proche contaminé ou un proche qui connaît quelqu'un qui est malade, les décès augmentent dangereusement, le personnel soignant tire la sonnette d'alarme et transmet son angoisse, l'horreur à laquelle il est confronté. On appelle 4 fois par jour ses proches pour s'assurer qu'ils ne se sont pas faits cracher dessus, on apprend que des gens perdent la boule en dévalisant les magasins, en abandonnant leur animal, en essayant de « douiller le système ». On entend des histoires hallucinantes de personnes qui agressent les gens dans la rue en menaçant de leur éternuer dessus, qui lèchent les barres de métro, qui volent des masques. On écoute les politiques qui continuent leur blabla mais on ne comprend pas bien quand, comment, pourquoi... On nous dit qu'on aura une amende si on sort de chez nous sans attestation, on nous dit de ne pas s'approcher les uns des autres à moins d'un mètre, on nous dit que les hôpitaux s'engorgent, que l'épidémie se propage vitesse grand V parce que les gens ne respectent pas le confinement, qu'on en vient à choisir la vie ou la mort par des pourcentages de chance de survie.

Quelques jours plus tard seulement, je mets 5 heures à faire mes courses en ligne face à la saturation des sites, je raisonne ou plutôt dispute mon père qui veut sans cesse sortir pour un oui pour un non au point d'être méchante avec lui pour qu'il comprenne le risque, je ne fais presque plus rien de mes journées, je crise contre mon conjoint pour rien, j'apprends des nouvelles de mes connaissances dans le médical qui me terrorisent, je passe ma journée sur les actualités, la panique me gagne. **J'ai tout d'un coup très peur pour mes proches. Et si mes parents étaient touchés ? et si mon conjoint l'était ? et si le virus se transmettait au bébé ?**

COVID-19 deuil et grossesse : conseils et expériences

et si bébé arrivait plus tôt que prévu et l'attrapait ? et si je devais accoucher seule ? et si ... et si ... ?

Je recommence à faire des cauchemars comme au temps de mon IMG : mes proches meurent, on diagnostique une maladie à ma fille, je revis le départ de mon ange... J'ai en même temps ce sentiment bizarre de me dire : « mais arrête de baliser, tu as perdu ton fils il y a un an, à côté, un confinement, ce n'est rien du tout ! ». Oui sauf que la peur de perdre de nouveau quelqu'un me hante et devient une obsession.

Au bout de quelques jours d'insomnies, je me dis « Stop, tu ne tiendras pas à ce rythme-là ». Depuis, j'ai changé d'attitude. En premier lieu, j'ai arrêté les actualités, la TV et les réseaux sociaux. Je ne m'autorise qu'un article de news par jour et bien sûr, les discussions avec mon conjoint ou au téléphone avec mes proches. Je me porte mieux sans trop en savoir.

J'ai repris un rythme convenable avec des horaires comme avant le confinement (on s'était complètement laissé aller en mode « vacances à la maison »), j'ai recommencé mes listes de tâches quotidiennes, je sors 30 min tous les 2 jours pour faire un tour (conseillé par mon gynéco pour limiter la prise de poids et faciliter l'accouchement). J'ai entrepris un grand nettoyage de printemps, je joue à des jeux vidéo avec mon conjoint (sa grande passion), je fais des travaux manuels et surtout, je profite de ma grossesse le plus possible. Par exemple, je chante des chansons à ma fille, je lui fais écouter de l'opéra, je lui fais des câlins, je lui crochète des couvertures et des bonnets, j'observe mon ventre. Bref, j'essaie de vivre en harmonie avec ma famille, ma maison et ce confinement.

On a aussi décidé avec mon conjoint de profiter de ce « temps d'arrêt » pour préparer l'arrivée de bébé. Là aussi, on a revu notre point de vue. Au début du confinement, j'avais les nerfs de ne pas pouvoir aller faire mon shopping bébé alors que j'étais enfin prête, je préférais aller voir les produits en direct dans les magasins etc. Et puis,

on a réfléchi et finalement, on est très content parce qu'on a plein de temps pour regarder ce qu'on souhaite. On fait des recherches sur internet, on compare les produits, on lit les avis, on se paume de sites en sites, on craque sur trop de trucs mignons... Un autre avantage, c'est qu'on est ensemble ! On va commander la chambre et Papa va pouvoir la monter sans stress et sans fatigue puisqu'il ne travaille pas alors que normalement il devrait énormément travailler en ce début de saison touristique. Bon bien sûr, il est moins payé et il ne va peut-être pas avoir de vacances mais pour l'instant, on préfère essayer de ne voir que le côté positif.

