

**Zeitschrift:** Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband

**Band:** 91 (1993)

**Heft:** 12

**Artikel:** Préparation à la naissance : utile ou pas?

**Autor:** Déruaz-Bugnon, Martine / Martigny-Amstein, Anny / Extermann, Solange

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-950898>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 03.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Préparation à la naissance utile ou pas?

Afin de donner une note concrète aux termes de préparation à la naissance, nous avons donné la parole à 5 sages-femmes préparatrices qui participent au développement de la préparation à la naissance sur Genève. Il s'agit de Mesdames Martine Déruaz-Bugnon, Anny Martigny-Amstein, Solange Extermann, Christine Leimburger et Viviane Luisier.

### La section genevoise de l'ASSF prend position

Voici une année, la section genevoise de l'Association des sages-femmes suisses consacrait son assemblée du mois d'octobre à faire le point sur la préparation à la naissance à Genève. Cette soirée avait été précédée d'une rapide enquête qui donnait les résultats suivants:

#### ● *Le bouche-à-oreille, une information?*

Les sages-femmes intitulent toutes leurs cours «préparation à la naissance», avec parfois un sous-titre (cours pour les futurs parents, accompagnement du couple, etc.). Plus de la moitié des sages-femmes indépendantes comptent sur le bouche-à-oreille pour que les femmes connaissent leur activité.

#### ● *Qui donc est habilité à donner la P.N.?*

Les sages-femmes donnent comme but à leurs cours tous les contenus essentiels à notre profession (prévention, accompagnement, information, etc.). La plupart trouvent que les sages-femmes sont seules habilitées à donner des cours de préparation à la naissance, mais certaines d'entre elles relèvent le manque de formation des sages-femmes dans ce domaine. D'autres pensent que les sages-femmes ne sont pas assez nombreuses pour répondre à la demande. Ceci expliquerait en partie pourquoi les femmes enceintes ont recours à d'autres personnes pour se préparer à la venue de leur enfant. Les sages-femmes s'accommodent sans difficulté de cette réalité.

#### ● *Remboursement par les caisses...*

Toutes les sages-femmes sauf une estiment que la préparation devrait être remboursée par les caisses-maladie. Une d'entre elle pense cependant que l'assistance peut être un handicap à l'évolution personnelle.

Notre discussion a abouti à 3 propositions d'action, soit:

1. rafraîchir la liste des préparations à la naissance possibles à Genève et dispensées par des sages-femmes, en incluant les préparations proposées par la Maternité, l'hôpital de la Tour, et la clinique des Granges, afin de faciliter l'accès à la préparation pour les futures mamans et pour les professionnel(le)s qui les renseignent. Cette liste, qui devrait être remise à jour une fois par année, a été faite et envoyée à titre d'information à tous les gynécologues et à toutes les institutions de la ville susceptibles de recevoir des femmes enceintes;
2. mettre sur pied une formation pour la préparation à la naissance accessible aux sages-femmes, en termes économique et géographique. Ceci reste entièrement à faire;
3. imprimer une facture-type que toutes les préparatrices genevoises utiliseraient pour la préparation à la naissance, en y mettant leur tampon, afin d'exercer un contrôle sur le nombre de séances de préparation dispensées chaque année par l'ensemble des sages-femmes, et aussi sur le nombre de factures remboursées ou non par les caisses-maladie. Cette démarche est en cours.

### Conclusion

Le débat sur la P.N. est toujours d'actualité. Information, formation, enseignement, remboursement par les caisses-maladie forment un ensemble de questions qui ne sont pas résolues tant que les sages-femmes n'élaborent pas une attitude plus unifiée et déterminée. □

### Vers une baisse de la demande...

Martine Déruaz-Bugnon est sage-femme indépendante. Ses prestations: préparation à la naissance, consultation de grossesse, accouchement à domicile, post-partum ambulatoire, homéopathie obstétricale.

