



## **DOULA – KDO JE TO?**

Za še lepšo izkušnjo nosečnosti,  
poroda in zgodnjega starševstva

**PRVI SVETOVNI TEDEN DOUL**

**21. marec – 28. marec 2012**

Ljubljana

Dobrna

Maribor

Kranj

Novo mesto

Nova Gorica

Izola



Združenje slovenskih doul vas ob svetovnem tednu doul vabi na brezplačne dogodke, redna srečanja in delavnice.

### osrednji dogodek

#### ***Doula – kdo je to?***

Predstavitev dela doul

Predvajanje kratkega dokumentarnega filma *The Essential Ingredient: Doula*

Pogovor med doulami, strokovnjaki porodne oskrbe in starši z izkušnjo doule pri porodu

Pogovarjali se bodo: *dr. Zalka Drglin*, doktorica ženskih študij, raziskovalka, predavateljica, svetovalka, avtorica številnih člankov in knjig na temo porodne oskrbe; *Eva Macun, dr. med.*, specialistka ginekologije in porodništva; *Marija Ocvirk, dr. med.*, IBCLC, specialistka ginekologije in porodništva; *Teja Zakšek*, vodja katedre za babištvo in babica v porodni sobi; *Brigita Ogorevc*, babica v porodni sobi; doule in družine z izkušnjo doule pri porodu.

Moderirala bo *Urška Kotnik*, doula.

**Sobota, 24. marec, ob 17:00** Ljubljana,

Znanstvenoraziskovalni center SAZU, Novi Trg 2

### ***Prehrana med nosečnostjo in dojenjem***

Redno srečanje za nosečnice in njihove partnerje

**Sreda, 21. marec, ob 17:00** Terme Dobrna, Hotel Vita, predavalnica Vivat

### ***Vloga doule v slovenskem prostoru***

Predvajanje dokumentarnega filma *Doula! The ultimate birth companion* in pogovor

**Sreda, 21. marec, ob 18:00** Terme Dobrna, Hotel Vita, predavalnica Vivat

### ***Joga za nosečnice***

Redna vadba joge za nosečnice

**Sreda, 21. marec, ob 18:00** Ljubljana, Shanti center, podhod Ajdovščina

### ***Joga za mamice z dojenčki***

Redna vadba joge za mamice z dojenčki

**Četrtek, 22. marec, ob 10:00** Ljubljana, Shanti center, podhod Ajdovščina

### ***Demonstracija dela doul***

Predstavitve dela doul s simulacijo

**Četrtek, 22. marec, ob 16:15** Maribor, pri paviljonu v mestnem parku (če bo slabo vreme, pa v prostorih združenja Vis Feminea)

### ***Brest is Best***

Predvajanje izobraževalnega filma o dojenju in pogovor

**Četrtek, 22. marec, ob 18:00** Ljubljana, Shanti center, podhod Ajdovščina

### ***Pogovor na Radiu Koper***

Pogovor z doulo in mamico, ki je imela doulo pri porodu.

**Petek, 23. marec, ob 11:30** Radio Koper

### *The Essential Ingredient: Doula*

Predvajanje kratkega dokumentarnega filma *The Essential Ingredient: Doula* in pogovor

**Petek, 23. marec, ob 17:00** Kranj, Bušček center

### *Doula! The ultimate birth companion*

Predvajanje dokumentarnega filma *Doula!*, predavanje doule in pogovor na temo porodne izkušnje

**Petek, 23. marec, ob 17:00** Novo mesto, knjižnica Mirana Jarca

### *Porodna hormonska simfonija ali kako je naše telo narejeno za rojevanje*

Delavnica, ne kateri bomo spoznali, kako je narava poskrbela za optimalen potek poroda.

**Petek, 23. marec, ob 18:00** Ljubljana, Shanti center, podhod Ajdovščina

### *Rojstvo*

Lutkovna predstava za otroke od 5 let dalje in pogovor z otroki

**Sobota, 24. marec, ob 11:00** Ljubljana, Trubarjeva hiša literature, Stritarjeva 7

### *Doula info točka*

Doula dežurstvo za starše v pričakovanju otročička ali tiste, ki to že so.

**Sobota, 24. marec, od 15:00 do 17:00** Ljubljana, Združenje Sezam, Novi trg 1

### *Doula – kdo je to?*

Osrednji dogodek

**Sobota, 24. marec, ob 17:00** Ljubljana, ZRC SAZU

### *Pomoč Bachovih esenc pri izzivih starševstva*

Delavnica

**Ponedeljek, 26. marec, ob 10:00** Ljubljana, Shanti center, podhod Ajdovščina

### ***Doula info točka***

Doula dežurstvo za starše v pričakovanju otročička ali tiste, ki to že so.

**Ponedeljek, 26. marec, od 15:00 do 17:00** Ljubljana, Združenje Sezam, Novi trg 1

### ***Rojstvo***

Lutkovna predstava za otroke od 5 let dalje in pogovor z otroki

**Ponedeljek, 26. marec, ob 17:00** Ljubljana, Trubarjeva hiša literature, Stritarjeva 7

### ***Doula! The ultimate birth companion***

Predvajanje dokumentarnega filma *Doula!* in pogovor

**Ponedeljek, 26. marec, ob 18:00** Nova Gorica, Ljudska univerza Nova Gorica

### ***Gibanje, vrlina prve porodne dobe***

Delavnica

Predstavitev gibalno-plesnih srečanj za nosečnice

**Ponedeljek, 26. marec, ob 18:00** Ljubljana, Shanti center, podhod Ajdovščina

### ***Porodna bolečina ali izvor moči***

Predavanje

*Mnogo žensk si težko predstavlja, da poroda ne bi čutile. In da bi zamudile nepredstavljivo moč rojstva ...*

**Torek, 27. marec, ob 10:00** Ljubljana, Shanti center, podhod Ajdovščina

### ***Povezovalno starševstvo***

Delavnica

*Vezi, ki jih stkemo z otrokom v nosečnosti, ob rojstvu in prvih letih njegovega življenja, močno vplivajo na otroka in njegovo dožemanje sveta ...*

**Torek, 27. marec, ob 18:00** Ljubljana, Shanti center, podhod Ajdovščina

**Tanka nit popka**

Slavnostni zaključek svetovnega tedna doul s plesno predstavo *Tanka nit popka*

**Sreda, 28. marec, ob 17:00** Ljubljana, na prostem na Novem trgu

**Doula! The ultimate birth companion**

Predvajanje dokumentarnega filma *Doula!* in pogovor

**Sreda, 28. marec, ob 18:00** Izola, Art kino Odeon

**Joga za nosečnice**

Redna vadba joge za nosečnice

**Sreda, 28. marec, ob 18:00** Ljubljana, Shanti center, podhod Ajdovščina



Več informacij o dogodkih:

<http://www.doula-si.org/dogodki>

Spletna stran Združenja slovenskih doul:

<http://www.doula-si.org>

Kontakt:

[info@doula-si.org](mailto:info@doula-si.org)

051 827 522

Sponzorji:

Shanti center

Vrednost d.o.o

Združenje Sezam

ZRC SAZU