

# Besonnesch Stäip - Besonnesch Zäit

**Die Doula bietet Ihnen eine besondere Unterstützung in dieser besonderen Zeit**

**B**erufliche Qualifikation, persönliche Erfahrungen, regelmäßige Fortbildung und Supervision garantieren die Professionalität von DOULA. Wir bieten keine ärztliche, psychotherapeutische oder soziale Betreuung an und leisten auch keine Haushaltshilfe im üblichen Sinn. Wir streben jedoch eine gute Zusammenarbeit mit diesen Fachleuten und Beratungsstellen an.

Schwangerschaft, Geburt und Leben mit dem Baby wird oft als eine schwierige Umstellungsphase erlebt. Fragen, Unsicherheiten, Erschöpfungsgefühle und Überforderung können die Freude über das Baby manchmal überschatten. Dann sollten Sie Hilfe annehmen, auch schon ehe es zur Krise kommt.

Sie erreichen eine Mitarbeiterin der Initiativ Liewensufank unter Tel. 360598 von 9<sup>00</sup> bis 11<sup>30</sup> Uhr. Außerhalb dieser Zeiten eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen. Eine Doula wird sich dann bei Ihnen melden.

**360598**

## Was kostet eine Doula?

**Für Service DOULA sind wir auf Spenden angewiesen.**

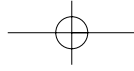
**Wir sind dankbar für jede Unterstützung.**

**CCP LU47 1111 0484 6562 0000**

**BCEE LU41 0019 7000 0278 6000**

**B**is DOULA größtenteils von öffentlicher Hand finanziert wird, bemüht sich die Initiativ Liewensufank um private und andere Spenden. Die Mitfinanzierung durch eine Kostenbeteiligung seitens der betreuten Familien ist notwendig.

Eine aktuelle Preisliste erhalten Sie bei der Initiativ Liewensufank.



# DOULA

eng besonnesch Stäip  
fir eng besonnesch Zäit

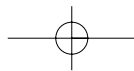


**Initiativ  
Liewensufank**

Beratungsstelle für Schwangerschaft, Geburt, Stillen und Elternschaft

20 rue de Contern • L-5955 Itzig • Tél. 36 05 98 • Fax 36 61 34

Kursräume in Itzig, Grosbous, Düdelingen und Beles



## Was ist eine "Doula"?

In alten Kulturen - und teilweise auch heute noch in traditionellen Gesellschaften - war die Doula eine Frau, die andere Frauen während der Schwangerschaft, bei der Geburt und in der ersten Zeit ihrer Mutterschaft unterstützend begleitet.

Heute fehlt vielen Frauen / Familien diese Form der Unterstützung. Deshalb hat die Initiative Liewensufank diese Frauenfigur reaktiviert und einen neuen Beruf daraus entwickelt.

Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, daß die Unterstützung durch eine Doula bei der Geburt die Geburtsdauer verkürzt, den Bedarf an Schmerzmitteln senkt und die Zahl der chirurgischen Eingriffe vermindert.

Die Begleitung durch eine Doula bringt auch während der Schwangerschaft, im Wochenbett, sowie während der Still- und Babyzeit Vorteile für die Frau, das Baby, die Familie.

## Was die Doula leistet

### Die Doula

Kommt zu Ihnen nach Hause, ganz gleich in welcher Ecke des Landes Sie wohnen.

Hört Ihnen zu, beantwortet Ihre Fragen, bespricht mit Ihnen Ihre Probleme und sucht mit Ihnen nach Lösungsmöglichkeiten.

Unterstützt Sie emotional und praktisch.

Berät Sie bei Stillproblemen und im Umgang mit dem Baby.

Begleitet Sie auch in sehr schwierigen Situationen wie Krankheit, Wochenbettdepression und beim Verlust eines Kindes.

Zusätzlich ist bei dringendem Bedarf und zeitlich kurz befristet auch Kinderbetreuung und Unterstützung im Alltag möglich.

# Sie können eine Doula beanspruchen

## vor der Geburt

Wenn Sie die Schwangerschaft als schwierig erleben und Sie neben der rein medizinischen Behandlung eine zusätzliche Unterstützung brauchen.

## Während der Geburt

Wenn Sie als alleinstehende Frau oder als Paar eine Begleitperson wünschen.

Wenn sich für die Dauer der Geburt keine andere Betreuung der Geschwisterkinder finden läßt.

## Nach der Geburt

Wenn Sie nach einer ambulanten Geburt zusätzlich zur Hebammenbetreuung eine Unterstützung zu Hause wünschen.

Wenn Sie Stillprobleme haben und sich unsicher fühlen.

Wenn das Baby viel schreit oder unruhig ist.

Wenn Sie als Mutter/Eltern eines frühgeborenen Babys, von Zwillingen oder Drillingen besonderen Anforderungen ausgesetzt sind.

Wenn Sie sich nach einer Geburt körperlich oder seelisch noch nicht erholt haben.

Wenn Ihr Baby krank oder behindert ist, oder wenn Sie um Ihr Baby trauern.

## Die Doula kommt für:

**mehrere Hausbesuche**

**die Geburtsbegleitung**

**Langzeitbegleitung über mehrere Wochen**