



Doulas Infos DDF N°58 - décembre 2024



Sommaire

- L'édito
- Pour une clarification officielle de la profession de doula
- Handiparentalité
- Portrait d'un doula DDF : Benjamin Roger
- Cotisation Doulas de France
- Le coin lecture : *Le manuel de survie des parents* d'Héloïse Junier
- Doulas de France, l'association en quelques chiffres

L'édito

J'ai du mal à croire que nous finalisons la dernière newsletter de l'année ! Chaque mois nous essayons de l'alimenter le mieux possible avec des actus, des livres, des événements et plein d'autres rubriques. Si jamais vous souhaitez nous partager vos envies pour les prochains Doulas Infos 2025 n'hésitez pas à répondre directement à ce mail.

Pour cette dernière de 2024, nous vous partageons le courrier que nous avons envoyé aux différentes entités concernées afin d'obtenir un rendez-vous et de discuter du cadre du métier de doula.

Ce mois-ci nous mettons aussi en avant l'handiparentalité, le premier homme à rejoindre les Doulas de France : Benjamin Roger et quelques autres pépites !

Au nom de toute l'association, nous vous souhaitons de belles fêtes de fin d'année.

Par Pauline

Pour une clarification officielle de la profession de doula

Un courrier officiel a été envoyé ce vendredi 13 décembre à destination des pouvoirs publics et des journalistes.

Cette démarche vise à demander un rendez-vous avec les autorités compétentes afin de travailler ensemble sur la réglementation de notre métier de doula. Cette initiative fait suite au reportage diffusé par BFM TV du lundi 9 décembre, ainsi qu'à différents articles de presse parus cette année (Le Monde, Libération...).

Nous sommes pleinement engagé-es à défendre notre profession et à promouvoir une reconnaissance claire et juste de notre rôle auprès des familles.

Nous vous tiendrons informé-es des suites de cette démarche. Merci pour votre soutien et votre engagement à nos côtés.

Ensemble, faisons avancer la cause des doulas en France.

[Lire le courrier](#)

L'asso à la une

Zoom sur l'handiparentalité

A l'occasion de la Journée internationale des personnes en situation de handicap qui a lieu chaque année le 3 décembre, Doulas de France a souhaité faire un petit focus sur le sujet de l'handiparentalité, les doulas pouvant aussi être des actrices de l'accompagnement des familles en situation de handicap. Et on le sait, au-delà des problématiques matérielles, la parentalité des personnes en situation de handicap fait encore l'objet de méconnaissance, voire de réticences, de la part de professionnel·les ou du grand public. Notre soutien en tant que doula peut être précieux.

Florence Méjécasse, présidente fondatrice de l'association Handiparentalité(1), en a entendu des phrases et situations stigmatisantes rapportées par des parents ou futurs parents en situation de handicap(2). Grâce à son travail au sein de l'association depuis 15 ans, et aux formations et conférences qu'elle donne, la question de l'handiparentalité est aujourd'hui moins taboue.

S'il est très difficile encore aujourd'hui de trouver des études(3) et des chiffres fiables sur la problématique des parents ou futurs parents en situation de handicap, il existe néanmoins des associations et des structures en région qui peuvent aider les parents.

Les centres ressources INTIMAGIR proposent par exemple des espaces (accueil téléphonique, lieu d'accueil et/ou sites internet ...) où chaque personne en situation de handicap, ou toute personne qui l'accompagne, peut s'informer et être conseillée pour toutes les questions en lien avec la vie intime, affective, sexuelle ; les violences sexistes et sexuelles ; le soutien à la parentalité.

L'association Handiparentalité, créée en 2010, œuvre et milite sur les sujets de l'accès aux soins, de l'accessibilité des lieux parents/enfants, de la sensibilisation au handicap, de la vie affective et sexuelle, de la prise en compte de la parentalité des personnes en situation de handicap dans la société et dans la politique sociale et sur l'accompagnement des parents et futurs parents. Elle a déployé en région des mamans relais, volontaires déléguées dans leur région par l'association et dont le rôle est de partager leur expérience de maman en situation de handicap moteur ou sensoriel, de créer du lien, du soutien et d'éviter l'isolement. Les Centres médicaux sociaux, les MDPH (Maison départementale des Personnes Handicapées) ou les services de PMI (Protection Maternelle et Infantile) de vos départements peuvent aussi être des relais utiles.

