

DOULAS de France
ASSOCIATION

Des
doulas
À VOS CÔTÉS POUR VOUS
ACCOMPAGNER

GROSSESSE • NAISSANCE • POSTNATAL • COUPLE • PARENTALITÉ • FÉMINITÉ

• DOSSIER DE PRESSE 2023 •

[HTTPS://DOULAS.INFO](https://doulas.info)

 CA@DOULAS.INFO





DOSSIER DE PRESSE 2023

SOMMAIRE

| | |
|---|-------|
| UN PEU D'HISTOIRE... | P 3 |
| MISSIONS ET SERVICES DE L'ASSOCIATION DOULAS DE FRANCE | P 4 |
| ORGANIGRAMME DE L'ASSOCIATION | P 5 |
| CHARTRE ET VALEURS DES DOULAS DE L'ASSOCIATION | P 6 |
| RENCONTRES ET ÉVÉNEMENTS PROFESSIONNELS | P 7 |
| CURSUS DE BASE DE FORMATION | P 8-9 |
| LE MARRAINAGE DES DOULAS MEMBRES | P 10 |
| BÉNÉFICES DE LA PRÉSENCE DE LA DOULA | P 11 |
| TÉMOIGNAGES | P 12 |
| REVUE DE PRESSE | P 13 |

PRÉAMBULE > DÉFINITION DE LA DOULA

Pour l'association Doulas de France, la doula accompagne et soutient la future mère et son entourage pendant la grossesse, l'accouchement et la période postnatale, dans le cadre du service à la personne, grâce à son expérience et à sa formation, et cela uniquement en complément du suivi médical choisi par les parents (hôpital, clinique, sage-femme libérale...).

Une doula n'a pas de fonction médicale, elle n'est pas thérapeute. Elle soutient le travail des sages-femmes. Depuis de nombreuses années la définition du métier d'une doula s'est élargie. Pour Doulas de France l'inclusivité a toujours été primordiale dès la création de l'association. En ce sens la doula peut être une femme ou pas, avoir fait l'expérience de la grossesse ou pas, de la parentalité ou pas. Son accompagnement s'étend également parfois au-delà du domaine périnatal : puberté,



préconception, PMA, grossesse, IMG, IVG, interruption spontanée de la grossesse ("fausse-couche"), deuil périnatal, naissance, postnatal, adoption, parentalité, parcours de transition, ménopause, deuil, fin de vie...



DOSSIER DE PRESSE 2023

UN PEU D'HISTOIRE...

Le mot “doula”, du grec ancien, est utilisé depuis plusieurs années dans le domaine de la périnatalité, pour nommer la personne qui a pour vocation d’aider une femme et son entourage pendant la période périnatale, grâce à son expérience et à sa formation. Elle incarne la figure connue qui se tenait autrefois auprès de la femme qui met au monde son bébé, aux côtés de la sage-femme.

JUSQU'AUX ANNÉES 50

En France on trouve dans les campagnes “la femme-qui-aide” et “la laveuse”. Comme l'évoque Yvonne Verdier dans L'homme, Année 1976, Volume 16, Numéro 2. p. 103-128 – Persée.

1973

Le mot doula est utilisé la première fois aux États-Unis par Dana Raphael en dans son livre The Tender Gift et désigne des femmes qui aident et soutiennent des mères pendant la période postnatale autour de l'allaitement

1981

Le mot doula est repris par Jane Arnold. Elle crée un service de soutien post-partum pour les mères à New York City. L'activité de la doula s'est ensuite développée pendant la grossesse puis durant l'accouchement.

DANS LES ANNÉES 80

Ce terme est utilisé dans les études scientifiques menées par les docteurs Marshall et Klaus. Il est demeuré dans la littérature scientifique depuis. C'est à présent un terme utilisé et reconnu dans le domaine public à travers le monde entier pour désigner cet accompagnement non-médical, autour de la grossesse, de la naissance, du postnatal.

DÉBUT DES ANNÉES 90

Apparition des Birth Companions (Compagnes de naissance) au Royaume-Uni

1992

Création de la première association de doulas américaines, DONA International, par les Dr Marshall Klaus et John Kennell, Phyllis Klaus CSW, MFCC, Penny Simkin, PT et Annie Kennedy.

2001

Création du site et du réseau Doula UK

2003

Premières rencontres des doulas en France, début du collectif Doulas de France

2004

Lancement du site internet <https://doulas.info>

2006

Création de l'association Doulas de France avec 3 éléments fondateurs de l'association et du métier de doula :

- la charte Doulas de France
- le cursus de formation de base
- le marrainage

2008

Création du premier organisme de formation français qui s'appuie sur le cursus de base de Doulas de France :

- Institut de formation Doulas de France
<https://formationdoulas.fr>

2010

Création de European Doula Network, association des doulas européennes (qui se réunissaient régulièrement depuis 2006)

2011

La définition du mot “doula” apparaît dans le dictionnaire Hachette : n.f. Femme qui accompagne une femme enceinte pendant sa grossesse et après son accouchement

2020

Création de deux nouveaux centres de formations s'appuyant sur le cursus de base de Doulas de France :

- Centre Galanthis <https://centregalanthis.fr>
- Envol & Matrescence <https://envol-et-matrescence.com/>



