interface

SCIENCES PO TOULOUSE
JUNIOR CONSEIL

envol & matrescence
EM CENTRE DE FORMATION

Livrable final

ENVOL & MATRESCENCE, centre de formation

Étude socio-statistique sur les doulas en France et les parents accompagnés ou non par une doula, rendue le 3 juin 2022

Référence étude : 2022_008_CE_001

Tous droits de reproduction réservés à Envol & Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Et à Interface SPTJC - Association régie par la loi 1901 - membre de la Confédération Nationale des Junior-Entreprises
SIRET : 527 552 798 00 011 | CODE APE : 9499Z | N°URSSAF : 310 2323 556
N° TVA intracommunautaire : FR04 527 552 798 00 011

SOMMAIRE

Executive Summary 4

Introduction 6
Présentation des questionnaires 7

QUESTIONNAIRE SUR LES DOULAS **8**
- L'idéal-type de la doula 9

Analyse quantitative **11**
- Profil sociologique des doulas 11
- Données sur la répartition démographique des doulas 13
- Cartographie de la répartition des doulas en France 14
- Données sur leur formation 15
- Données sur leurs pratiques en tant que doula 20

Analyse qualitative **29**
- Le ressenti général des doulas 29
- L'avis des doulas sur les formations 31
- L'avis des doulas sur la certification des formations 32
- Les inquiétudes des doulas 34
- Comment faire reconnaitre leurs compétences professionnelles selon les doulas 37

QUESTIONNAIRE SUR LES FAMILLES **40**

Analyse quantitative **41**
- L'idéal-type des parents ayant bénéficié des services d'une doula 41
- Cartographie des parents sur le territoire 42
- L'idéal-type des parents n'ayant jamais bénéficié des services d'une doula 52

Interface SPTJC – Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

SOMMAIRE

- Répartition territoriale des doulas et des parents 58

Analyse qualitative
- La parole aux parents **59**

Conclusion générale…….……..... 61

Notre équipe…… 62

Annexes……..…… 63

Interface SPTJC – Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

EXECUTIVE SUMMARY

Le centre de Formation, Envol & Matrescence

Envol & Matrescence est un centre de formation pour doulas, créé en 2021 et basé sur Montpellier. Le centre propose des formations à la carte dans le champs de la périnatalité, de la parentalité et de l'entrepreunariat au féminin. Aujourd'hui, ce centre de formation souhaite participer à la reconnaissance des compétences de la doula pour leur assurer une meilleure visibilité et reconnaissance au travers de la démarche de certification auprès de France Compétences de leur formation professionnelle.

Pour cela, Envol & Matrescence a fait appel à notre junior-entreprise, Interface Sciences Po Toulouse, pour réaliser une étude socio-statistique sur la situation des doulas en France ainsi que sur les familles accompagnées ou non par l'une d'elle.

L'objectif global de cette étude, réalisée en 2022, est de rendre compte de **leur situation en France** afin d'obtenir une vision chiffrée des tendances et des besoins du marché du travail, entre l'offre et la demande. La situation a été également étudiée auprès de familles françaises.

La répartition géographique des doulas et des parents interrogés est différenciée : Elles **sont fortement présentes sur quelques régions** (Auvergne-Rhône-Alpes, Nouvelle Aquitaine…) tandis que les parents sont représentés de manière relativement homogène sur le territoire métropolitain. Les territoires d'Outre-Mer en sont sévèrement dépourvus. A l'inverse, les parents interrogés sont très présents dans les moyennes petites villes et villages, tandis que les doulas exercent de manière équivalente en métropole, moyenne ville ou village.

