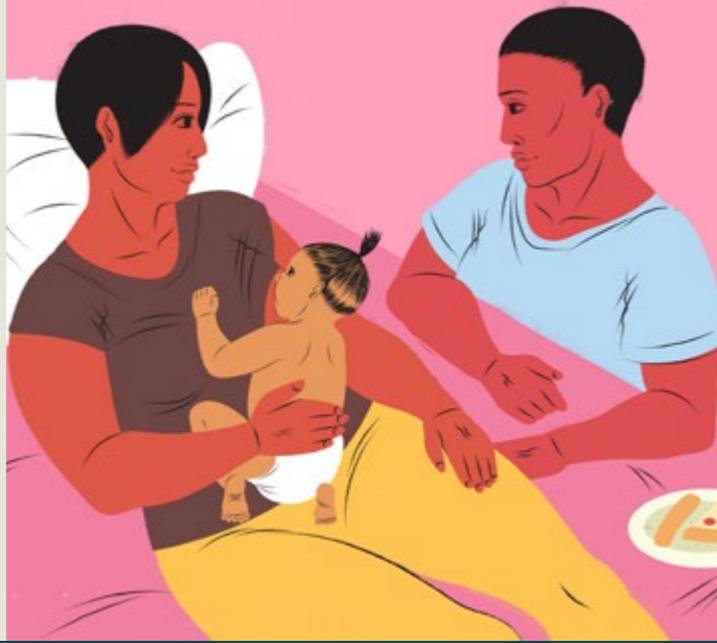


Qu'est-ce qu'une Doula ?

Une doula est une professionnelle qualifiée qui peut vous éduquer et vous préparer, vous et votre famille, à la naissance, vous soutenir pendant le travail et l'accouchement, et vous aider à vous rétablir et à nourrir votre nouveau-né après la naissance.



NYC
Health



Le recours à une doula peut présenter les avantages suivants :

- Une plus grande satisfaction concernant l'expérience de la naissance
- Un travail plus court
- Un risque moindre d'une naissance par césarienne
- Un risque moindre d'une intervention médicale
- Un lien parent-nourrisson renforcé
- Des taux d'allaitement maternel augmentés
- Un risque moindre d'une naissance prématurée ou d'un faible poids à la naissance

Comment puis-je m'inscrire ?

Pour vous inscrire ou savoir si vous êtes éligible :

- appelez le 844-653-6852, du lundi au vendredi, de 9h00 à 17h00 ;
- consultez nyc.gov/health/cdi et contactez un programme de doulas qui dessert votre quartier ;
- envoyez un e-mail à cdi@health.nyc.gov.

« C'est un programme fantastique ! Il devrait être accessible à toutes les nouvelles mères... Avoir une doula pendant ma deuxième grossesse a fait une énorme différence. » — cliente de la CDI

« Ma doula m'a aidée à avoir plus confiance en moi dans la salle d'accouchement et à comprendre ce qui arrivait à mon corps. Cela m'a permis d'avoir moins peur. » — cliente de la CDI



Pour obtenir davantage d'informations, scannez le code QR ou consultez nyc.gov/health/cdi. Pour obtenir des supports informationnels sur les doulas, appelez le **311**.

Initiative des doulas à l'échelle de la ville

Obtenez un soutien professionnel gratuit pour votre accouchement !



En quoi consiste la Initiative des doulas à l'échelle de la ville ?

Initiative des doulas à l'échelle de la ville (Citywide Doula Initiative, CDI) permet de réduire les inégalités raciales en matière de soins de santé maternels et d'améliorer l'issue des grossesses pour tous les New-Yorkais.

Les doulas de la CDI :

- offrent le soutien gratuit d'une doula dans les quartiers qui n'ont pas accès à ce service ;
- vous aident à prendre des décisions éclairées ;

« Ma doula était vraiment une personne authentique. Elle était douce, a apporté un bon soutien émotionnel, et a travaillé dur pour me fournir des ressources. »

— cliente de la CDI



- sont souvent des membres de la communauté qu'elles desservent qui ont les mêmes origines raciales ou ethniques, la même culture ou la même langue que leurs clientes ;
- sont formées pour fournir des soins respectueux qui sont axés sur vos expériences, vos valeurs et vos préférences ;
- offrent de l'aide dans de nombreuses langues, notamment l'espagnol, le créole haïtien, le français et la langue des signes américaine.

Éligibilité

Pour vous inscrire, vous devez répondre aux deux conditions suivantes :

- Vivre dans notre zone de services ou dans un centre d'hébergement ou une famille d'accueil dans la ville de New York
- Avoir un revenu compris dans une fourchette qui vous permet d'être éligible à Medicaid

Les services sont disponibles, quel que soit l'âge, la race ou l'ethnicité, l'identité de genre, le statut d'immigration ou d'assurance.

À quoi vous attendre

Lorsque vous vous inscrivez, un coordinateur de la CDI vous appellera pour discuter de vos besoins. Puis nous vous attribuerons une doula qui pourra vous soutenir chez vous et lors de la naissance.

Pendant la grossesse (soutien prénatal) :

- Éducation sur le travail et l'accouchement, pour vous aider à donner naissance en toute confiance
- Aide à créer et à exécuter votre plan d'accouchement
- Mise en contact avec des ressources, telles que le WIC (the Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children), des cours de préparation à l'accouchement et des assurances maladie

Pendant le travail et l'accouchement :

- Soutien émotionnel, physique et pratique continu (tel qu'un contact rassurant, des

motifs d'encouragement, de l'aromathérapie, et des conseils à l'attention de votre partenaire pour l'aider à vous soutenir)

- Recommandations pour rendre le travail plus confortable, telles des techniques de respiration et de relaxation
- Aide à vous adresser au personnel hospitalier pour résoudre vos questions ou inquiétudes éventuelles

Après la naissance (soutien post-partum) :

- Aide pour l'allaitement et les soins de votre nouveau-né
- Visite à domicile et conseils en matière de soins personnels
- Aide à trouver des soutiens supplémentaires, tels que des conseillers en allaitement et des professionnels de la santé mentale, selon les besoins

« Je rappelle toujours [à mes clientes] qu'elles sont en train de faire quelque chose de vraiment, vraiment extraordinaire et magique avec leur corps, et de l'écouter, de vraiment être présentes avec leur corps et de lui faire confiance. »

— doula de la CDI

« L'un des aspects les plus importants de notre travail de doula consiste à défendre les souhaits, les besoins et l'autonomie des parents qui attendent, ou donnent naissance à, un enfant. »

— doula de la CDI