DOSSIER DE PRESSE 2023

MISSIONS ET SERVICES DE L'ASSOCIATION

L'ASSOCIATION DOULAS DE FRANCE A POUR OBJECTIFS DE :

- soutenir et informer les femmes, les parents dans l'exercice de leur parentalité et dans le respect de leurs choix et de leur culture ;
- favoriser la relation mère enfant ;
- sensibiliser au respect des besoins fondamentaux de l'enfant et de la femme ;
- encourager les processus physiologiques et notamment l'allaitement maternel ;
- prévenir la difficulté maternelle, la dépression postnatale, la maltraitance, et leurs impacts sur les familles ;
- soutenir et créer des réseaux dans le domaine de l'accompagnement à la naissance ;
- étendre la transmission de femme à femme ;
- offrir une voie de réinsertion professionnelle.

LES SERVICES MIS EN PLACE PAR DOULAS DE FRANCE POUR UNE VISION PROFESSIONNELLE DU MÉTIER DE DOULA, POUR UNE RECONNAISSANCE DE CE MÉTIER PAR LE PUBLIC ET LES INSTITUTIONS

- **Une charte**¹ basée sur la législation française (Code Pénal, Code de Santé Publique, Code de la Consommation) pour assurer aux parents, aux institutions et à ses adhérent-es, une pratique qui respecte le cadre légal français.
- **Un cursus de base de formation**², socle commun de connaissances et de compétences requis pour pratiquer l'activité de doula, qui inscrit cette activité dans un cadre strictement non médical (ni paramédical) et non thérapeutique. Ce cursus de base détaille un programme de 144 heures qui abordent différentes thématiques dont l'acquisition est jugée nécessaire par notre association pour devenir doula. Ce cursus de base de formation est mis à la disposition de tout organisme de formation qui propose de former au métier de doula. Ainsi, plusieurs centres de formation en France se sont déjà servi de ce cursus de base pour organiser leur propre programme et le suivre, soit partiellement, soit totalement, voire proposer un programme dépassant les exigences du cursus de base.

- **Une session d'information sur le positionnement et l'éthique de la doula**³ de 2 jours, axée notamment sur le cadre légal, obligatoire pour les doulas qui ont validé le cursus de base de formation et qui souhaitent rejoindre notre association.
- **Un accompagnement des nouvelles doulas**⁴ par un programme de "marrainage" qui s'apparente au système de supervision par une paire expérimentée.
- **Un questionnaire/enquête de satisfaction** proposé aux professionnel·les de santé, aux parents et à la doula, suite à la présence de la doula en salle de naissance.
- **Un service de gestion des plaintes**⁵ pour les parents, les professionnel·les de santé et les doulas, permettant d'adresser d'éventuelles pratiques problématiques de la part de doulas membres de notre association.
- **Un annuaire des doulas membre de l'association**⁶, répondant aux exigences de formation et de respect de la charte Doulas de France

¹ - <https://doulas.info/association/charte/>

² - <https://doulas.info/formation-devenir-doula/cursus/>

³ - <https://doulas.info/siped/>

⁴ - <https://doulas.info/marrainage/>

⁵ - <https://doulas.info/association/doleances/>

⁶ - <https://doulas.info/annuaire/>

L'ASSOCIATION DOULAS DE FRANCE RÉUNIT À CE JOUR :

- 180 doulas dans son annuaire
- Plus de 250 membres adhérent-es
- Près de 8000 abonné-es à la page Facebook
- Plus de 5000 abonné-es au compte Instagram
- Près de 1000 abonné-es à la lettre "Doulas Infos"



DOSSIER DE PRESSE 2023

ORGANIGRAMME DE L'ASSOCIATION

LE BUREAU

Adeline Couvé Caudron ► trésorière
Amélie Dupont ► coprésidente
Cécile Hébert ► coprésidente
Eva Peuvion ► secrétaire
Laetitia Mercury ► coprésidente
Priscilla Lange ► coprésidente
Sabrina Boussadia ► secrétaire
Salma El Hayani Taib ► coprésidente

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Aurore Peuvion
Florianne Joly
Julie Forbeau
Marjorie Roux
Pascale Gendreau
Sandra Mellado
Virginie Franqueza

LES MEMBRES

LES MEMBRES FONDATEURS

Les 8 cofondatrices de l'association ont droit de vote aux assemblées générales :
Sabine Benamara, Gaëlle Buteau, Valérie Dupin, Pascale Gendreau, Charlotte Marchandise Fajardo, Océane Marot, Veronika Sbay et Geneviève Prono-Treille.

LES MEMBRES ACTIFS

- Les "Doulas" : Agréées par le Bureau sous conditions*
- Les "Membres coopérants" : Membres adhérents ("amis" ou "bienfaiteurs") qui s'investissent de façon active à la vie de l'association. Invités et agréés par le Bureau.

Les membres actifs ont droit de vote aux assemblées générales. Parmi eux les membres coopérants ont droit de vote à hauteur maximale de 30% des voix.

LES MEMBRES ADHÉRENTS ORDINAIRES

- Les "Amis des doulas" : Parents ayant été accompagnés par une doula. Personnes qui participent aux activités de l'association ou qui souhaitent soutenir ses actions.
- Les "Bienfaiteurs" : Personnes physiques ou morales qui versent une cotisation de soutien à l'association.