Le présent livrable montrera **la difficile mise en relation des parents et des doulas** sur les territoires, qui s'explique notamment par une communication et un marketing sous-développés. En effet, le partage d'information et de contact se fait majoritairement par le bouche à oreille, ce qui ne permet pas une diffusion efficiente des informations sur les compétences professionnelles de doula, les compétences apportées, la nature des interventions, etc. **Les compétences professionnelles de la doula est ainsi encore très peu connu** en France, ce que les parents déplorent.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Il existe un panel extrêmement large de formation de doula, hétérogène dans leur durée, leur contenu et la force de l'encadrement. Ainsi, elles (le pronom "elle" sera utilisé principalement dans l'étude) disposent de compétences très diverses. Depuis 2021, **une forte augmentation du nombre de personnes formées** est observée. Cela alimente une crainte résultant de l'augmentation des effectifs, tandis qu'il semblerait que la demande des familles n'évolue pas. Par ailleurs, les doulas interrogées dénoncent **la faible rémunération de l'activité**, qui les oblige à exercer un autre métier en plus, ce qui les rend moins disponibles pour les nouveaux parents et les laisse souvent insatisfaites de leur situation.

La précarité des doulas rend nécessaire la reconnaissance de leurs compétences professionnelles à la fois par l'Etat et par les corps médicaux avec qui elles sont amenées à collaborer. Le livrable montrera que pour des raisons de sécurité judiciaire, de santé, de prise en charge par les mutuelles ou la sécurité sociale, de crédibilité, de visibilité et de légitimité, **il est souhaitable que les compétences professionnelles de la doula soient aujourd'hui reconnu par un diplôme.**

Ce besoin se retrouve chez les parents interrogés : qu'ils aient déjà fait appel à une doula par le passé ou non, ils sont en très grande majorité favorables à la certification de la formation, et se disent **davantage disposés à faire appel à leurs services si les elles étaient diplômées.**

Le besoin de certification pour les parents trouve notamment une explication dans le fait que les parents restent très attachés au suivi médicalisé de la grossesse et de l'accouchement. Il est donc nécessaire que les doulas et le personnel médical entourant les parents soient coordonnés et collaborent pour le bien des parents. Par ailleurs, **le diplôme, porteur de légitimité et de crédibilité, aiderait indubitablement le personnel médical à les accepter** dans les structures de soins classiques où elles ont du mal à trouver leur place pour le moment.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

INTRODUCTION

Présentation de l'étude

Contexte

Une doula est une personne qui apporte soutien et accompagnement moral et pratique à une personne enceinte ou un couple durant la grossesse, la naissance et/ou la période néonatale. Cependant, ses compétences professionnelles ne sont pas reconnues par l'Etat en France. Le centre de formation Envol & Matrescence, proposant des formations à l'activité de doula, souhaite ainsi participer à la reconnaissance de leurs compétences professionnelles et a donc fait appel à Interface SPTJC afin de réaliser une étude socio-statistique sur la situation socio-professionnelle des doulas en France et des familles accompagnées ou non. Cette étude a été réalisée entre avril et juin 2022.

Problématique de l'étude

Rendre visible les compétences professionnelles de la doula passe notamment par la labellisation des formations. En ce sens, l'obtention d'une certification au Répertoire Spécifique (RS) auprès de France Compétences permettrait de garantir la qualité, le sérieux et le professionnalisme d'Envol et Matrescence comme organisme de formation. De même, être inscrit au Répertoire spécifique permet aux stagiaires d'obtenir une certification de leurs compétences enregistrées par l'Etat français et de pouvoir financer sa formation avec son Compte Personnel de Formation (CPF). Néanmoins l'obtention d'une certification au Répertoire Spécifique (RS) est un processus très difficile qui nécessite de réunir des données statistiques sur l'activité de doula en France.

Tout l'enjeu de l'étude réside donc dans le fait de fournir des données statistiques quantitatives et des données qualitatives sur le profil des personnes exerçant l'activité de doula et sur les familles faisant appel à elles.

Objectifs de l'étude

1. **FOURNIR DES DONNEES CHIFFREES** sur le profil des doulas en France.
2. **METTRE EN EVIDENCE LES TENDANCES** et les raisons du recours à ce service par les familles.
3. **SOULIGNER LES BESOINS** pour le marché du travail d'une certification reconnue par l'Etat.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

PRESENTATION DES QUESTIONNAIRES

Contexte

Cette étude socio-statistique a été réalisée du 12 avril au 3 juin 2022.
Dans un premier temps, les étudiantes-intervenantes ont conçu deux questionnaires (un à destination des doulas et un à destination des familles) puis les ont diffusés via différents canaux : mails à l'attention des associations et centres de formation pour doulas, le réseau d'Envol&Matrescence, les groupes Facebook dédiés...
A noter que cette dernière méthode fut la plus fructueuse et a permis une diffusion rapide des questionnaires ce qui montre l'implantation des doulas sur les réseaux sociaux (qui constitue leur principal moyen de visibilité). Au contraire, les associations et centres de formation n'ont pas été très réactifs ni réceptifs à l'idée de participer à l'enquête.
Enfin les étudiantes-intervenantes ont récolté et analysé les données des questionnaires pour rédiger ce livrable.

