

Doula opleiding 2024

“Zeer intens, zeer leerrijk, zeer persoonlijk en vol levensechte verhalen die inspireren om doula te worden.”



Info, locatie & data

Lesgevers

Doula's: Leen Leysen, Annelien Goetschalckx, Line De la Ruelle, en Veerle Peeters. (doula's van links naar rechts)

Gastdocente: vroedvrouw Lies Melis



Locatie

Cultuurhostel BED MUZET
Volmolenstraat 65 – B-2500 Lier
[Bereikbaarheid](#)

Data opleiding start in juni 2024

- module 1: 14-15-16 juni 2024
- module 2: 18-19-20 oktober 2024
- module 3: 21-22-23 februari 2024

Lesuren

- vrijdag van 19.30 – 21.30
- zaterdag van 9.00 – 12.30 en 13.30 – 18.00
- zondag van 9.00 – 12.30 en 13.30 – 18.00



[Meld je hier aan voor de opleiding met start juni '24](#)

“Intens. Diep. Confronterend. Verwarmend. Geladen. Liefdevol. Doula zijn is zoveel meer dan een beroep. Het is een levensmissie.”

Prijzen en praktische info

Prijzen

€1845,- incl BTW

Vroegboekkorting: €1795,- incl BTW bij inschrijving voor 25 december 2023

Inschrijven kan enkel voor de 3 modules samen.

Uiterste datum van inschrijving

- **15 mei 2024** voor opleiding met start juni 2024

Certificatie tot doula is inbegrepen, zie voorwaarden certificering

Inbegrepen

- Syllabus
- 6x lunch (vegetarisch mogelijk)
- koffie/thee pauze
- toegang tot online studentengroep
- 2 jaar lidmaatschap Vlaamse Federatie van Doula's vzw

- 2 jaar mentorprogramma in kader van certificering

**Overnachting is niet in de prijs inbegrepen.
Aantal deelnemers**

Min. aantal deelnemers: 14 personen

Max. aantal deelnemers: 20 personen, vol=vol

Bij onvoldoende deelnemers wordt het lesgeld integraal teruggestort.

Betalingsvoorwaarden

Na inschrijving ontvang je een factuur op basis van de gekozen formule. Je kan in één keer of gespreid betalen, met de voorwaarde dat de volledige betaling voor de start van module 1 afgerond is.

Bij annulatie

Tot 1 maand voor aanvang van de cursus wordt het bedrag teruggestort verminderd met 10% administratiekosten.

Binnen de maand voor aanvang van de cursus wordt het bedrag niet teruggestort. Indien een andere persoon je plaats kan innemen, betalen we het inschrijvingsgeld terug verminderd met 25% administratiekosten.

De uitgebreide **Algemene voorwaarden van de opleiding** kan je hier lezen.

[Meld je hier aan voor de opleiding met start juni '24](#)

“Altijd vertrek ik met een beetje reserve naar trainingen waar ik niemand ken. maar alle vooroordelen die mogelijks had kunnen hebben smolten als sneeuw voor de zon. De openheid, de liefde, de appreciatie en de kennis van de trainsters was fenomenaal. Ik heb heel veel geleerd op zo een organische manier die ik enkel kan koesteren. Ik zal deze intense dagen nooit vergeten. “

Mogelijkheid tot overnachting

Mogelijkheid tot overnachten (niet in lesgeld inbegrepen)

We raden het overnachten ten zeerste aan om het groepsgebeuren optimaal te beleven en uitwisseling onderling te stimuleren. Heb je niet de mogelijkheid om te overnachten omwille van persoonlijke/familiale redenen, dan hebben we hier begrip voor. Bij inschrijving kan je dit aangeven.

Prijs voor overnachting 3 modules (onder voorbehoud van prijswijziging door de accommodatie.)

- 6 x overnachting, 6 x ontbijt – op basis van meerpersoonskamer incl lakens (excl. handdoeken) = 204 €
- Indien je een lidkaart van Vlaamse Jeugdherbergen hebt, krijg je 10 % korting op je overnachtingen. Meer info hierover: <https://www.jeugdherbergen.be/nl/info/lid-worden>

‘Dit weekend was een echte eye-opener. Ik ben mezelf meerdere keren tegen gekomen en heb enorm veel bijgeleerd! Bedankt! De passie zat er diep vanbinnen al, maar dankzij jullie kwam deze nu pas naar boven.’