Enfin voilà, j'essaie de prendre un maximum de recul. Je cherche aussi à protéger ma fille d'un stress trop important. D'autant que côté grossesse et corona, il y a finalement peu d'informations fiables. Les études sont encore trop récentes et limitées pour donner des certitudes. Alors tant pis, je retourne dans ma bulle le temps du confinement car je ne peux pas gérer cette période étrange avec énormément de distance. D'ailleurs, une personne m'a fait remarquer les sensations similaires que l'on peut éprouver dans le vécu de l'IMG et le coronavirus : cette situation qu'on peut à peine contrôler, les jours insoutenables de peine et peur, le sentiment d'impuissance... Je le remarque d'autant plus car je ne vais pas pouvoir fêter l'anniversaire d'un an de mon ange comme je l'aimerais. Je ne pourrai pas aller au Jardin des Souvenirs, je ne pourrai pas aller faire « notre » balade en forêt. Je me suis résignée et j'ai déjà écrit à mon fils pour lui expliquer. J'espère qu'il comprendra, c'est ma manière à moi de lui dire que je ne l'oublie pas et que je l'aime, même si je ne ferai pas grand-chose en ce jour si précieux qu'est son anniversaire.

J'appréhende aussi de passer cette journée enfermée à la maison à cogiter, j'ai peur de faire une sacrée rechute. Mais bon j'ai appris à passer un jour après l'autre, on verra bien... Je

COVID-19 deuil et grossesse : conseils et expériences

pense que l'important est de trouver un équilibre entre s'occuper pour ne pas « sombrer » et se garder des moments de laisser aller total.

Côté suivi et grossesse, les rdvs sont limités au maximum. Les règles sont strictes : se laver les mains avant et après la consultation, arriver pile à l'heure pour limiter le nombre de personnes en salle d'attente, porter un masque si possible, ne pas venir accompagnée... Certains cabinets de gynécologues ou sages-femmes ont fermés, d'autres ne sont ouverts que pour les urgences ou suivis de grossesses, certains partagent entre téléconsultations et rdvs présentiels... Les horaires sont aussi susceptibles d'être modifiés pour espacer les rdvs. Pour ma part, j'ai annulé tous mes rdvs à l'hôpital (maternité). J'ai la chance d'avoir un gynéco hyper équipé donc j'ai gardé les rdvs en présentiel avec lui pour les échos et les contrôles mensuels. Je fais les cours de préparation à l'accouchement en visio avec ma sage-femme.

Dans tous les cas, il ne faut pas hésiter à appeler pour demander des renseignements. De même pour la maternité, ma sage-femme m'a conseillé de systématiquement appeler avant d'y aller. Selon elle, ils pourront analyser la situation et me conseiller au mieux : venir de suite en cas d'urgence ou dans 2 heures si cela peut attendre, ou aller voir mon médecin traitant, ou les rappeler le lendemain etc... C'est le mieux à faire d'une part car ils sont débordés et d'autre part pour éviter les déplacements inutiles. Appeler leur permet de nous orienter et/ou prévoir notre arrivée.

Pour l'accouchement, les procédures varient selon les maternités. Certains interdisent les papas en salle de naissance, d'autres les testent et les autorisent s'ils ne sont pas porteurs du virus, d'autres autorisent d'office les deux parents. Par contre, pas de visites de proches à la maternité et un retour à la maison dès que possible. De même, il ne faut pas hésiter à appeler pour demander la procédure de sa maternité, sachant que ça

évolue selon l'épidémie. Ma sage-femme m'a aussi conseillé de demander si l'entrée de la maternité ou des urgences étaient au même endroit que d'habitude car certains pôles sont dorénavant exclusivement réservés aux patients contaminés et l'organisation de l'hôpital peut en être modifiée.