Les membres adhérents ordinaires ont droit de vote aux assemblées générale, à hauteur maximale de 10% des voix.

LES MEMBRES D'HONNEUR

Ils sont nommés et agréés par le bureau en hommage particulier aux services rendus à l'association. Un membre d'honneur ne peut être membre actif. Les membres d'honneur sont exonérés de cotisation et n'ont pas de droit de vote à l'assemblée générale. Ils ont un rôle consultatif.

* Les conditions sont les suivantes :

- être membre Doula de l'association Doulas de France
- avoir validé le Cours de base de formation de Doulas de France
- avoir signé la Charte de Doulas de France et s'engager à la respecter dans sa pratique
- être agréée par le bureau de l'association
- transmettre, au fur et à mesure de ses accompagnements les coordonnées de 3 mères ou couples accompagnés qui acceptent d'être contactés comme référents par d'autres parents



DOSSIER DE PRESSE 2023

CHARTRE ET VALEURS DES DOULAS DE L'ASSOCIATION

PRÉAMBULE

Cette chartre est le résultat d'un travail commun de toutes les personnes impliquées à la reconnaissance du métier de doula et ayant souhaité y participer. Elle évolue, avec le temps, dans la forme, dans le détail, mais le fond reste inchangé.

La chartre de l'association Doulas de France est un document qui développe nos valeurs et notre éthique dans le respect de la législation française (code pénal, code de santé publique et code de la consommation) et inscrit l'accompagnement de la doula dans une démarche laïque et citoyenne.

Cette chartre est la base de notre travail. Les personnes présentes dans l'annuaire de notre site s'engagent à la respecter. L'association Doulas de France ne saurait être tenue pour responsable en cas de non-respect de cette chartre.

CHARTRE

Notre approche est inclusive, nous accompagnons toute personne qui en fait la demande, sans discrimination.

Nous, les doulas, sommes convaincues que toute personne sait ce qui est juste pour elle, pour la naissance de son enfant ou ses autres expériences de vie.

Pour que chaque personne puisse faire ses choix et prendre ses décisions, nous l'aidons, sans la conseiller, à accéder par elle-même aux informations qui lui sont nécessaires, en se basant, quand la question l'implique, sur des sources scientifiques fiables (études randomisées contrôlées en double aveugle, méta-analyses, etc.).

Tout au long de l'accompagnement, nous gardons la neutralité la plus stricte et n'influons pas le choix des parents selon nos convictions personnelles. Nous respectons les croyances religieuses et spirituelles des parents. Nous ne faisons pas de prosélytisme.

Nous soutenons les parents dans leur cheminement et dans la recherche de leur vérité. Nous les accompagnons lorsque leur confiance se perd, que ce soit par la multiplication des intervenants, les injonctions diverses, les conseils, par leurs vécus personnels, par l'isolement ou un environnement défavorable. Dans ce contexte, nous sommes à leurs côtés dans la continuité, car nous pensons que cette dimension est fondamentale pour les parents.

Notre accompagnement se poursuit après la naissance, pendant parfois plusieurs mois. Ainsi, la doula est une figure connue et intime du couple, de la famille, présente tout au long de son apprentissage

de la parentalité. Nous offrons donc aux parents la stabilité de notre engagement ainsi qu'un soutien approprié.

Notre accompagnement des familles se situe sur les plans émotionnel, physique, informatif et pratique, et se fait principalement à leur domicile, ou dans tout autre lieu de leur choix en s'adaptant à leurs besoins et à leur demande.

Notre accompagnement est complémentaire de celui des sages-femmes et des médecins. Nous accompagnons les familles qui ont mis en place un suivi médical pendant la grossesse et l'accouchement.

Nous ne sommes pas thérapeutes et ne réalisons aucun acte médical. Les doulas n'ont aucune compétence pour dispenser une consultation, donner un avis médical, établir un diagnostic ou une prescription, pratiquer un examen ou un accouchement.

Nous pouvons être auprès des femmes pendant le travail et l'accouchement à la condition qu'une sage-femme ou un médecin soit également présent afin d'assurer la surveillance médicale nécessaire.

Nous soutenons le travail des sages-femmes, dans le respect réciproque de nos compétences. Nous travaillons à créer un lien entre tous les intervenants médicaux et sociaux.

Nous reconnaissons la dimension de la naissance comme initiatique, transformatrice et sacrée (c'est-à-dire extraordinaire et digne d'un respect absolu). Nous avons une profonde considération pour la puissance des femmes et une confiance totale en leur capacité à donner naissance. Nous sommes aux côtés de tous dans le respect de leurs valeurs et de leurs convictions.

Nous avons un devoir de discrétion : nous nous engageons à ne pas divulguer ce que notre exercice nous aura permis de connaître d'intime, de familial ou de médical.

Nous pouvons accompagner tout événement de vie : puberté, préconception, PMA, grossesse, IMG, IVG, interruption spontanée de la grossesse, deuil périnatal, naissance, postnatal, adoption, parcours de transition, ménopause, deuil, fin de vie...

Nous sommes solidaires les unes des autres, prêtes à nous soutenir mutuellement, à mettre nos compétences en commun et à partager nos expériences. Nous nous engageons à mettre à jour nos connaissances régulièrement et nous former continuellement.