Présentation du questionnaire à destination des doulas

Ce questionnaire vise à recueillir des données sur la situation socio-économique des doulas en France, sur leur niveau d'étude et leur formation ainsi que sur la pratique de cette activité. En somme, ce questionnaire laissait aux enquêté.e.s de nombreuses possibilités de s'exprimer via des questions ouvertes. Ainsi, au-delà d'apporter des données chiffrées sur les personnes exerçant cette activité en France, ce questionnaire a permis de récolter des données qualitatives sur le ressenti et la situation sociale des enquêté.e.s. Il faut souligner que le nombre de doulas en France est difficile à dénombrer étant donné qu'il existe peu d'études ou de recensement sur cette activité d'accompagnement. L'association doula de France existant depuis 2006 recense dans son annuaire 132 doulas. Cela souligne dès lors le manque de visibilité de cette activité professionnelle en France.
Nombre de réponses récoltées : 201

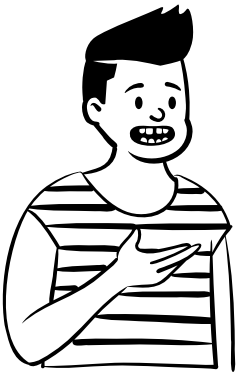
Présentation du questionnaire à destination des familles

Ce questionnaire vise d'un côté à recueillir les témoignages et expériences des parents ayant déjà bénéficié des services d'une doula, et d'un autre à récolter leurs besoins. Le questionnaire s'adresse également aux parents n'ayant jamais fait appel à l'une d'elle afin de comprendre leurs réticences et les obstacles qui se posent entre eux et les doulas. Il s'agit par ailleurs de produire des données socio-statistiques pour estimer la clientèle réelle et potentielle en France.
Nombre de réponses récoltées : 180

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

QUESTIONNAIRE

À L'ATTENTION DES DOULAS



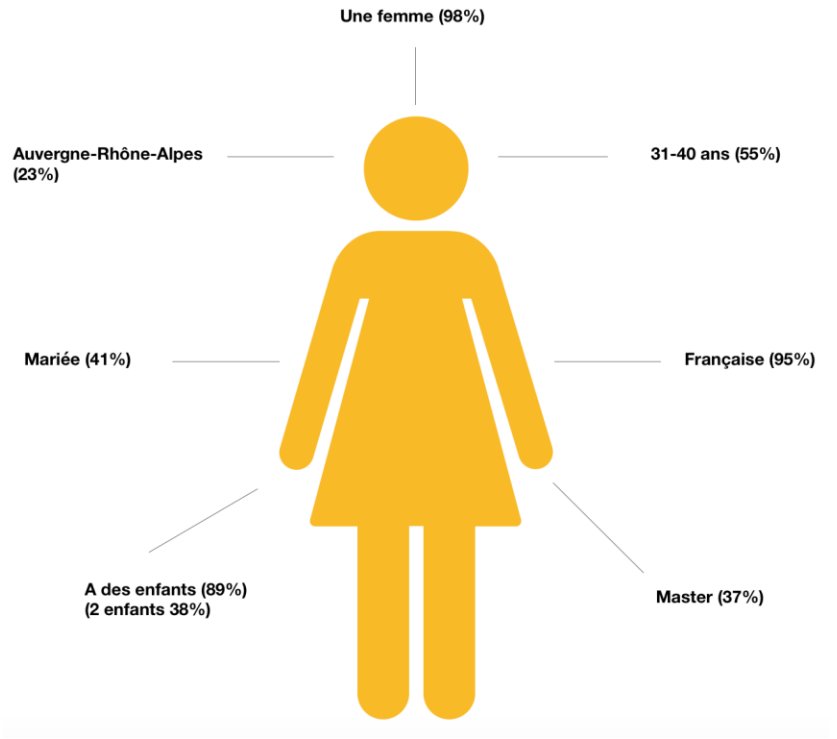
Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

