



Doulas Infos DDF N°63 mai 2025



Sommaire

- L'edito
- L'asso à la une : Jumeaux et plus Paris
- Retour sur les Journées Des doulas
- Portrait d'une doula DDF : Sarah David
- Le coin lecture : *Naissances merveilleuses : 40 récits d'accouchement qui racontent la magie de la naissance*, d'Ophélie Célier et Thomas Piet

L'édito

Il y a des portes qui se doivent d'être refermées doucement, sans les claquer, parce que c'est le moment parfait.

C'est ce que nous vivons souvent en fin d'accompagnement, ce dernier rendez-vous teinté de nostalgie et de gratitude... ce temps des au revoir, qui ne sont jamais des adieux, car bien sûr en cas de besoin, on rappelle sa doula, et elle revient !

Depuis quelques semaines, c'est ce que je vis avec DDF : pas à pas je clôture vingt ans de bénévolat. Une porte que je me prépare à fermer en douceur et à mon rythme.

Vingt ans depuis ma découverte des doulas... vingt ans d'investissement. En mai 2005, je participe à mes premières JDD ; en mai 2025, j'ai la joie de fêter avec vous cet anniversaire.

Le thème cette année, "Accompagner, Écouter, Militer" est venu faire écho à ce que j'ai traversé aux côtés de DDF pendant ces années.

Geneviève et Viviane sont venues y raconter les débuts de notre belle association, alors qu'une poignée de femmes s'unissaient, tissaient et bâtissaient ce qui allait devenir l'association Doulas de France. Elles ont porté cette parole qui permet de comprendre d'où l'on vient pour savoir où l'on va ; j'ai entendu dans leurs voix nos élans, nos silences et nos luttes, d'hier, d'aujourd'hui, de demain. "Accompagner, Écouter, Militer" a toujours été là, en filigrane.

Devenir doula est souvent un appel du cœur. Continuer dans cette voie avec justesse est, pour moi, un acte politique tant les implications et les répercussions sont grandes. C'est un chemin de vie qui demande force, conviction, ancrage, pour être la juste témoin d'un instant suspendu, d'un mot déposé, d'une histoire enfin racontée, d'un souffle retrouvé, d'un sourire émerveillé.

Je crois que cette manière d'être doula — en lien avec l'autre, présente, sincère, authentique — peut changer le monde, une graine après l'autre : une fois semées, elles prennent racines, grandissent, fleurissent et sèment à leur tour.

Année après année, rencontre après rencontre, le monde des doulas a laissé une empreinte profonde en moi. Il m'a offert des expériences humaines inoubliables. Il m'a donné le privilège d'entendre et d'accueillir des témoignages puissants, intenses, parfois proches de l'indicibles. Et je crois qu'il m'a permis de semer quelques graines.

Ami-es doulas, continuons à "Accompagner, Écouter, Militer". Le monde, aujourd'hui plus que jamais, en a profondément besoin.

Au revoir chère équipe Doulas Infos... Je m'éloigne doucement, et je garde le bonheur d'avoir partagé ces moments avec vous. Nos lecteurs et lectrices sont entre de très bonnes mains avec vous toutes. 💖

Par Yanick

Jumeaux et Plus Paris

Soutenir les familles de multiples dans toute leur richesse et leurs défis



Basée dans le 11^e arrondissement de Paris, l'association accompagne depuis des années les parents d'enfants multiples, qu'ils soient futurs, jeunes ou déjà expérimentés.

Accueillir des jumeaux, des triplés ou plus peut être une expérience à la fois bouleversante et merveilleuse. Dès la grossesse, les parents peuvent être submergés par une **ambivalence émotionnelle** profonde. Le bonheur d'aimer plusieurs enfants à la fois s'accompagne souvent d'un sentiment de solitude, de surcharge, et parfois de culpabilité à ne pas pouvoir répondre équitablement aux besoins de chacun. Ce **tourbillon émotionnel**, bien qu'uniquement vécu par certaines familles, mérite d'être compris et soutenu.