Chacune d'entre nous exerce selon sa sensibilité, ses statuts, ses limites. Il n'y a pas un modèle unique de doula, mais des femmes qui s'engagent, chacune à leur manière, œuvrant ensemble pour le respect, la confiance et l'autonomie des personnes accompagnées.

Première version le 8 mars 2006
Dernière modification le 28 mai 2021



DOSSIER DE PRESSE 2023

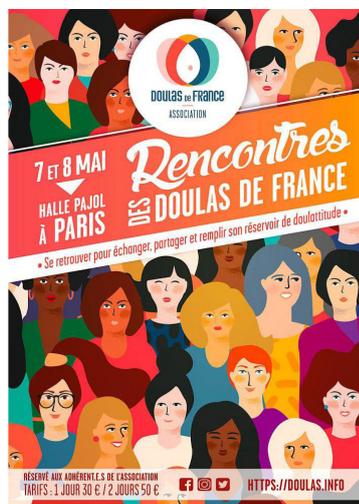
RENCONTRES ET ÉVÉNEMENTS PROFESSIONNELS

LES JOURNÉES DES DOULAS

Chaque année, depuis la création du collectif Doulas de France en 2004, sont organisées les Journées des Doulas.
> <https://doulas.info/journees/rencontres-precedentes/>

Ces rencontres sont un moment d'échange et de travail à travers des ateliers, des conférences, des groupes de discussions, entre tous-tes celles et ceux qui s'intéressent à la périnatalité : parents, sages-femmes, associations, professionnel·es du monde de la naissance, et doulas ! Elles accueillent des stands, des expositions d'artistes, la présentation de films, de pièces de théâtre... Elles ont pu donner la parole à de nombreuses personnalités ou institutions impliquées dans la périnatalité :

- Alana Apfel, Adela Stockton, Claude Suzanne Didierjean-Jouveau, Danielle Rapoport, Estelle Metrot, James Akré, Danièle Flaumenbaum, Isabelle Brabant, Isabelle Challut, Marlène Schiappa, Marie-Hélène Lahaye, Martin Winckler, Max Ploquin, Mélanie Déchalotte, Michel Odent, Paul Cesbron, Suzanne Colson, Véronique Darmangeat, Violaine Guéritault...
- Les associations et collectifs : AFMB, AIVI, CDAAD, Césarine, Ciane, GAMS, Handiparentalité, La Fondation des Femmes, LLL France, Maman Blues, Petite Emilie, Société d'Histoire de la Naissance, Timéo et les autres...



Au cœur du corps
Journées des Doulas 2019



31 mai 1^{er} et 2 juin
PARIS 18^e - Halle Pajol



PRÉSENCE DE DOULAS DE FRANCE À DES ÉVÉNEMENTS ET SALONS

L'association a participé à plusieurs événements nationaux ou salons sur les thèmes de la naissance, de la périnatalité, de l'IVG, des violences faites aux femmes :

- États Généraux de la Naissance, 2006
- Levons le tabou des violences obstétricales et gynécologiques, 2017
- Moins de médicalisation, plus d'attention, SMAR (Semaine Mondiale de l'Accouchement Respecté), maternité de Tourcoing, 2018
- Penser la technique et le care en obstétrique : dialogues avec les acteur·ices du terrain, EHESS (École des Hautes Études en Sciences Sociales), 2019
- 10 ans de Causette, 2019

ET AUSSI...

- Congrès du Mouvement Mondial des Mères à l'UNESCO
- Journées de l'ANPASE, l'Association Nationale des Professionnels et acteurs de l'Action Sociale, médico-sociale et sanitaire en faveur de l'Enfance et de la famille.
- Colloques ARIP (Association pour la Recherche et l'In) formation en Périnatalité)
- Journées de l'AAD-APAAD
- Journées des réseaux de périnatalité
- Journées d'études EHESS
- Salons et colloques : ANCI (Association Nationale des Centre d'IVG et de Contraception), Artémisia, Baby, Lutte contre les violences faites aux femmes, Mama Bella, Primevère, Services à la personne...
- Salons sur les thématiques périnatalité, parentalité, bien-être, sur l'ensemble du territoire.



UN ENSEMBLE DE COMPÉTENCES ET SAVOIR-ÊTRE COMMUN À TOUTES LES DOULAS

Dès sa création en 2006, Doulas de France a élaboré un cursus de base de formation en vue de la reconnaissance de la formation et de la profession de doula dans le cadre du service à la personne. Il a été déterminé en tenant compte des expériences européennes et des spécificités du système français.

Cela correspond à la demande des parents, des sages-femmes, des institutions et des doulas elles-mêmes pour pouvoir exercer dans un cadre non médical, non paramédical, non thérapeutique et avoir un statut.

Ce socle de compétences minimum est requis pour accéder à l'annuaire Doulas de France, chaque doula doit donc avoir validé à minima l'ensemble des thématiques décrites dans le cursus de base de formation, au sein d'organismes qui proposent leur formation très majoritairement en présentiel.

Ce cursus se veut être une base solide et exigeante de formation des doulas :

- dans leur posture d'accompagnant-es : cadre légal, valeurs, éthique, relation d'aide...
- dans leur capacité à accompagner les différentes périodes périnatales : conception, grossesse, naissance, postnatal, difficulté maternelle, deuil périnatal, parentalité, féminité...

