

# En pratique



Quelques semaines avant la naissance et jusqu'à ce que les parents soient à l'aise avec leur bébé à la maison, notre disponibilité devient totale (24h/24h).

Une femme aux côtés de la femme enceinte et de ceux qui l'entourent, elle est à l'écoute de ses désirs, ses besoins, et la soutient dans ses choix. Elle lui fournit les informations pour prendre ses décisions. L'accompagnement d'une doula est **continu** tout au long du processus de la naissance de l'enfant et du passage de l'adulte en parent.

tarifs personnalisés. chaque famille. Les visites se font sur une base

**forfait** pour toute la durée de l'accompagnement,

**Pour vous aider à choisir votre doula :**  
<http://www.doulas.info/question.php>

Les familles utilisent souvent la prime de la mutuelle, ou parfois peuvent inclure le service de la doula dans leur liste de naissance.

# L'association



L'association **Doulas de France** est une association de loi 1901 qui a pour but de **promouvoir en France l'accompagnement non médical à la naissance.**

Les doulas référencées dans l'annuaire du site [www.doulas.info](http://www.doulas.info) sont membres de l'association et se sont engagées à respecter et à appliquer dans leur pratique la Charte ([www.doulas.info/manifeste.php](http://www.doulas.info/manifeste.php)) publiée par l'association.

**Association Doulas de France**  
34, bd Chanzy - 93100 Montreuil

# Les Doulas ont fait leurs preuves



Des essais cliniques randomisés<sup>1</sup> sur le soutien émotionnel et physique pendant le travail ont démontré de multiples avantages :

**6 semaines après la naissance**<sup>2</sup> : Yg a „fYg accompagnées par une doula présentaient moins de signes d'anxiété et de dépression, se sentaient d'i g Yb V&bÜUbW Uj YW Yi f Vfvfz d'i g gUhgZJ]hYg XUbq Yi f fYUhjcb XY V&i d'Y fh%a j g' \$i Łz i b Hui l X&U]U]hYa Ybh'd'i g f Yj f f) &i j g &- l )

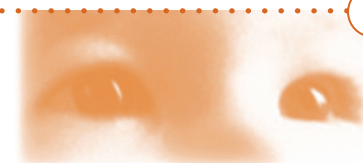
<sup>1</sup> The Doula Book : How a Trainder Labor Companion Can Help You Have a Shorter, Easier and Healthier Birth" Second edition- by Marshall, Phyllis Klaus and John Kennell (Perseus Press, 2002)

<sup>2</sup> "A Doula Makes the Difference" by Nugent dans Mothering Magazine, March-April 1998.

# Doulas

accompagner la naissance

# Une Doula, c'est quoi ?



Publié par l'association **Doulas de France**

- Une femme
- auprès des femmes, des couples
- pendant la grossesse,
- l'accouchement, et la période postnatale



L'accompagnement non-médical à la naissance