C'est dans cette perspective que l'association **Jumeaux et Plus Paris** joue un rôle essentiel.

Ses objectifs

- Offrir un soutien global (moral, pratique, émotionnel) aux familles concernées.
- Rompre l'isolement et valoriser les liens entre parents partageant les mêmes réalités.

Services proposés

- **Aide matérielle** : prêt ou location de poussettes, matériel de puériculture, braderies.
- **Soutien psychologique et écoute** : consultations, groupes de parole, accompagnement à la parentalité.
- **Échanges et informations** : réunions pour futurs parents, groupes privés d'échange, gazette, événements.

Coordonnées

- **Adresse** : 2 rue Henri Ranvier, 75011 Paris
- **Site web** : www.jumeauxetplusparis.fr
- **Email** : jumeauxetplusparis@orange.fr
- **Téléphone** : 01 43 70 03 31

En savoir plus

Retour sur les Journées Des Doulas

Les 17 et 18 mai derniers ont eu lieu les Journées Des Doulas à Paris, un rendez-vous tous les deux ans organisé par l'association Doulas de France. Deux jours pour se rencontrer, discuter, partager, se confier, écouter, admirer, manger, pleurer (un peu), rire (beaucoup) et bien plus encore.

Durant ces deux jours l'équipe bénévole Doulas de France s'est surpassée pour vous offrir des intervenant·es passionné·es et passionnant·es, un accueil des plus chaleureux et une réactivité à toute épreuve !

Au nom de toute l'association Doulas de France, merci à :

Catarina Ascensao, Céline Merlaud, Geneviève Prono, Ingrid Bayot, Jean-Daniel Henry, Kenda Dumont-Joseph, Léna Pillet-Scellier, Lucile Ruault, Mélissa Carlier, Naïté Dramé, Stephanie Ailloud, Viviane Lemaigre Dubreuil, Isabelle Monnier, Julie Forbeau, Leslie Lucien, Sandra Gonçalves, Virginie Franqueza, Yanick Revel pour leurs conférences sur des sujets qui nous touchent toutes de près ou de loin, merci aussi à Daniela Abadi pour sa conférence gesticulée « Corps en colère » et Eléonore Demey pour ses photos.

Merci à tous les exposant·es : Ilado, tierra madre, utera sana, la fée de la terre, le souffle d'or, mille et une tribus, ma doula création, le hêtre myriadis, AFMAN, CDAAD.

Et enfin, un immense merci à toute l'équipe bénévole qui a œuvré pendant un an pour ces journées : Marion Vautrin, Virginie Ménard, Virginie Franqueza, Amélie Dumonte, Laure Duport, Natacha Rivaille, Isabelle Monnier, Sandra Gonçalves, Adeline Couvé Caudron et Amélie Dupont.

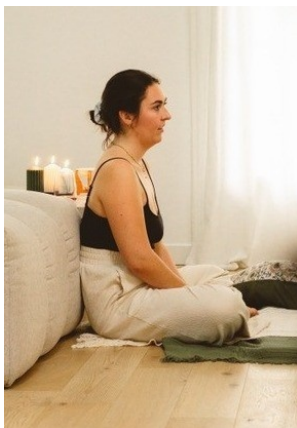
Je ne résiste pas à vous partager quelques photo dont une de votre équipe Newsletter presque au complet !

#AccompagnerEcouterMiliter



Par Pauline

Portrait d'une doula DDF



Sarah David

Doulas dans les Landes (40) et les
Pyrénées-Atlantiques (64)
06 35 48 87 17
kamaladoula@gmail.com



Comment suis-je devenue doula ?

Au fil de mes études en santé publique, je me suis passionnée pour la santé des femmes et la périnatalité, encore trop peu prises en compte par nos politiques. En explorant ces sujets, j'ai un jour découvert le métier de doula : une révélation. J'ai alors commencé ma formation au Centre Galanthis.