Il existe actuellement de nombreuses formations : ceci montre bien l'intérêt croissant pour ce métier, et permet aux personnes désireuses de devenir doula, de choisir la formation qui leur semble la plus attractive et pertinente par rapport à leur cheminement personnel. Cependant, nous avons constaté au fil des années, à quel point il était important que les doulas disposent d'un bagage homogène afin de travailler en toute sérénité dans le cadre légal français et d'établir une relation de confiance avec les parents ainsi qu'avec les professionnel·les de santé.

Le cursus de base établit un programme de formation "minimum" qui se veut commun à toutes les doulas exerçant en France ou en Europe. Il prévoit 144 heures de formation en présentiel, un nombre d'heures similaire aux autres formations entrant dans le cadre du service à la personne.



DOSSIER DE PRESSE 2023

CURSUS DE BASE DE FORMATION

POSITIONNEMENT, ÉTHIQUE ET PHILOSOPHIE DE LA DOULA - 16H

- Contexte juridique
- Éthique, valeurs et qualités d'une doula
- Limites personnelles et professionnelles, cadre dans l'exercice
- Les bienfaits de l'accompagnement à la naissance
- La création d'un réseau de soutien autour des parents
- Le travail en collaboration avec les professionnels de santé

RELATION D'AIDE - 32H

- Écoute active, concept de l'aide centrée sur la personne
- Notions des différentes techniques de communication basées sur l'écoute et l'empathie
- Travailler dans le cadre de la transmission de «femme à femme», de "parent à parent"
- Questionnement sur sa pratique, travail sur ses propres accouchements et son vécu de mère (recul sur sa propre expérience)
- La place de la doula pour accompagner la famille

INSTALLATION ET MODALITÉS DANS L'EXERCICE - 8H

- Exemple du "contrat", de l'engagement entre la doula et les parents
- Limites et juridique
- Comment s'organiser et prévoir sa disponibilité, impact sur la vie de famille, sur sa vie de femme
- Où trouver du soutien pour la doula (réseau, binôme, associations, débriefing de son exercice)
- Connaissance des publications utiles (sites web, listes de lectures recommandées, attitude de partage avec d'autres doulas)

ACCOMPAGNEMENT NON MÉDICAL DES PARENTS DANS LES SITUATIONS SUIVANTES :

LES NEUF MOIS DE LA GROSSESSE, LA NAISSANCE, NOTIONS DE BASE EN ANATOMIE, LE DÉROULEMENT DE L'ACCOUCHEMENT - 16H

- Le comportement de la femme qui accouche
- Le contexte émotionnel
- Les présentations optimales du bébé
- Notions d'urgences obstétricales
- Positions pendant le travail et l'expulsion, mesures de confort pour le travail et l'accouchement
- Comment créer un environnement rassurant, sécurisant

LE PROJET DE NAISSANCE - 8H

- Coopération et partage avec l'équipe médicale, la sage femme ou le médecin
- Les limites dans l'exercice de la doula
- L'élaboration et la présentation du projet de naissance
- Notions sur les gestes obstétricaux couramment pratiqués en France

BESOINS INNÉS DU BÉBÉ ET DE LA MÈRE PENDANT LES 6 PREMIÈRES SEMAINES ET LE PROCESSUS DE L'ATTACHEMENT - 16H

- Comprendre les besoins spécifiques et les compétences du nouveau-né
- Redonner la confiance en soi et en ses capacités innées au couple
- Place de la doula dans la relation triangulaire mamanpapabébé
- L'organisation matérielle des premières semaines
- La prématurité, le deuil
- Le processus d'attachement et le concept de continuité dans la relation parentsbébé, notion du concept de l'attachement dit sécurisé (toucher et porter, maternage proximal ou distal)
- Les premiers jours à la maison

ALLAITEMENT - 16H

- La physiologie de la lactation
- L'importance de l'environnement et du soutien (famille, professionnels, associations)
- Les mythes et réalités autour de l'allaitement
- Douleurs et difficultés (positions pour allaiter, les crevasses, faire face aux baisses de lait...)
- L'état émotionnel de la femme allaitante
- Notions de base de l'alimentation de la femme allaitante
- Comment aider au moment de la reprise du travail
- L'alimentation au biberon

LE DEUIL PÉRINATAL - LES DIFFICULTÉS MATERNELLES - 16H

- Le deuil périnatal
- La dépression du postpartum
- Le syndrome du choc posttraumatique
- Comment proposer un débriefing de l'accouchement aux parents
- Comment créer et collaborer en réseau

LE COUPLE, LA SEXUALITÉ, LA PLACE DU PÈRE - 16H

- Transformation du couple en couple parental
- Le rôle de chacun au sein de la famille
- La relation de couple, les abus, les différentes composantes de la sexualité
- Notions des différentes méthodes de contraception
- La place des autres enfants

TOTAL DE 144 HEURES (*)

(*) un nombre similaire à celui des formations dispensées dans le cadre du service à la personne



LE MARRAINAGE EST PROPOSÉ AUX MEMBRES DOULAS DE L'ASSOCIATION DOULAS DE FRANCE.

