

Deuil périnatal : le livre d'une Brestoïse

Aurélié Drivet est maman de trois filles dont Clotilde, née sans vie le 13 mars 2015. Elle publie *Un hiver au printemps*, dans lequel elle raconte la perte de son enfant à l'accouchement.

À quel moment avez-vous décidé de publier votre histoire ?

Mettre les mots sur papier était un besoin viscéral d'extérioriser ma douleur et ma colère, et une façon de me reconstruire. Au fil du temps, cette urgence d'écrire est devenue une urgence politique. Il fallait alerter le public et dénoncer un système de santé qui n'écoute plus les patients.

Qu'est-ce que l'écriture vous a apporté ?

Du sens ! Cela m'a permis de reconstituer le puzzle de tous ces facteurs qui ont conduit au drame. La mort d'un enfant, c'est le deuil de toute une vie et par les mots, j'exprime l'indicible. Par la magie de la poésie, je transforme le drame en beauté et je fais vivre ma fille dans le cœur des lecteurs.

Quel message voulez-vous transmettre ?

Il faut donner la parole aux femmes enceintes. Des médecins-chercheurs travaillent justement sur le *gut-feeling*, cette théorie qui attache de l'importance à l'intuition. L'ouvrage est aussi un message pour les familles endeuillées : on

peut redonner un sens à notre vie en appréhendant la mort.

En voulez-vous au corps médical ?

Non, car les soignants sont des humains qui ont pris des décisions dans un contexte particulier.

Aujourd'hui, comment vous sentez-vous ?

Sereine, car je vois à quel point ce livre fait écho aux inquiétudes de la femme enceinte et aux familles endeuillées. Il est une aventure collective et un message pour la société de demain.

En conclusion, qu'avez-vous envie de dire à nos lecteurs ?

On peut vivre avec la mort d'un enfant et donner du sens à sa vie au travers de ce drame. Comme le disait mon aînée Margaux, « la mort, c'est l'esprit de la vie ».

Propos recueillis par Valérie Moysan

■ Journée internationale de sensibilisation au deuil périnatal : dimanche 15 octobre.



Aurélié Drivet.

Un hiver au printemps

« Mais je ne veux pas revenir avec un bébé mort ! »... Cette phrase adressée à la sage-femme, c'était le cri lancé par Aurélié Drivet le 12 mars 2015, lors de son dernier rendez-vous de suivi d'une « grossesse de magazine » de 40 semaines et 6 jours. Sa fille Clotilde naissait sans vie le lendemain.

Des signes avant-coureurs lors de sa visite de la veille et les pressentiments négatifs de la maman laissaient présager une possible tragédie. Mais on lui a dit de ne pas s'inquiéter et de rentrer chez elle « quand même... »

■ *Un hiver au printemps*, Aurélié Drivet, Presses de l'EHESP, 124 pages, 10 euros.

AGENDA

Hypnose

Au cœur de l'hypnose : projection-débat, en présence du docteur Julie Guichard, de la réalisatrice Anne Sarkissian et de professionnels de l'hypnose médicale.

■ Samedi 14 octobre à 18 h au centre Keraudren, 110 rue Ernestine-de-Trémaudan à Brest. Inscription : 02 98 32 16 47. <http://alliancemieuxetre.jimdo.com> TARIF : 10 EUROS.

C'est nouveau

Le centre de l'être, nouvel espace bien-être, a ouvert à Brest. Il regroupe les activités yoga, massage ayurvédique et relaxation coréenne et propose un atelier mixant différentes techniques de bien-être.

■ Portes ouvertes dimanche 15 octobre de 10 h à 13 h et mercredi 18 de 13 h à 17 h, 2 rue de la 2^e-DB à Brest. www.lecentredeleetre.net

Langage non verbal

Du langage non verbal à l'intuition : conférence du docteur Ralf Helmut Stamm-sen, spécialiste du comportement. Pour apprendre à mieux comprendre les intentions des personnes qui vous entourent.

■ Jeudi 19 octobre à 20 h au centre d'affaires du port, 6 rue de Porstrein à Brest. Inscription : 09 87 17 09 75. www.cours-lnv.com TARIF : 10 EUROS.

Nutrition

Un accompagnement pour les personnes obèses ou en surpoids

C'est un programme d'accompagnement pour les personnes en surpoids ou obèses, lancé en 2004 par la Mutualité française Bretagne. Son nom : Nutrimut. « Nous mettons en place une nouvelle session, qui commencera en janvier 2018 voire début février, dans nos locaux », précise Marion Laurent, chargée de prévention. Avec 12 personnes maximum. Qui prendront part à 14 séances d'une heure et demie, le jeudi à 18 h 30. Complétées par deux

séances de suivi à trois puis six mois. On entend par surpoids un indice de masse corporelle (poids/taille) supérieur à 25 et l'on parle d'obésité lorsqu'il est supérieur à 30. Pascale Terrom, diététicienne-nutritionniste, anime le programme avec une psychologue et un professeur d'activités physiques adaptées. « L'approche classique, dans la prise de poids, était la mise en place de régimes hypocaloriques : cela ne fonctionne pas dans la durée. Nutrimut n'est pas un régime, mais

un programme visant à changer son comportement alimentaire dans le long terme. » L'objectif est de faire comprendre à la personne qu'elle a un trouble de la régulation alimentaire et de le déterminer pour y remédier en proposant une approche bio-psycho-sensorielle et retrouver le plaisir de manger.

Y.G.

■ Mutualité française Bretagne, 5 rue Yves-Collet à Brest. Tél. 02 98 43 52 21. mllaurent@bretagne.mutualite.fr TARIFS : DE 40 À 180 EUROS.



Marion Laurent et Pascale Terrom.