On est en plein pic de l'épidémie, je viens d'apprendre que ma grand-tante de 96 ans était à l'hôpital, je suis enceinte de bébé espoir et évidemment inquiète. Bref, je mentirais en disant que tout va bien et que je gère cette période apocalyptique avec facilité. Pourtant, je suis convaincue que je dois m'attarder davantage sur le positif : le temps passé dans les bras de mon homme, les rires avec ma sage-femme parce que nos chats respectifs se mêlent de notre conversation, d'anciens amis qui reprennent contact après des années (ils doivent sacrément s'ennuyer !!!), les liens renforcés avec les gens qu'on aime parce qu'on prend plus de nouvelles, la préparation de la chambre de ma petite, le puzzle Disney géant fait avec son papa (en seulement 3 jours !!), le choix des couches lavables ou jetables, les premiers jours du printemps avec les oiseaux qui chantent et les premiers rayons de soleil, les bougies allumées et les casseroles tapées aux fenêtres tous les soirs, la solidarité, le retour à l'essentiel... Je pense que ceux qui vivent ou ont vécu un deuil périnatal peuvent se sentir compris en ce moment. Car, nous, on sait déjà que ce qui compte plus que tout, c'est la santé et l'amour. Et j'ai bon espoir qu'avec cette crise planétaire, beaucoup de gens en (re)prennent conscience.

Florine

Actualités

18èmes journées du collège national des SF de France

Les 20 et 21 janvier 2020 se sont tenues les 18e journées du collège national des sages-femmes de France, à la cité des sciences et de l'industrie (Paris – 19e). Une fois encore, ce congrès a été l'occasion de promouvoir les actions de Petite Emilie. Cette édition a également permis à Morgane, Florine et Amanda de présenter auprès des professionnels de santé présents, les valeurs de l'association.

Clarisse

AG 2020

Reportée à une date à définir

Journées de médecine fœtale

Reportées en novembre 2020

Journées nationales d'étude des puéricultrices du 17 au 19 juin à Lille

Reportées du 13 au 14 novembre 2020

Portrait

Florine

Je m'appelle Florine, j'ai 27 ans. Je suis mamange d'un petit garçon prénommé Lenny, né sans vie le 16 avril 2019 suite à une IMG pour syndrome polymalformatif. Je suis aussi future maman d'une petite courgette prévue pour début juin.

Quand nous avons appris que notre fils était malade, je suis tombée de haut, de très très haut, comme beaucoup. Pour moi, ça n'arrivait qu'aux autres, pour moi, c'était rarissime. J'ai appris depuis que de nombreux parents sont confrontés au dur choix de l'IMG, à la perte de leur enfant, au deuil périnatal.

Les jours qui ont suivi l'annonce du diagnostic, j'ai très peu dormi. Je me rappelle me lever dans la nuit et aller chercher des informations sur Internet. J'avais ce besoin de savoir, de comprendre. Quelle était la maladie de mon petit garçon ? Est-ce que certains s'en étaient sortis ? Puis, une fois la décision prise d'interrompre la grossesse, mais c'est quoi exactement une IMG, ça se passe comment ? Il faut penser à quoi ? Comment on l'accompagne notre petit bout ? On a le droit à quoi ? Est-ce qu'il souffre ? Est-ce qu'on va s'en remettre, nous parents ? etc...



J'ai vite compris à travers mes recherches nocturnes que pour à peu près toutes les questions, le forum de la Petite Emilie avait des réponses. Des parents que je trouvais (et trouve encore !) très courageux, partageaient leur expérience, expliquaient ce qu'ils avaient mis auprès de leur ange, un doudou, une lettre, un body..., s'ils avaient choisi de le voir ou non et pourquoi, ce qu'on pouvait faire à la maternité, ce qu'on allait nous demander, ce que l'on ressentait les premiers jours d'après... Cela a été salvateur, je n'ai aucun regret par rapport à mon IMG. J'ai fait tout ce que je pouvais avant et pendant, et je continue encore aujourd'hui sur le long chemin du deuil. L'association a agi à la fois comme conseillère, soutien, guide et espoir.