L'idéal-type de la doula

Un **idéal-type est la reconstruction stylisée des traits les plus significatifs observés lors d'une étude**. Cela nous permet de faire un premier constat des caractéristiques ressorties le plus souvent dans le questionnaire avant d'observer le détail et les diversités des profils des doulas.

(lecture : 98% des enquêté.es sont des femmes, la majorité des enquêté.es a pour plus haut niveau de diplôme un master.)

PROFIL GENERAL



SA FORMATION AU METIER DE DOULA

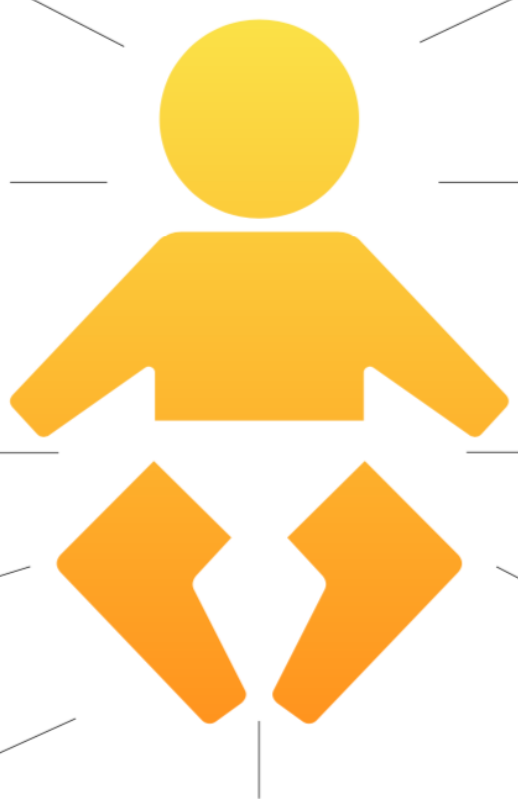
A choisi cette formation car c'était :
- avec une équipe pluridisciplinaire (61%)
- un coup de coeur (56%)
- une formation longue (53%)
- en présentiel (45%)

Tous droits de reproduction réservés

L'idéal-type de la doula

(lecture : 71% des enquêté.es ont le statut de micro-entreprise, la majorité des enquêtés exerce l'activité de doula depuis 1 an, 95% des enquêté.es ne peuvent pas vivre uniquement de l'activité de doula.)

SON METIER DE DOULA



Exerce le métier de doula **depuis 1 an (40%)**

Exerce dans une **ville petite (36%) ou moyenne (36%)**

A le **statut de micro entreprise (71%)**

Exerce **à domicile (62%)**

Cette profession n'est **pas son premier métier (95%)**

Est rémunérée **financièrement (77%)**

Exerce **un autre métier à côté de celui de doula (59%)**

Travaille moins de 5h par semaine (38%)

Ne peut pas vivre uniquement de l'activité de doula (95%)

Gagne **moins de 500€ par mois (79%)**

propose **d'autres services : (89%)**

Dont :
Rebozo (54%)
Massages (47%)
Cercles maman bébés (43%)

Tous droits de reproduction réservés

ANALYSE QUANTITATIVE

Fournir des données chiffrées sur le profil des doulas en France.