ACCOMPAGNEMENT DE LA DOULA

Pour soutenir et guider la doula dans ses premiers accompagnements, pour créer du lien entre doulas, l'association Doulas de France propose un programme de marrainage qui va aussi l'encourager à toujours remettre en question sa pratique pour pouvoir l'améliorer. Cela garantit aux parents et aux professionnels de la périnatalité une pratique qui respecte le cadre légal français, la charte et la philosophie d'accompagnement de Doulas de France.

La doula est accompagnée par une marraine (elle-même doula expérimentée et certifiée Doulas de France) et par une "binôme" (doula qui commence également le marrainage) pendant une période d'un à deux ans environ, pendant laquelle il lui est demandé d'accompagner plusieurs familles et d'effectuer un travail personnel écrit, en lien régulier avec sa marraine et sa binôme.

Une fois le marrainage effectué la doula devient "Doula Certifiée Doulas de France".

TRANSMISSION DE DOULA À DOULA

Le but du marrainage est d'accompagner la doula dans sa pratique, avec le même esprit qu'un couple ou une femme est accompagné par sa doula.

La marraine soutient la doula, la guide si nécessaire, l'écoute, lui transmet... Elle lui permet de débriefer et l'encourage à faire l'autocritique de sa pratique.

Ce n'est ni un test ni un examen, mais une invitation à toujours revisiter chaque expérience d'accompagnement, à faire des recherches, des formations complémentaires si nécessaire.

Le travail en binôme est aussi l'occasion de créer du lien avec une consœur doula qui n'a pas forcément suivi la même formation, de consolider les échanges, d'encourager la transmission et le partage entre doulas.

Une fois le marrainage terminé, la doula peut toujours faire appel à sa marraine et continuer à élargir son réseau de soutien à ses collègues. Elle peut, après plus d'expériences d'accompagnements et une période d'orientation, devenir marraine à son tour.

POUR ÊTRE MARRAINÉE AU SEIN DE L'ASSOCIATION DOULAS DE FRANCE IL EST DEMANDÉ :

- de remplir les conditions demandées pour être membre Doula de l'association Doulas de France,
- d'être sollicitée pour au moins un accompagnement par des parents,
- d'accepter de soutenir dans un esprit de transmission ses consœurs doulas.



PLUSIEURS ÉTUDES ONT MONTRÉ LES BIENFAITS ET BÉNÉFICES D'ÊTRE ACCOMPAGNÉ.E PAR UNE DOULA.

Une sélection d'études scientifiques est disponible sur notre site > <https://doulas.info/ressources/etudes/>

Toutes montrent des bienfaits et bénéfices à la présence d'une doula autour de la naissance (grossesse, accouchement, postnatal, allaitement...), aucun risque n'est démontré.

BÉNÉFICES PENDANT LE TRAVAIL

Des essais cliniques randomisés sur le soutien émotionnel et physique pendant le travail ont démontrés de multiples avantages :

- 50% de diminution de césarienne
- 25% de réduction du temps de travail
- 60% de réduction de demande de péridurale
- 30% de réduction d'utilisation d'analgésique
- 40 de réduction de l'utilisation de forceps

Source : *The Doula Book : How a Trained Labor Companion Can Help You Have a Shorter, Easier and Healthier Birth. Second edition- by Marshall, Phyllis Klaus and John Kennel, Perseus Press, 2002*

BÉNÉFICES EN POSTNATAL

Les mères accompagnées par une doula présentaient moins de signes d'anxiété et de dépression, se sentaient plus en confiance avec leur bébé, plus satisfaites dans leur relation de couple (71% contre 30%), un taux d'allaitement plus élevé (52% contre 29%)

Source : *A doula makes a difference, Nugent, Mothering Magazine, mars-avril 1998*

TÉMOIGNAGE

Dr Bernard Maria, chef de service de la maternité de Villeneuve Saint-Georges

Extrait de l'émission *Les Maternelles* sur France 5, le jeudi 26 avril 2007

Karine Le Marchand : *Dr Bernard Maria, qu'est-ce qui vous a motivé pour permettre la présence d'une doula en salle de naissance ?*

Dr Bernard Maria : *Deux motivations, une motivation intellectuelle, j'ai appris ce qu'étaient les doulas à travers des publications qui sont tout à fait intéressantes, parce qu'il est démontré à l'heure actuelle, que la meilleure chose, le meilleur accompagnement pendant le travail de toutes les femmes, c'est l'accompagnement par une personne, par une doula. C'est beaucoup plus efficace que toutes les techniques médicales mises au point pour réduire le taux d'extractions instrumentales, le taux d'anomalies pendant le travail, le taux de médicalisation, etc. Donc si on prend avec honnêteté les publications scientifiques, on se dit, entre la technique et la doula, on choisit la doula. C'est beaucoup plus efficace, il n'y a pas de toxicité en plus, donc pas d'effets secondaires négatifs. Et le deuxième point, c'est qu'ayant accepté des projets de naissance dans le service que je dirige, eh bien, il y a des eu doulas dans les projets de naissance.*

Karine Le Marchand : *D'accord, c'est-à-dire que les parents venaient avec leur projet et la doula en faisait partie ?*

Dr Bernard Maria : *L'arrivée de doulas dans le service ces derniers mois, qui ont été très bienveillantes, et très bien accueillies par l'équipe de sages-femmes, qui n'étant pas dans la mouvance des autorités je veux dire, ne s'étaient pas posé de questions et ont pris les doulas comme étant quelque chose de bien dans l'accompagnement de ces femmes qui avaient un projet de naissance. Elles avaient déjà une expérience des projets de naissance, elles trouvaient que c'était pas mal... Donc, du coup, cette espèce d'ouverture et de bienveillance a fait que la première doula est arrivée. Et puis tout le monde a été content. La doula a été très contente, les patients, le couple a été très content et les sages-femmes ont été très contentes.*



CAR CE SONT LES PERSONNES ACCOMPAGNÉES QUI EN PARLENT LE MIEUX...