Après ce qu'elle m'a apporté, je ne pouvais que chercher à participer à mon tour, pour aider comme on m'a aidé. De plus depuis ce drame, je ressens le besoin de donner aux autres, j'ai profondément changé et j'ai promis à mon fils d'essayer de faire le plus de bien possible autour de moi. J'aimerais aussi montrer l'exemple à ma fille et qu'elle soit fière de sa maman, fière de notre histoire de famille un peu particulière. Peut-être au fond que c'est aussi une manière de me prouver que je n'ai pas perdu mon fils « pour rien ».

Cela faisait également plusieurs années que je cherchais une cause à défendre, j'ai trouvé celle qui me correspond. J'ai pu rencontrer récemment les membres de l'équipe au cours d'une réunion et l'esprit d'entraide, de tolérance et de bienveillance qui en a émané m'a conforté dans mon souhait.

J'ai donc proposé mon aide pour la lettre d'information trimestrielle et pour les formations. Je devrais également intégrer le conseil d'administration prochainement ce qui me permettra de m'impliquer pleinement dans les activités et décisions de l'association. J'espère pérenniser le travail formidable que l'association a accompli et continue d'accomplir chaque jour ; et ainsi apporter ma petite pierre à l'édifice en rejoignant l'aventure !

Anniversaires

Nous attirons votre attention sur le fait qu'il est nécessaire d'inscrire votre enfant chaque année sur le formulaire disponible sur le lien ci-après, afin qu'il soit cité dans la lettre d'information de Petite Emilie.

<http://petiteemilie.org/2015/04/11/une-pensee/>

Avril

- Le 1 : Selena enfant de Virginie et Éric
- Le 2 : Raphaël enfant d'Amélie et Arnaud
- Le 2 : Rose enfant de Marjorie et Adrien
- Le 2 : Gabriel enfant de Sophie et Jérôme
- Le 3 : Théophile enfant de Juliette et Régis
- Le 3 : Marie enfant de Céline et Anthony
- Le 4 : Arthur enfant de Nathalie et François
- Le 4 : Lenny enfant de Lesly et Gilles
- Le 4 : Alice enfant d'Aurélie et Vincent
- Le 4 : Chloé enfant d'Emilie et Kevin
- Le 4 : Ange enfant de Christelle
- Le 5 : Margaux enfant d'Emilie et Nicolas
- Le 5 : Léana enfant de Pauline et Julien
- Le 5 : Emmanuelle enfant de Marie Josée et Jean Marie
- Le 5 : Elya enfant de Rosalie et Grégory
- Le 5 : Margaux enfant d'Emilie et Nicolas
- Le 5 : Ethan enfant de Pauline et Adam
- Le 5 : Louise enfant de Sophie et Antoine
