

Newsletter N°4 - Hiver 2013

Le comité de Co-naître vous souhaite de très belles fêtes et une excellente année 2014 ✨

Doula

La doula est une personne qui accompagne d'une façon pratique et émotionnelle le couple durant la grossesse, la naissance et le postnatal. C'est généralement une femme qui a déjà accouché elle-même.

Historiquement ce rôle était assuré par les femmes de la famille, ou de la communauté ou encore des femmes qui faisaient équipe avec les sages-femmes.

Elles rassuraient la mère et le père; elles partageaient leurs connaissances; elles connaissaient des techniques de confort pendant le travail (position, respiration, visualisation etc.); elles pouvaient aussi s'occuper de tâches plus pratiques comme nettoyer, s'occuper des autres enfants, faire à manger, etc.

Des nos jours, les Doulas professionnelles se forment pour assurer cette accompagnement dans l'écoute et le

non-jugement, avec une connaissance de la physiologie de la naissance ainsi qu'une compréhension des interventions possibles lors des accouchements. Elles informent, rassurent et suivent les couples dans leur choix. Elles assurent une présence continue et familière pour les parents et elles constituent une source supplémentaire d'informations ainsi qu'un soutien pour l'équipe de santé.

Le rôle de la doula est, surtout, de permettre à la femme de vivre et partager ses émotions pour pouvoir optimiser les effets que celles-ci auront sur la

Suite en page 2

Nos membres

Elena Piantino, mère des 3 enfants, fondatrice et Co-directrice de FDSR (Formation Doula Suisse Romande), membre fondateur de Doula.CH (Association Suisse des Doulas), membre fondateur de Global Midwifery Council (GMC) et de Co-Naitre.

Née au Mexique, elle exerce pendant 8 ans sa profession dans le secteur « communication et médias ». Après les Etats-Unis et la France, elle s'installe finalement en Suisse en 1998 avec sa famille. Passionnée par monde de la naissance, elle finit sa formation de Doula en 2003, puis d'hypnonaissance en 2004. Actuellement elle continue de se former,

et voyage tout autour du monde pour participer à des stages et donner des cours et des conférences, en collaboration avec les sages-femmes dans le but de mieux comprendre les enjeux de la naissance

Elle accompagne des couples en tant que Doula et/ou avec l'Hypnonaissance dans la région Genève- Morges, en particulier avec des expatriés anglophones ou hispanophones. Elle assure avec Dominique Augsburger, la Formation des Doulas francophones en Suisse et elle travaille activement avec GMC dans la formation des sages-femmes spécialisées dans l'accompagnement physiologique de la naissance. Son souhait le plus cher est de permettre plus de naissances respectant la physiologie de l'ac-

couchement afin que toujours plus de parents et de bébés puissent profiter des bienfaits d'une naissance respectée. ✨



Les événements

Tentes rouges	Récupération post césarienne	Divers
<p>Le post natal 5 février 2014 - Lausanne</p>	<p>Conférence 13 février 2014 - Equilibre Formation www.equilibre-formation.ch</p>	<p>Atelier « Découverte du portages et de ses moyens »</p>
<p>« Mon corps change » 4 mars 2014 - Lausanne</p>	<p>Ateliers le 22 février 2014 - Centre Solstice Genève</p>	<p>le 17 janvier à 9h00 Ribambelle Nyon www.laribambelle-nyon.jimdo.com/</p>

Newsletter N°4 - Hiver 2013

physiologie lors de l'accouchement. Elle rencontrera les parents, elle écoutera leurs histoires, leurs craintes, leurs angoisses et ensemble ils essaieront de trouver le moyen d'appivoiser ces émotions. La doula aidera les parents à faire les choix qui leur conviennent et trouver la confiance dans leurs propres ressources.

Si les parents le souhaitent la doula pourra être présente lors de la naissance en clinique, à l'hôpital, à la maison de naissance, ou bien à domicile, toujours avec les sages-femmes ou médecins qui gèrent l'aspect clinique et surveillent la santé de la mère et de son bébé.

Les Doulas travaillent en Suisse romande depuis 2003. Depuis 2005 la FDSR assure la formation francophone agréée par l'association Doula.CH. Cette formation dure une année et se répartit en plusieurs modules, comportant différents travaux de recherche, des interviews, une participation à des groupes de soutien ainsi qu'un important travail sur soi, de manière à ce que chacune puisse accompagner dans le non-jugement et le respect. Les thèmes à étudier sont la physiologie, la psychologie de la grossesse, l'accouchement et le postnatal, les techniques de confort, la communication affective, la compréhension du milieu médical, l'allaitement, le soutien du père, le deuil et la dépression, la loi et la responsabilité. Il existe d'autres formations à l'étranger, plus ou moins longues et plus ou moins approfondies, elles ont toutes leurs spécificités, il est important que les parents et les professionnels se renseignent afin qu'ils trouvent la doula qui leur conviendra le mieux.



Les parents qui souscrivent une modeste cotisation de CHF 25.- par année bénéficient de la **gratuité sur la participation aux Tentes Rouges et à l'emprunt des livres**; ils ont également des réductions sur nos diverses prestations.

Où trouver des Doulas?

Sur le net

- ✦ www.doulasuisse.org
- ✦ www.doula.ch
- ✦ www.co-naître.ch

Sur Facebook

- ✦ Formation Doula Suisse Romande
- ✦ Doulasuisse.org

L'association du mois

Doula.CH est l'association nationale des Doulas en Suisse

doula
l'accompagnement
à la naissance



Retrouvez co-naître

Permanence téléphonique et renseignements:

+41(0)79 349 29 99 - Info@co-naître.ch - www.co-naître.ch

L'emprunt des livres et DVDs s'effectue à la Boutique Mère et Terre à Grens :

www.mere-et-terre.ch ou par téléphone : 022 361 39 66

Quelques recherches

- ✦ <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1880879>
- ✦ <http://doulas.info/ressources/etudes/>