

## Projet dans les Îles Cook : renforcer les femmes enceintes et les parents de nouveau-nés

Nui Rarotonga et Cook Islands Child Welfare Association CICWA

Projet JMP Suisse

Entre-temps, nous avons reçu les documents nécessaires pour un projet de solidarité sur les Îles Cook. La commission des projets a approuvé le projet de soutien aux femmes enceintes et à leur entourage familial sur l'île principale de Rarotonga. C'est avec plaisir que je vous le présente dans cet ajout. Environ 10 000 indigènes vivent sur l'île de Rarotonga. Jusqu'en 2019, le plus grand hôpital du pays y organisait chaque mois des cours de préparation à l'accouchement. Depuis la pandémie de Covid-19, cette offre n'existe plus. L'hôpital ne dispose pas des ressources financières ni du personnel nécessaire. Début 2023, quelques femmes du secteur de la santé se sont rencontrées et ont cherché ensemble des alternatives pour la préparation, l'accompagnement et le soutien des futurs parents. Sous l'auspice de l'organisation non gouvernementale « Cook Islands Child Welfare Association CICWA », elles ont créé « Nui Rarotonga ». « Nui » veut renforcer et soutenir les femmes enceintes et leurs proches dans leurs connaissances et leur confiance en soi pendant la grossesse, l'accouchement et les premiers temps en tant que parents. Pour y parvenir, la petite équipe de Nui autour de Rereao Vano, infirmière et sage-femme expérimentée, propose désormais des cours de préparation à l'accouchement et des ateliers pour les parents de jeunes enfants.



Participants au cours, la sage-femme Rerao Vano (debout à gauche) Affiche du cours, Workshop «Pepe Mirimiri», © Nui Rarotonga

Les cours de préparation à l'accouchement ont lieu dans l'un des villages de l'île. Il s'agit de quatre réunions consécutives de deux heures, réunissant chacune dix femmes enceintes accompagnées d'une personne de leur entourage proche, qui se préparent ensemble à l'accouchement et aux premiers temps avec le nouveau-né. Les pères sont fortement encouragés à y participer. Chaque année, quatre cours de ce type sont organisés. Ces cours aident à transmettre des connaissances sur la grossesse et l'accouchement, sur l'alimentation et l'activité physique, sur l'allaitement et les premiers jours avec les nouveau-nés, sur les facteurs de risque, les signes d'alarme et les offres médicales. Par ce biais, un espace est créé pour l'échange et la dissipation des inquiétudes, pour renforcer la confiance en son propre corps, par exemple avec des exercices de respiration, et pour se préparer à l'accouchement à l'hôpital. Des coutumes ancestrales sont également abordées, comme l'enfouissement du placenta dans un récipient en terre cuite spécial ou la plantation d'un arbuste de tiaré lors de la naissance d'une fille.

Les ateliers s'adressent à l'entourage des femmes enceintes et aux parents de jeunes enfants. Ils visent à promouvoir leur soutien et à les sensibiliser à des domaines problématiques tels que l'alimentation moderne et saine. Les Îles Cook importent aujourd'hui beaucoup d'aliments industriels de Nouvelle-Zélande et ont l'indice de masse corporelle le plus élevé au monde, avec de très nombreuses personnes en surpoids sévère et les problèmes physiques qui en découlent. L'atelier « Alimentation » rappelle l'alimentation traditionnelle avec des aliments locaux provenant du jardin et de la mer : plus saine, moins chère, plus écologique, plus indigène. L'atelier « Mouvement » fait découvrir les danses traditionnelles et le yoga moderne. L'atelier le plus populaire est actuellement « Pepe Mirimiri », massage pour bébé avec papa ou maman. Le peau à peau renforce le lien émotionnel avec son propre enfant.

« Nui Rarotonga » est encore très jeune et en phase de développement. Grâce à notre partage, nous rendons possible les cours Nui 2025 pour un bon départ dans la vie sur l'île lointaine de Rarotonga. Meitaki – Merci !!

Béatrice Battaglia