- Le 5 : Clémence enfant de Cécile et Yann
- Le 6 : Noam enfant de Claudie et Pierre
- Le 7 : Martin enfant de Stéphanie et Éric
- Le 7 : Afia enfant de Vanessa
- Le 7 : Anaëlle enfant de Peggy et Sébastien
- Le 7 : Anaëlle enfant d'Elodie et Frédéric
- Le 7 : Nathanaëlle enfant de Sophie et Samuel
- Le 8 : Clément enfant d'Angélique et Laurent
- Le 8 : Aelig enfant d'Alexandra et Étienne
- Le 8 : Lilou enfant d'Émilie et Cédric
- Le 8 : Samuel enfant de Dora et Alban
- Le 8 : Clément enfant d'Angélique et Laurent
- Le 8 : Léo enfant de Marie et Aurélien
- Le 9 : Pauline enfant de Marion et Samuel
- Le 10 : Lydie enfant de Nathalie et David
- Le 11 : Manon enfant d'Ingrid et Yvon
- Le 11 : Léa Nour enfant de Nassima et Mohammed
- Le 11 : Théo enfant de Julie et Jean-Marie
- Le 11 : Camille enfant de Nathalie et Luc
- Le 12 : Célestin enfant d'Aurélie et Donni
- Le 12 : Tiago enfant de Tamara et Jérôme
- Le 13 : Céleste enfant de Céline et François
- Le 13 : Octavia enfant de Virginie et Anthony
- Le 13 : Aïssa enfant de Hyacinthe et Lassana
- Le 14 : Naïs enfant d'Amandine et Laurent
- Le 15 : Alex enfant de Laure et Lionel
- Le 15 : Alizé enfant de Céline et Thierry
- Le 16 : Lenny enfant de Florine et Grégory
- Le 16 : Gaétan enfant de Delphine et Roger
- Le 17 : Wyatt enfant de Laetitia et Michael
- Le 17 : Iris enfant de Kim-anh et Laurent
- Le 18 : Maxine enfant de Justine et Dylan
- Le 18 : Alina enfant de Maudet Pierre
- Le 18 : Marilou enfant de Céline et Nicolas
- Le 19 : Mathilde enfant de Laura et Pierre
- Le 19 : Milla enfant de Sonia et Jeremy
- Le 19 : Aurore enfant de Karine et Thierry
- Le 20 : Suzie enfant de Marie Anne et Maxence
- Le 21 : Léandre enfant de Géraldine et Bruno
- Le 21 : Pierre enfant de Marianne et Michel
- Le 22 : Anastasiya Kassirah Hope enfant de Griselda-Yasmina et Mickael
- Le 22 : Liora enfant de Dorothée et Franck
- Le 23 : Pierrot enfant de Virginie et David
- Le 23 : Gabrielle enfant de Nathalie et Mathieu
- Le 24 : Daphné enfant de Rose et Gérard
- Le 26 : Maiwenn enfant de Leslie et Jean-Yves
- Le 27 : Hanna enfant de Sophie et Rachid
- Le 27 : Nos jumeaux enfant de Vanessa et Luc
- Le 28 : Kéïsha enfant de Myriam et Charles
- Le 28 : Rose enfant d'Emilie et Julien
- Le 29 : Luciano enfant de Ophélie et Julien
- Le 29 : Paul enfant de Floriane et Nicolas
- Le 30 : Tom enfant de Fanny et Valentin