Martine constate, depuis quelques temps, une diminution de la demande pour la P.N. et suppose que cette baisse est due à l'offre de cours dans chaque clinique genevoise.

«Souvent les femmes préfèrent aller se préparer là où elles iront accoucher. D'autre part, les réflexions des femmes dont je m'occupe m'apprennent que bien des médecins, y compris les jeunes, pensent que la préparation est inutile». Les femmes qui suivent ses cours accouchent le plus souvent à la maternité de l'hôpital cantonal, et parfois à domicile. «Les femmes arrivent chez moi en général par le bouche-à-oreille. Pourquoi certaines femmes ne suivent aucun cours? – «Souvent les femmes se fient aux dires de leur gynécologue. Or bon nombre d'entre eux ne parlent pas de préparation... D'autres femmes savent qu'il existe des cours, mais l'information est difficilement accessible et elles n'osent pas faire les démarches pour trouver ce qu'elles cherchent. Enfin, d'autres sont retenues par des problèmes financiers. A l'opposé, nous trouvons des femmes qui suivent plusieurs cours, dont certains ne sont pas dispensés par des sages-femmes». Comment expliquer que la P.N. ne soit pas uniquement donnée par des sages-femmes? «Vu que les sages-femmes n'ont pas été formées à conduire un groupe, ni encore à faire du travail corporel, la place a été occupée par d'autres. Certaines femmes qui avaient des compétences dans diverses approches corporelles se sont senties capables, suite à leur propre accouchement, de pratiquer une P.N.».

### Une préparation «psychophonique»

Martine a constaté que la plupart de ses futures parturientes avaient d'abord besoin de développer une meilleure perception de leur souffle et de leur statique, en vue de leur accouchement. C'est pourquoi elle utilise essentiellement la méthode dite «psychophonique»; dé-

marche qui permet d'émettre des sons placés à différents niveaux à travers une prise de conscience corporelle.

«La psychophonie permet aussi tout simplement de se détendre, de prendre du plaisir à chanter, d'apprendre à utiliser sa respiration. Elle aide à établir le contact avec le bébé qui réagit aux mouvements et aux sons de sa mère. Enfin, elle participe à l'établissement d'une relation entre la femme et la sage-femme.

Le but ultime de ce cours serait d'acquiescer sécurité et confiance dans son propre corps, afin de vivre sa grossesse et son accouchement en osant recourir à ce qu'on a découvert en soi-même».

## Apprendre à se sentir relié

Anny Martigny-Amstein est également sage-femme indépendante. Elle est cofondatrice de NAISSANCE ACTIVE à Genève, créé en 1985. N.A. est un petit groupe (sages-femmes, homéopathes, autres thérapeutes et membres sympathisants) à la recherche d'une approche globale de la santé, principalement dans le domaine de la naissance et de la petite enfance. N.A. est membre de l'Association Homebirth International.

Comment envisage-t-elle son travail? Etre guidée pour pouvoir guider. Un guide qui comprend le changement. Sans vouloir, sans forcer. Mais son enthousiasme est porteur d'un désir: «que les femmes et les hommes ne passent pas à côté de la chance de se trouver, de se connaître, puis de se relier à leur force intérieure afin de vivre pleinement cette initiation de la Vie. On ne peut que les aider à s'ouvrir sans pouvoir faire le travail à leur place. Lorsque les couples, d'horizons différents, s'adressent à elle, elle les reçoit en tête-à-tête. Dans ce premier contact, nous esquissons un bilan: - D'où je viens et où je souhaite aller avec notre bébé dans le ventre? - Comment sont-ils nés tous les deux? Ont-ils été nourris au sein? Ont-ils une idée des possibilités d'accouchement dans la région, etc... Cette première séance comprend une écoute minutieuse sur le plan verbal, physique et émotionnel. Anny examine le dos de la femme enceinte qui en dit long. Parfois, une correction posturale facilitera la respiration, ou! le SOUFFLE est si important dans la vie; Jean-Yves Leloup dit que c'est le baiser de Dieu! Elle observe l'aptitude ou non

de la femme à lâcher son ventre (siège de ses peurs inconscientes)».

