

Thèmes des rencontres

Mon rôle de Doula est avant tout de te proposer (ainsi qu'à ton·ta partenaire) une **écoute attentive**, du **soutien physique** (pour la grossesse, mais également pour les "relevailles" : activités avec la fratrie, préparations des repas, ménage...) et **moral**.

Tu as le droit d'avoir besoin de présence et de quelqu'un pour te "décharger", c'est aussi mon rôle. J'accueillerai chacun de tes mots (maux) avec empathie, bienveillance et non-jugement.

Grossesse

Protocoles et interventions en milieu hospitalier

Naissance physiologique

Projet de naissance

Positions pendant le travail & la naissance

Visualisation & Relaxation

Aromathérapie & Phytothérapie en périnatalité

Alimentation & grossesse

Soutien en parcours PMA

...

Post-partum

Le mois d'or

Soutien à l'allaitement

Parentage proximal

Rythmes & Sommeil de bébé

Portage physiologique

Alimentation optimale post-partum

Aromathérapie & Phytothérapie pour les bébés

Baby-blues & dépression post-partum

Accompagnement post-césarienne

...

