

Haluaisitko Sinä Doulaksi?

Mikä on Doula?

Doula on kreikkaa ja tarkoittaa naisen palvelijaa. Doulat ovat vapaaehtoisia naisia, jotka saavat perehdytyksen, ohjauksen, vertaistukea sekä työnohjausta tukihenkilönä toimimiseen.

Doulan tuki perheelle alkaa raskausaikana. Doula varautuu olemaan mukana synnytyksessä ja tapaa vastasyntyneen vauvan perhettä sen toiveiden mukaan. Doulan avulla äiti tai vanhemmat voivat tutustua masuvauvaan. Doula kuuntelee äidin ajatuksia lähestyvistä synnytyksestä.

Doulan tärkein tehtävä synnytyksessä on olla läsnä ja tukea äitiä hänen toiveidensa mukaisesti.

Isä ja Doula eivät ole toisensa poissulkevia tekijöitä synnytyksen apuna. Doula voi tukea pariskuntaa, olla siis paikalla isänkin tukena. Lempeä syntymä ei saisi koskea vain äitiä ja vauvaa, vaan koko perhettä.

Jos olet kiinnostunut vapaaehtoistyöstä ja haluat toimia synnytystukihenkilönä, ota yhteyttä Lahden ensi- ja turvakotiyhdistyksen Baby Blues –toimintaan!

Sinikka Walldén ja Sonja Mäkelä
puh. 044 777 0292 (Doula)
[*doula@letk.fi*](mailto:doula@letk.fi)