Enfin, quelques initiatives de prêt de matériels de puériculture adaptés sont déployés en région également à travers des « handi-puériculthèque », notamment dans les SAPPH (Service d'accompagnement à la parentalité des personnes en situation de handicap).

Quelques ressources pour vous : (liste non exhaustive !)

- Association handiparentalité : handiparentalite.org
- Mon parcours handicap : « Parent en situation de handicap : qui peut vous accompagner ? » www.monparcourshandicap.gouv.fr/vie-intime-et-parentalite
- Les SAPPH (Service d'accompagnement à la parentalité des personnes en situation de handicap) de votre région : monparcourshandicap.gouv.fr
- Les centres ressources INTIMAGIR : monparcourshandicap.gouv.fr/centres-ressources-intimagir

1 Association Handiparentalité : handiparentalite.org

2 « Handiparentalité : le parcours d'obstacles », ASH le site du travail social, 17.07.20
<https://www.ash.tm.fr/autonomi...>

3 Voir « Panoramas de la DREE, Le handicap en chiffres », édition 2024, publiée le 28 novembre 2024

Par Vanessa

Portrait d'un doula DDF



Benjamin Roger

Ben le doula

0676749418

benledoula@gmail.fr

Doula à Montpellier (Hérault)



Comment suis-je devenu doula ?

Professionnel de la petite enfance et parentalité depuis 2009, mes formations professionnelles m'avaient transmis de fausses croyances au sujet du métier de doula. Un soir, la curiosité m'a pris de découvrir par moi-même ce qu'était réellement être doula. J'ai donc scrollé le site de l'association DDF... et cela m'est apparu comme une évidence... c'était tellement moi ! Mes valeurs, mes souhaits mes envies étaient posés à l'écrit. J'ai donc rempli le formulaire de prise de contact et Yanick m'a répondu dans la foulée, balayant d'un simple mail toutes mes craintes, peurs et appréhensions... la semaine qui a suivi j'étais inscrit pour la prochaine session de formation.

À quoi ressemble mon activité aujourd'hui ?

Aujourd'hui je suis salarié à 80% et le reste de mon temps, bien plus que 20%, je le passe sur ma micro-entreprise, même si je suis clairement doula à 100% de mon temps professionnel. Étant au début de mon activité, je ne compte pas mon temps et mon énergie parce que j'adore ça. Sans parler du bénévolat dans différentes associations liées à la parentalité. J'ai la chance d'accompagner des femmes et des couples en individuel, chez eux, surtout en post-partum mais aussi des groupes lors d'ateliers parents/enfants, d'apéro papas ou de papotes parents.

Quels sont mes projets pour la suite ?

Mon grand rêve serait de pouvoir clairement vivre pleinement de mon activité de doula, d'accompagnant périnatal et parental et d'intervenant formateur. Le chemin est long et périlleux mais j'y crois et je me donne à fond pour y arriver.

Une anecdote, un rêve ?

Mon rêve serait que le métier de doula soit reconnu et accepté en France.

Par Yanick

Cotisation Doulas de France

Plusieurs d'entre vous nous ont informé recevoir les mails de relance des cotisations dans les spams, malheureusement c'est un problème technique compliqué à régler.

En attendant, nous vous proposons quelques solutions :

🔔 Regarder la date du renouvellement sur votre carte d'adhésion et mettez une alarme anniversaire

🔴 Vérifier vos spams

Par Pauline

Le coin lecture



Titre : *Le manuel de survie des parents, des clés pour affronter toutes les situations*

Autrice : Héloïse Junier

Éditeur : Interéditions (2e édition : Dunod)

Paru en : 2019 (deuxième édition en 2022)

Nombre de pages : 259 (288 en 2022)

Public visé en priorité : Les parents d'un enfant(s) de 0 à 6 ans, les futurs parents

Facilité à lire : ★★★★★☆

Temps de lecture : ★★★★★☆

Intérêt pour une doula : ★★★★★☆

Intérêt pour un parent : ★★★★★★

J'ai aimé : ★★★★★☆

Héloïse Junier est psychologue pour enfants, formatrice petite enfance, conférencière et autrice d'ouvrages.