Programma

Module 1

- Kennismaking
- De doula, haar geschiedenis, haar rol en haar invloed op de perceptie van de moeder op haar bevalling
- Persoonlijk proces en zelfreflectie
- Stagebegeleiding voor certificatie, in te vullen documenten, mentor-programma, werking VFvD vzw
- Coaching en verbindende communicatie
- Fysiologie van de zwangerschap en geboorte
- De rol van de doula in fysiologie
- To ‘do-la’ of to ‘be-la’
- Voorbereiding voor de arbeid en bevalling – verschillende fases van de bevalling
- Basis technieken voor ondersteuning: houdingen, beweging, methodes om comfort te verbeteren

Module 2

- Delen ervaringsverhalen
- Coaching en communicatie
- Bijzondere omstandigheden door vroedvrouw: keizersnede, stuitligging, inleiding/stimuleren, epidurale, tweeling, VBAC
- Rol van de doula in bijzondere omstandigheden
- Geboortevoorkeuren/wensenlijst
- Technieken ter ondersteuning van bijzondere omstandigheden: rebozo, moxa, acupressuur, ...
- Doula technieken: methodes om comfort te verbeteren (deel 2)
- Doulatas
- Persoonlijk proces en zelfreflectie
- Het gouden (2-)uurtje: skin-to-skin en borstvoeding

Module 3

- Delen ervaringsverhalen
- Zelfzorg
- Rol en kracht van de placenta
- Directe postpartum na de geboorte
- Omgaan met verlies
- Coaching en communicatie
- Respectvolle geboorte: 'Informed choices' & rechten van de barende vrouw,
- Je eigen praktijk starten als doula, samenwerking met andere doula's
- Herhalen van doula-technieken volgens behoeften van de groep
- Hoe moet het nu verder? Lidmaatschap VFvD vzw – mentor – stage
- Afsluiten van doula opleiding

[Meld je hier aan voor de opleiding met start juni '24](#)

“Dit voelde zo ongelooflijk goed...dit was echt thuiskomen voor mij. Ik kwam met een klein hartje maar ben zo blij dat ik dit kon meemaken. Ik voelde mij meteen aanvaard en op mijn gemak. De groep was hecht en dat heb ik nog nooit meegemaakt met zoveel vrouwen en jullie als lesgevers gaf ook vertrouwen, jullie stralen zo een rust uit! Ik heb heel wat bijgeleerd , ook over mezelf. Bedankt dat ik dit mocht meemaken.”

Ter voorbereiding

Ter voorbereiding lees je een aantal **verplichte boeken**.

Als je start met de basistraining, gaan we er van uit dat je over een basiskennis beschikt. Tijdens de doula opleiding bouwen we verder aan deze basiskennis rond zwangerschap en geboorte.

Wij raden ten zeerste aan...

Om je kennis rond fysiologie van zwangerschap en bevalling te vergroten, kan je op eigen initiatief één of meerdere van de volgende stappen ondernemen:

- Het bijwonen van thuisbevallingen via een zelfstandige vroedvrouw
- Meelopen in ziekenhuis om het verloop van een bevalling en de taak van de vroedvrouw te observeren.
- Bijwonen van een sessie : zwangerschapscursus, zwangerschapsyoga, hypnobirthing, mindfull bevallen, borstvoeding,...

[Meld je hier aan voor de opleiding met start juni '24](#)

“Inspirerend, verrijkend, helend, uitdagend!”

“Enorm leerrijk”

“Zeer fijn ik ben een ander mens geworden “

Voorwaarden tot certificering

- 3 modules van doula opleiding afgerond hebben.
- Lidmaatschap van VFvD vzw gedurende 2 jaar is inbegrepen. Automatisch word je opgenomen in het mentorprogramma, na het volgen van de eerste module.
- Minstens 3 geboortes zelfstandig begeleiden (in overleg met je mentor), inclusief de prenatale gesprekken, ondersteuning bij de geboorte en een nagesprek. Hiervoor heb je 2 jaar de tijd na instappen in mentorprogramma. Je mentor ondersteunt je hierin.
- Inleveren van de documenten en verslagen die bij begeleidingen horen, met een kritische zelfreflectie van je rol als doula.
- Positieve evaluatie van zowel de mentor als de mentee.
- Meer details zie **Huishoudelijke reglement**.

[Meld je hier aan voor de opleiding met start juni '24](#)