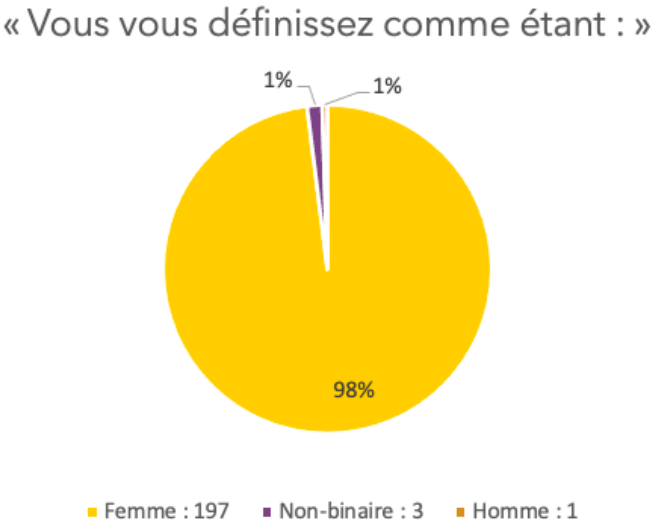
L'enjeu de cette première partie est d'établir - à l'aide des données statistiques récoltées grâce au questionnaire à l'attention des doulas - le profil des personnes exerçant l'activité de doula en France.
Ainsi, le traitement de ces données chiffrées permettra d'en savoir plus sur le profil socio-démographique, la formation et les pratiques de l'activité des doulas ainsi que sur leurs situations économiques.

Profil sociologique des doulas en France

Les doulas sont très majoritairement (à 98%) des femmes.

Une doula est donc généralement **une femme qui propose un accompagnement émotionnel, affectif et physique à une personne enceinte**. En effet, au vu des statistiques récoltées, nous pouvons largement affirmer que cette activité est majoritairement féminine.
La compréhension sociologique de ce phénomène de féminisation de l'activité de doula peut s'opérer au prisme des injonctions de genre, lesquelles favorisent les femmes d'une part et les hommes de l'autre à correspondre à des rôles et comportements « féminins » dans le premier cas et « masculins » pour le second. En effet, les métiers autour de la maternité et de l'enfance sont attribués socialement aux femmes, l'activité de doula ne faisant pas exception.

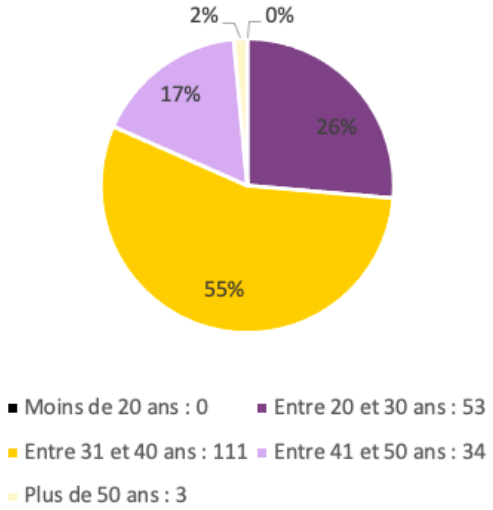
Cependant, suite à cette analyse, il faut tout de même noter que l'activité de doula n'est pas seulement composée de femmes. Une telle affirmation occulterait une diversité des genres qui est certes peu représentée, mais qui existe et peut être encouragée si cette activité était mieux encadrée et institutionnalisé. Cela permettrait donc une meilleure connaissance de celui-ci. Par exemple, le questionnaire révèle qu'1% des enquêté.es se définissent comme non-binaires et qu'il existe des hommes qui pratiquent cette activité (ici un seul selon le graphique).



Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

La tranche d'âge majoritaire est entre 31 et 40 ans.

« Dans quel tranche d'âge vous-situez vous ? »

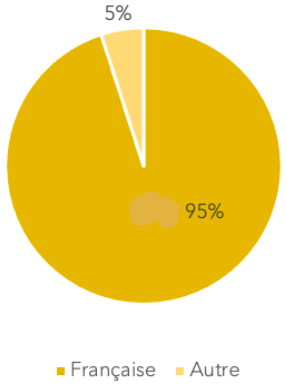


On peut noter que les tranches d'âge extrêmes (moins de 20 ans et plus de 50 ans) sont peu concernées par l'activité de doula.

Pour plus de la moitié (55%), les doulas ont entre 31 et 40 ans. Le fait que la majorité des enquêté.e.s soit de cette tranche d'âge n'est pas anodin : il semblerait que les personnes exerçant l'activité de doula soient déjà dans la vie active et en âge d'avoir fondé une famille, nous y reviendrons d'ailleurs dans les pages qui suivent.