À quoi ressemble mon activité aujourd'hui ?

Aujourd'hui, mon accompagnement se concentre sur l'écoute, en individuel ou en cercle de parole. J'ai choisi d'ouvrir mon accompagnement à toutes les étapes de vie, convaincue de la force de notre écoute, qu'importe le moment de vie. Je facilite un cercle de parole mensuel, ouvert à toutes, quels que soient l'âge ou le vécu.

Quels sont mes projets pour la suite ?

Je souhaite renforcer ce que je construis actuellement : continuer à soutenir les femmes grâce à l'écoute. Faire connaître les cercles de parole et inviter celles qui pensent que ce n'est pas pour elles à les découvrir et les expérimenter. Mon objectif est d'élargir cet espace d'échange et de soutien pour toutes.

Une anecdote, un rêve ?

Je rêve d'un monde où l'on s'offre des temps d'écoute comme on réserve un cours de sport. Où s'alléger l'esprit devient aussi courant que sculpter son corps. Que cela devienne une habitude. Une évidence. Un jour. J'y crois fort.

Par Pauline

Sarah fait aussi partie des bénévoles de l'association Doulas de France, merci à toi pour tout ce que tu fais !





Ophélie Celier
Thomas Piet

Titre : 40 récits d'accouchement qui racontent la magie de la naissance.

Autrice : Ophélie Celier et Thomas Piet

Éditeur : Éditions Horay

Paru en : 2019

Nombre de pages : 315

Type : témoignages

Facilité à lire : ★★★★★☆

Temps de lecture : ★★★★★☆

Intérêt pour une doula : ★★★★★☆

Intérêt pour un (futur) parent : ★★★★★★

J'ai aimé : ★★★★★☆

Le petit + : Les deux auteurs ont écrit ensemble plusieurs livres pour enfants en collaboration avec différentes illustratrices : *Pourquoi papi ne fait pas la vaisselle*, *Merci mon corps...*, *l'oracle de la naissance* et un documentaire disponible gratuitement *Un chemin vers l'enchantement*.

Comment se déroule un accouchement ? Dans l'imaginaire collectif, la femme est allongée sur le dos, elle crie, encore et encore, et au bout d'un moment bébé arrive. La femme souffre. Il y a beaucoup de monde autour d'elle, du bruit. Cela doit être la réalité puisque c'est ce que nous voyons dans les séries, les films, c'est ce qui est écrit dans les livres, les témoignages... Et s'il existait une autre version ?

Ophélie et Thomas étaient à la recherche de récits qui racontaient d'autres histoires d'accouchement que celles qu'on imagine. Ils n'ont pas trouvé de livres les regroupant, ils l'ont donc créé.

Ophélie est doula, officiante de cérémonies laïques et autrice, Thomas Piet est auteur et sonothérapeute. Dans ce livre, il n'y a pas une vision unique de la naissance mais de multiples.

Ces histoires de naissance sont toutes différentes, elles ont lieu à la maternité, à domicile, en maison de naissance, dans la voiture... avec péridurale, sans, allongée, accroupie, après un travail rapide, un travail long... Elles sont racontées du point de vue de la maman, du papa ou du couple.

Et à la fin, sont proposés un choix de musique pour le jour J et une bibliographie de livres et de films pour donner le plein de confiance.

En résumé : Ce livre regroupe 40 récits d'accouchement racontés de façon positive. Préparez-vous à être ému·es et à vibrer. Faites le plein d'ocytocine ! Et si nous réenchantions la naissance ?



En juin, le coin lecture vous présentera...

Les grandes oubliées, Pourquoi l'histoire a effacé les femmes de
Titiou Lecoq

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



**"Vous ne devez jamais avoir peur de ce que vous faites,
quand vous faites ce qui est juste"**

Rosa Parks

L'équipe bénévole newsletter Doulas de France



Amélie N



Pauline



Alexia



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.

L'équipe Doulas de France - <https://doulas.info>