Dans beaucoup de livres sur la parentalité, on nous dit ce qu'il ne faut pas faire et pourquoi sans nous donner forcément d'autres solutions. Ici, l'autrice nous donne des réponses concrètes, en s'appuyant sur des études scientifiques et les dernières découvertes sur le cerveau. Ce livre contient de nombreux exemples, il est réparti en 4 principales parties sous formes de fiches pratiques :

- Comment réagir quand... (il pleure tout le temps, il tape, il ne veut rien manger, il dit non...)?
- Faut-il ou ne faut-il pas... (le mettre en crèche pour le sociabiliser, lui interdire de dormir avec nous, le laisser s'ennuyer...)?
- Pourquoi (il risque plus de faire une crise au supermarché qu'à la maison, il lui arrive de me sourire quand je le gronde...)?
- Toutes ces autres questions que je n'ai jamais osé poser (L'adoption est-ce toujours aussi facile et merveilleux qu'on le dit? Le complexe d'œdipe existe-t-il? Comment faire de mon enfant un futur polytechnicien ultra-intelligent?).

Héloïse Junier a rassemblé les questions les plus fréquentes posées lors de ses conférences. Tout en bienveillance, elle nous donne les clés pour comprendre les concepts scientifiques et faire nos choix en conséquence. Elle décrypte avec humour et bienveillance le comportement de nos jeunes enfants, balaie les nombreuses idées reçues et donne de précieux conseils.

Ce livre nous aide à mieux comprendre les besoins de notre enfant et nous rappelle que ce n'est pas notre ennemi. Nous ne sommes pas en guerre contre nos enfants, une guerre où l'un perdrait (de préférence l'enfant) et l'autre (de préférence l'adulte) gagnerait. Essayons de voir les enfants comme des humains en construction, en plein développement, vulnérables et dont nous devons prendre soin. Il y a toujours un décalage entre le cadre des adultes (une flaque d'eau, ça se contourne) et les réactions naturelles d'un enfant (une flaque d'eau, c'est fait pour sauter dedans).

Ce livre est pour vous si :

- vous avez renoncé à être un parent idéal (ça tombe bien, ça n'existe pas),
- vous avez de l'humour (utile pour ce livre et pour être parent),
- vous avez parfois envie de jeter votre enfant par la fenêtre dépassé-e par ses réactions et comportements,
- vous pensez que les connaissances scientifiques ont plus d'importance que le point de vue de votre belle-sœur,
- vous souhaitez découvrir les pratiques parentales d'autres cultures que la nôtre.



En janvier, le coin lecture vous présentera...

Les mémos illustrés de l'accouchement d'Eve Aschour.

Afin d'alimenter la description par vos avis, vous pouvez nous faire dès à présent un retour en répondant directement à ce mail.

Par Amélie Nouvian

Doulas de France : l'association en quelques chiffres



30 bénévoles actives 0 salarié·e

Chez Doulas de France, pas de salarié·es, uniquement des personnes qui donnent gratuitement de leur temps aux 235 doulas adhérent·es.

1 643 h* de bénévolat

Soit un·e salarié·e à temps plein pendant 10 mois. Si ces heures de bénévolat étaient valorisées à la hauteur du SMIC, son salaire serait de 19 000 €. Si la valorisation était faite par rapport aux qualifications nécessaires, nous passerions à 34 000 €.

8 pôles de travail

Événementiel, communication interne, communication externe, informatique, annuaire-marrainage-éthique, vie associative, presse, juridique.

30 domaines d'activités

Newsletter, site internet, adhésions, annuaire, équivalences, organisations de réunions, accueil des nouveaux bénévoles, envoi des supports événementiels, gestion des réseaux sociaux, reconnaissance du métier, partenariats, JDD, EDN, SIPED, etc.

*Nombre d'heures calculées à partir des données temporelles recueillies auprès de nos bénévoles en 2023.

**Si vous souhaitez donner de votre temps,
n'hésitez pas à nous rejoindre !**

Par Pauline

L'équipe bénévole newsletter Doulas de France



Amélie N



Pauline



Vanessa



Yanick



Cette lettre d'information est rédigée pour vous informer de l'actualité de l'association et du monde de la périnatalité en lien avec notre métier. Si vous avez envie d'y contribuer, d'y voir traités certains sujets, contactez-nous ! Nous prendrons en compte vos demandes avec plaisir.

À bientôt !

L'équipe Doulas de France

<https://doulas.info>

Doulas de France soutient Le Hêtre Myriadis