Les doulas exerçant en France sont à 95% de nationalité française.

« Quelle est votre nationalité ? »

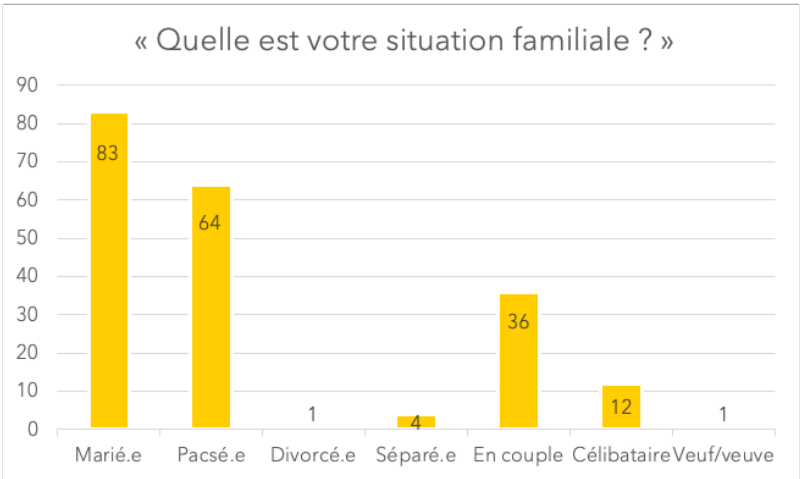


Concernant les enquêté.e.s d'une autre nationalité, ils et elles sont peu représenté.e.s. Nous recensons comme autre nationalité : belge, argentine, britannique, bulgare, colombienne, portugaise, marocaine, italienne.

La plupart des doulas sont marié.e.s.

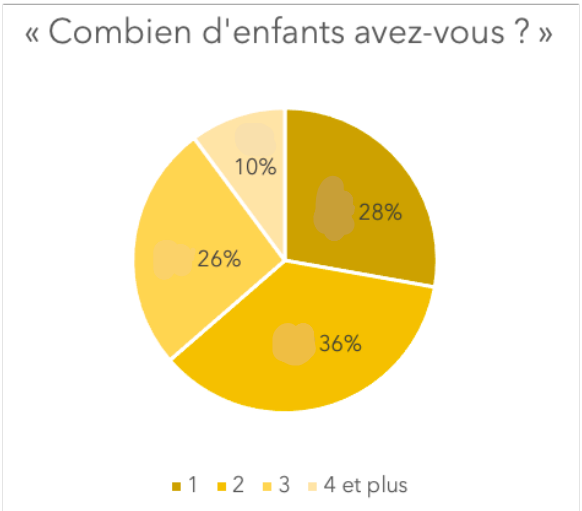
De manière générale, 91 % des enquêté.e.s ont déclaré être dans une relation (marié.e, pacsé.e, ou en couple) et qui connaissent ainsi déjà la vie de famille et ses contraintes.

→ Lecture : 83 des 201 enquêté.e.s sont marié.e.s



Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

89% des doulas de l'enquête ont des enfants



→ Lecture : 52 des 201 enquêté.es ont 1 enfants, 67 ont 2 enfants, 40 ont 3 enfants, 19 ont 4 ou + enfants.

Le fait qu'une énorme majorité des doulas ait des enfants a du sens avec leur aspiration à devenir doula et aider les familles dans les premières périodes de maternité. En effet, l'enquête a révélé que l'appétence pour accompagner les familles dans leurs expériences vient souvent après que les doulas elles-mêmes aient vécu un accouchement. L'activité répond alors à une quête de sens (cf page 29). La volonté de devenir doula est provoquée par leurs propres expériences personnelles qui agissent comme une révélation pour trouver sa voie professionnelle, un besoin de dédier sa vie professionnelle à une activité qui a du sens et qui tend à combler le peu d'accompagnement, ou du moins de préparation, dont souffrent parfois les jeunes parents.

Données sur la répartition démographique des doulas en France

Une répartition inégale sur le territoire français

On peut observer une **concentration des doulas en Auvergne-Rhône-Alpes. Les régions Ile-de-France, Nouvelle-Aquitaine et Occitanie** semblent également concentrer l'offre de doulas en France la plus importante. L'offre de doulas en revanche est inexistante hors France hexagonale (Guadeloupe, Martinique, Guyane, La Réunion, Mayotte, Corse) selon les résultats du questionnaire.