Cette présence au corps amène également à déceler des noeuds émotionnels liés au vécu de chacun. Nous parlons de l'importance de l'ouverture du larynx en relation avec le plancher pelvien. Attention, celles qui n'aiment pas chanter! Elle les détecte. Il y aura un travail de déblocage et de mise en confiance d'elles-mêmes, ou elles iront vers d'autres voies. Moins il y a de résistance, plus l'harmonie s'installe vite.

Pour celles qui rêvent trop ou qui sont dans la crainte, des exercices d'enracinement ou de centrage sont vivement conseillés. La danse est un excellent moyen pour offrir son corps à la vie et à l'amour, pour sentir ses pieds sur terre et lâcher prise avec le mental. Anny encourage leur joie de vivre, leur spontanéité tout au long de la grossesse et ensuite... «Dans ce chemin d'évolution qui est un chemin exigeant, nous grandissons ensemble».

Après cette introduction au cours de préparation à la naissance active, les parents choisissent de rejoindre un groupe ou de continuer en séances individuelles à leur rythme.

Ses cours tiennent compte parfois de la préparation de toute la famille. Les

enfants aînés, une grand-maman, et même une tante qui assistera à l'accouchement à la maison, peuvent se présenter aux séances de préparation.

2 ou 3 fois par an selon la demande, elle anime avec François, son mari et collaborateur attentif, une journée complète qui s'intitule «Conscience pré-natale». Cet atelier s'adresse particulièrement aux couples enceints qui s'engagent dans un processus de transformation.

«Sachant que la vie est avant tout une aventure intérieure et qu'une vérité profonde se trouve dans la femme, nous touchons dans le temps de la venue d'un enfant à la dimension du sacré.

On ne vient pas en spectateur, on vient en acteur de son propre destin dans lequel se joue celui du principal intéressé à bien naître, celui qu'on attend et qui se manifeste déjà comme un fameux Maître...».

Naissance Active a dans le passé organisé 2 forums avec la participation du Dr. Odent, Sheila Kitzinger, le Dr. Pacornik ainsi que de nombreux conférenciers. Le Dr. Odent reviendra à Genève le 17 janvier 1994. Janet Balaskas est attendue avec le printemps 94 pour donner une conférence et un atelier. Les dates seront communiquées dans un prochain numéro du journal. □

## Création d'un centre d'activités pré et postnatales en 1981

Mme S. Extermann, également sage-femme indépendante, est l'une des fondatrices du Centre de Préparation à la Naissance, où elle exerce son activité depuis 1981, date de son ouverture.

Au début des années 80, la situation à Genève se résumait de la manière suivante: d'un côté, la Maternité offrait un cours dit d'«Accouchement Sans Douleur» destiné aux femmes qui accouchaient dans cet tablisement et, de l'autre, se trouvaient quelques sages-femmes en ville qui dispensaient cet enseignement chez elles, pour les usagères des différentes cliniques privées. En dehors de ces deux propositions, aucune alternative et aucune structure n'existaient qui pouvaient satisfaire les attentes exprimées par les femmes et les couples de ces années-là. Il y avait là une lacune importante à com-

bler. L'idée est née de créer un lieu d'enseignement, d'information, de prévention et d'échanges, regroupant sous un même toit, les différentes activités pré et postnatales.

Le projet est devenu réalité en février 1981. La réponse positive des femmes au caractère novateur de cette proposition, ne s'est pas fait attendre. Dès lors, une part importante de la publicité qui est faite pour le CPN, passe par le réseau du bouche-à-oreille. Les couples qui fréquentent le Centre, viennent de toutes les catégories socio-professionnelles, ce qui suscite une demande très diversifiée, qu'il faut contenter.