Anniversaires

Mai

- Le 1 : Thiago enfant de Julie et Fabien
- Le 2 : Ilana enfant de Julie et Romain
- Le 2 : Anaya enfant de Jennifer et Yohann
- Le 2 : Margaux enfant de Emilie et Christophe
- Le 2 : Lucy enfant de Roselyne et Rodolphe
- Le 2 : Manon enfant de Sonia et Guillaume
- Le 2 : Célestine enfant de Marie France et Régis
- Le 4 : Louise enfant de Claire et Romain
- Le 4 : Inès enfant de Mylène et Camille
- Le 4 : Louise enfant de Claire et Romain
- Le 4 : Nolan enfant de Stéphanie et Kevin
- Le 5 : Ayden enfant d'Emeline et Cédric
- Le 5 : Gabriel enfant de Emmanuelle et Jean
- Le 5 : Giulia enfant de Chiara et Fabio
- Le 6 : Camille enfant d'Aline et Nicolas
- Le 6 : Arthur enfant d'Océane et Aurélien
- Le 6 : Petit ange enfant de Virginie et Arnaud
- Le 7 : Lola enfant de Nathalie et Stéphane
- Le 7 : Zoé enfant de Jennifer et Guillaume
- Le 7 : Félix Claude enfant de Marthe et David
- Le 8 : Gabriel enfant de Léonore et Pierre-Manuel
- Le 9 : Clara enfant de Véronique et Sébastien
- Le 9 : Pierre enfant de Delphine et Frédéric
- Le 9 : Adam enfant de Sarra et Bechir
- Le 10 : Fannie enfant de Frédérique et Stéphane
- Le 10 : Nathan enfant de Jessica et Michaël
- Le 11 : Amy enfant d'Amanda et Denis
- Le 12 : Louaie enfant de Karima et Abdelkrim
- Le 12 : Swan enfant de Laetitia et Yannick
- Le 12 : Amina enfant de Marine et Rabah
- Le 13 : Marir enfant de Camille et Laurent
- Le 13 : Aimé-Circé enfant d'e Elise et Yann
- Le 13 : Léo enfant d'Anaïs et Lionel
- Le 14 : Elia enfant de Jessica et Laurent
- Le 14 : Léonie enfant d'Audrey et Alexandre
- Le 15 : Éléonore enfant de Julie
- Le 15 : Juliette enfant de Lucie et Grégoire
- Le 16 : Gabriel enfant d'Amandine et Benoit
- Le 17 : Lucie enfant d'Audrey et Philippe
- Le 17 : Aimée enfant de Julie et Jim
- Le 17 : Alexandre enfant d'Helene et Fabrice
- Le 19 : Louis enfant de Marion et Julien
- Le 19 : Cali enfant d'Emilie et Stéphane
- Le 19 : Rose enfant de Sandrine et Damien
- Le 19 : Paul enfant de Corinne et Damien
- Le 20 : Louison enfant de Rozenn et Laurent
- Le 20 : Noah enfant de Sandrine et Julien
- Le 21 : Antonin enfant de Magali et Pierre
- Le 21 : Thiago enfant d'Elodie et Alexandre
- Le 21 : Suzie enfant de Marie Anne et Maxence
- Le 22 : Lili enfant d'Elodie et Moustapha
- Le 22 : Maël enfant de Morgane et Bryan
- Le 22 : Dryss enfant de Betty et James
- Le 22 : Maëllya enfant de Jennifer et Kevib
- Le 23 : Léonie enfant de Géseline et Yan
- Le 23 : Lou enfant de Lily et Chris
- Le 23 : Théo enfant de Justine et Rémi
- Le 23 : Mylan enfant d'Emilie et Davy
- Le 23 : Romane enfant de Camille et Philippe
- Le 24 : Ambre enfant de Sophie et Benjamin
- Le 24 : Charlotte enfant de Danielle et Craig
- Le 24 : Théo enfant de Justine et Rémi
- Le 25 : Nathan enfant de Laure et Gaëtan
- Le 25 : Christopher enfant de Delphine et Christopher
- Le 26 : Ethan enfant de Bérangère et Fabien
- Le 27 : Luka enfant de Nahiara et Romain
- Le 28 : Hanaé enfant d'Eva et Maxime
- Le 28 : Eden enfant de Jennyfer et Vincent
- Le 29 : Hannah et Haley enfant de Anaïs et Xavier
- Le 29 : Adam enfant de Lucie et Adrien
- Le 29 : Louis enfant de Céline et Johnny
- Le 30 : Lena enfant de Marine et Marvin
- Le 30 : Amine enfant de Rachel
- Le 30 : Lise Étoile Marie-Louise enfant de Sylvie et Sylvain
- Le 31 : Jacques enfant de Charlotte et Thomas