D'autres témoignages sur le site

> <https://doulas.info/annuaire/temoignages-de-parents/>

Il y a des rencontres qui changent le cours d'une vie. La nôtre est pour moi de celles-ci - pour M, pour A, pour moi aussi. Merci d'avoir répondu à mon appel au secours ce jour-là, et à tous les suivants... et merci pour ce que tu m'apportes à moi aussi.

L, soeur de la maman

Une doula ? C'est quoi une doula ? Ça sert à quoi ? C'est un peu intriguée que je me préparais à recevoir à mon domicile Agnès, ma future doula.

Le contact fut chaleureux et je me sentis immédiatement en confiance. Je débatais un peu tous mes soucis, posais plein de questions, me détendais en percevant à quel point mon interlocutrice était à l'écoute de mon parcours et de mes doutes, de mes angoisses et de mes besoins.

Nous nous sommes vues à plusieurs reprises, toujours chez moi et à un horaire qui me convenait vraiment, ce qui changeait radicalement des traditionnels rendez-vous à la maternité ou chez les spécialistes. Agnès était là pour moi et le bébé, et je réalisais à quel point le soutien d'une femme qui a déjà eu des enfants mais ne cherchait pas à m'imposer une façon de voir ou de faire me soulageait et m'aidait à y voir plus clair et à aborder mon accouchement sereinement.

Le temps ne semblait pas compter et cela aussi participa à m'apaiser. Mais surtout, j'ai vécu l'arrivée de mon bébé d'une façon extraordinaire. Plutôt que de me crisper et de bloquer, je faisais tout pour me décontracter et vivre intensément cette expérience. Je n'ai pas eu comme la première fois l'impression qu'on m'accouchait mais bien que c'était moi qui accouchais et ça c'est une chose que je n'oublierai jamais et qui a tissé un lien particulier avec mon enfant. Avec une infinie douceur et un réel savoir-faire, elle fut un ange gardien attentionné et bienveillant. Je lui suis reconnaissante pour le respect de mes convictions et la qualité de son écoute. L'accompagnement à la naissance que propose la doula est une aide formidable que je recommande chaleureusement à toutes les futures mamans.

Laurence

Pascale m'a accompagnée, individuellement, à domicile, avec une écoute bienveillante, un respect total, et une disponibilité extraordinaire, à une période très délicate de ma vie (après le départ de mon compagnon, en début de grossesse), je suis bien placée pour savoir à quel point son aide m'a été précieuse pour retrouver le moral, retrouver ma dignité, reprendre confiance en moi. Aujourd'hui, je suis sereine et joyeuse, cela me semblait impossible à l'automne dernier, mais c'est pourtant le cas : son accompagnement m'a requinquée, revigorée.

Donc un grand merci à elle, elle m'a donné bien plus que ce qui était prévu au départ, elle est venue avec moi pour faire les courses pour le bébé et la maternité, j'aurais eu du mal à tout porter seule, allant même jusqu'à me livrer à domicile le siège auto (mignon et pas cher) qu'elle est allée m'acheter au supermarché du coin !

Laetitia, maman de Melody

"C'est vous les parents, c'est vous qui savez". C'est le plus beau conseil que l'on nous ait donné. Pour cela, ton écoute et ton soutien, nous te remercions très chaleureusement.

Sylvaine et Patrick, parents de Victor

Merci pour ton aide et ta présence. Tu m'as aidé à trouver la confiance pour mener à bien mon rêve le plus cher...

C., maman

Un grand merci pour tout, ta présence, ton accompagnement, et tout le reste encore.

Je n'aurais jamais pensé qu'une doula aurait pu nous apporter autant. Tu as été d'une aide précieuse pour N. et moi, à la fois pendant la grossesse, et également le jour de l'accouchement. On se souviendra toujours de ce que tu as fait pour nous et pour cela nous te sommes infiniment reconnaissants ! Merci !

Q., papa



LISTE COMPLÈTE EN SUIVANT LE LIEN :

> <https://doulas.info/revuedepresse/medias/>

- Live Elsa Uzan (doula) et Ana Roy (sage-femme), Instagram @elsauzan_doula, janvier 2023
- Je suis sage-femme et je soutiens les doulas, Instagram @marine.lasseur, octobre 2022
- Doula - Leslie Lucien & Anthony Bouvier, Marine Lasseur, avril 2022
- NYC vise à réduire les inégalités raciales dans les soins de santé maternelle en offrant un accès gratuit aux doulas, zimoneews.com, 27 mars 2022
- Et toi c'est qui ta doula ? - Episode 1 : C'est quoi une doula ?, FM 43, février 2022
- Doula : pour une naissance plus douce, Télématin, 5 novembre 2021
- Doulas : À boire et à langer, Causette n°127, novembre 2021
- Dove finance des doulas pour réduire la mortalité maternelle des femmes noires, Madmoizelle, 30 août 2021
- Les doulas : accompagner la naissance sans discriminer, Aleeka, le magazine afropolitain, 17 avril 2020
- Moins seules pour avorter, Le Devoir, 3 juin 2019
- Vis mon job de doula et accompagnante à la naissance, Rockie, 30 mai 2019
- Yoga, doula, acupuncture : Comment gérer sa grossesse et son accouchement avec sérénité, 20 minutes, 15 avril 2019
- Sintija, doula en Finlande, La maison des maternelles, 14 février 2019
- La Matrescence : qu'est-ce qu'un doula ?, La Matrescence, 29 mars 2019
- Meghan Markle enceinte : Elle a engagé une "doula" pour son accouchement, PurePeople, 4 février 2019
- Une doula c'est quoi ?, Outremers Be You, 3 mai 2018
- Plus de doula à New York pour réduire les décès autour de la naissance, New York Times, 22 avril 2018
- Profession : doula, La maison des maternelles, 19 février 2018
- Grandir autrement, dossier : sages-femmes et doulas, Grandir autrement n°68, janvier février 2018
- Les secrets d'une doula pour une belle grossesse, NaturelleMaman.com, 28 octobre 2017
- Des "thanadoulas" pour vous escorter vers la mort, Radio-Canada.ca, 4 décembre 2016
- Doula, un nouveau métier pour soutenir la femme enceinte, Centre Presse Aveyron, 8 décembre 2015
- Une doula pour les futures mères, Ça m'intéresse, n°412, juin 2015
- La doula accompagne et soutient la future mère et son entourage, Le Progrès, 21 février 2015
- Qu'est-ce qu'une doula ?, Lorraine matin sur France 3 Lorraine, 15 septembre 2014
- Accompagnement à la naissance, le rôle de la doula, Prévention Santé, 29 septembre 2014
- Une doula, pour m'accompagner pendant ma grossesse, 18 avril 2014, France 3 Picardie
- Jamais sans ma doula !, L'Express Styles, 27 novembre 2013
- Une doula pendant ma grossesse, Version Femina, 11 mai 2012
- La doula accompagne la naissance en douceur, Ouest France, 13 octobre 2011
- Grossesse : se faire accompagner par une doula, France Info, Tout Comprendre, 9 juin 2011
- à quoi sert une doula ?, Les Maternelles, France 5, 16 mai 2011
- Naissance : sage-femmes et doulas, aufeminin.com, 31 août 2010
- Connaissez-vous les doulas ?, Le Parisien, 29 mai 2010
- Tout savoir sur les doulas, neufmois.fr, 16 novembre 2009
- Enceinte ? Faites-vous mater, Télé 7 Jours, semaine du 2 au 8 mai 2009
- Des doulas pour accompagner les parents sur le chemin de la naissance, Parents, mai 2008
- Doulas, un nouveau métier ?, Santé-Médecine.Net, janvier 2008
- Les doulas, un nouveau concept pour femmes enceintes arrive en France, Journal de 13h, France 2, 19 septembre 2007
- Tu enfanteras avec la doula, Le Nouvel Observateur, n°2233, semaine du jeudi 23 août 2007
- Le magazine de la santé, France 5, 6 juin 2007
- Le phénomène des doulas, RFI, Les visiteurs du jour, 31 mai 2007
- La doula, un accompagnement affectif de la maternité, Les Maternelles, France 5, 26 avril 2007
- C'est quoi une doula ?, Biba n°221, mai 2006
- La doula : son rôle pendant la grossesse, Pauline Merle, MagicMaman.com, 2006
- Jamais sans ma Doula, Le Figaro Madame, 29 octobre 2005
- La doula : une accompagnatrice pendant la grossesse et l'accouchement, etreenceinte.com, juin 2005
- Doula, un nouveau métier, Famili n°133, mars 2004
- L'accompagnement lors de l'accouchement et le rôle de la doula, Pampers Parenting Institute, janvier 2004
- L'accompagnante, Une naissance heureuse, Isabelle Brabant, octobre 2003
- Qu'est-ce qu'une doula ?, Pour une naissance à visage humain, Claude-Suzanne Didierjean-Jouveau, Editions Jouvence, janvier 2002
- La femme-qui-aide et la laveuse, Yvonne Verdier, L'Homme, 1976

HUMOUR

- Doulas en séries, Les doulas se font connaître... et on les retrouve de plus en plus dans des films, des séries, des romans...
- Ce que l'on imagine des doulas, 2012
- Confessions de fin de garde, Parodie de confessions nocturnes de Diams et Vitaa à la sauce sage-femme. Ici c'est Carole et Raph qui désespèrent à l'idée de se coller Candy la doula (accompagnatrice de naissance un peu trop cool), juin 2008



ASSOCIATION DOULAS DE FRANCE • [HTTPS://DOULAS.INFO](https://doulas.info) • CONTACT : CA@DOULAS.INFO
ASSOCIATION LOI 1901 • SIRET 491 638 318 00015