Anniversaires

Juin

Le 1 : Tom enfant de Laetitia et Benjamin
Le 1 : Stan enfant de Sandra et Stéphane
Le 1 : Sacha enfant d'Anne Laure et Clément
Le 1 : Ethan enfant de Marion et Gwenaël
Le 1 : Fanny enfant de Sonia et Hervé
Le 3 : Nathan enfant d'Emilie et David
Le 3 : lilou enfant de Sophie et Sébastien
Le 3 : Marie enfant d'Estelle et Pascal
Le 3 : Juliette enfant de Virginie et Christophe
Le 4 : Rose enfant de Mathilde et Remy
Le 5 : Ulysse enfant de Cécile et Gabriel
Le 5 : Eloïse enfant de Lucile et Colin
Le 6 : Victor enfant de Hélène et Matthieu
Le 6 : Bradley enfant de Vanessa et Frédéric
Le 6 : Estelle enfant de Séverine et Laurent
Le 6 : Lucet enfant de Honorine et Aurèlie
Le 6 : Lily-Rose enfant de Véronique et David
Le 7 : Carla enfant de Marine et Thomas
Le 7 : James enfant d'Alexandra et Nicolas
Le 7 : Nathanaël enfant de Marion et Benjamin
Le 8 : Lucille enfant d'Emilie et Freddy
Le 8 : Marcel enfant de Malvina et Vincent
Le 9 : Joséphine enfant de Julie Anne et Olivier
Le 9 : Robin enfant d'Elodie et Frédéric
Le 10 : Maxime enfant de Muriel et Emmanuel
Le 11 : Jonas enfant de Laurie et Loïc
Le 12 : Tina enfant de Mylène et Cédric
Le 12 : Stella enfant d'Estelle et Jonathan
Le 13 : Octavie enfant d'Elodie et James
Le 14 : Victoire enfant de Camille et Florian
Le 14 : Timéo enfant de Delphine
Le 14 : Anouk enfant de Sabrina et Yoan
Le 15 : Léna enfant de Laure et Romain
Le 16 : Augustine enfant de Anne-Sophie et Gilles
Le 16 : Alix enfant de Marine et Pier-Lionel
Le 16 : Marina enfant de Laetitia et Sébastien
Le 16 : Alix enfant de Marine et Pier-Lionel
Le 16 : Rose enfant d'Aurèlie et Nicolas
Le 17 : James enfant d'Alexandra et Nicolas
Le 17 : Maëlie enfant de Pascaline et Frederic
Le 18 : Enzo enfant de Aline
Le 20 : Pierre enfant de Lucie et Benoît
Le 20 : Timothé enfant de Fanny et Steve
Le 20 : Youri et Younès enfants de Coralie et Jonathan
Le 20 : Clara enfant d'Emmanuelle et Renaud
Le 20 : Antonin enfant d'Angelina et Sébastien
Le 21 : Ellie enfant de Séverine et Manuel
Le 21 : Florine enfant de Gaëlle et Yannick
Le 22 : Julian enfant de Magaly et Xavier
Le 22 : Sandro enfant de Manon et Loïc
Le 22 : Léa enfant de Laetitia et Arnaud

Le 22 : Sandro enfant de Manon et Loïc
Le 22 : Gabrielle enfant de Diane et Baptiste
Le 24 : Estéban enfant d'Emilie et Aymeric
Le 24 : Silas enfant de Fanny et Benoit
Le 25 : Elisa enfant de Stéphanie et Denis
Le 25 : Zacharie et Nora enfants de Najat et Arnaud
Le 26 : Charline enfant de Christelle et Ludovic
Le 26 : Johakim enfant de Najat et Arnaud
Le 27 : Théo enfant de Sophie et Anthony
Le 27 : Julia enfant de Marianne et Yoann
Le 27 : Marius enfant de Julie et Flavien
Le 27 : Anton enfant de Jennifer et Patrice
Le 28 : Alice enfant de Perrine et Christophe
Le 28 : Adam enfant de Émilie et Sébastien
Le 28 : Loris enfant de Johanna et Hervé
Le 28 : Ély enfant de Marie Charlotte et Hervé
Le 29 : Rose enfant d'Aurèlie et Nicolas
Le 29 : Amandine enfant d'Isabelle et Nicolas

Gardons le contact

Réagir à la lettre d'informations rendez-vous :

Forum de l'association Petite Émilie

Pour les personnes confrontées à une Interruption Médicale de Grossesse et à un deuil périnatal

Vous ne recevez pas (plus) la lettre d'informations,
Vous voulez à votre tour proposer un texte, un sujet de fond que vous aimeriez voir traiter
Contactez-nous à l'adresse

petiteemilie@petiteemilie.org



Pour retrouver nos anciennes lettres d'informations, cliquez [ici](#).

Retrouvez-nous sur notre page Facebook, nos comptes Instagram et Twitter
Association Petite Emilie



Petite Emilie, c'est un site internet, un livret, des réponses aux questions des parents, des formations pour les professionnels..., mais Petite Emilie aujourd'hui, c'est surtout Evelyne, Laurence, Silvia, Clarisse, Justine, Marion, Valérie, Aline et quelques parents, professionnels, tous bénévoles... **et pourquoi pas vous ?**

Si vous souhaitez vous investir dans la vie de l'association (pas besoin d'un temps plein, chacun a sa vie, simplement besoin de bonne volonté et d'énergie !), nous accompagner sur un congrès, animer des formations, aider à la modération du forum, participer au conseil d'administration, ... **faites-le nous savoir [là](#) !**

L'équipe Petite Emilie