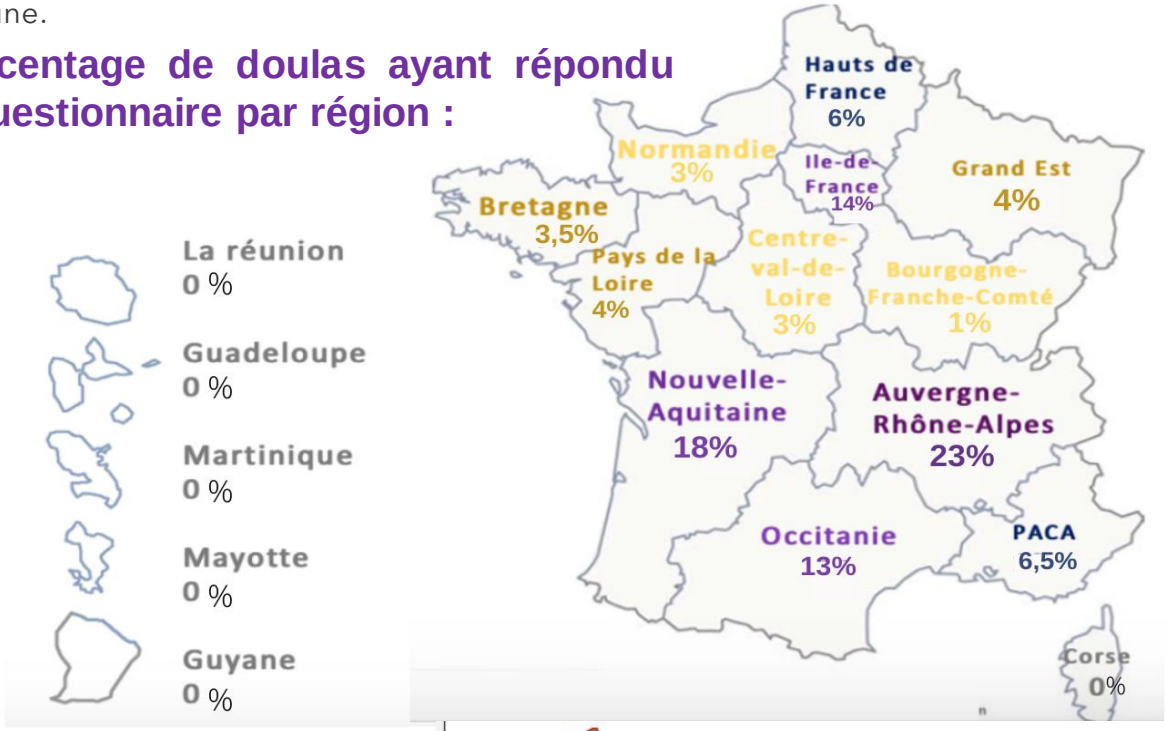
Cela peut-être expliqué notamment par l'emplacement des centres de formations. En effet, il n'existe pas de centres de formation hors France hexagonale ce qui peut expliquer l'absence de doulas dans certaines régions. Plus encore, la plupart des centres proposent des formations en présentiel dans les grandes métropoles. A titre d'exemple, jusqu'à il y a encore deux ans, il n'existait qu'un centre de formation : l'Institut de formation Doulas de France qui proposait des sessions de formations seulement à Paris, Lyon, et Bordeaux. Ainsi, cette concentration des formations dans les métropoles peut expliquer l'inégale répartition des doulas sur le territoire.

De manière générale, **les doulas se situent dans les régions les plus dynamiques et peuplées.** Les régions 'Ile-de-France et Auvergne-Rhône-Alpes sont par exemple deux régions où le taux de naissance est le plus haut en France (voir carte du taux de natalité en 2021 à la page suivante). Cette corrélation est limpide dans la mesure où l'offre des doulas va se concentrer logiquement là où il y a une clientèle potentielle.

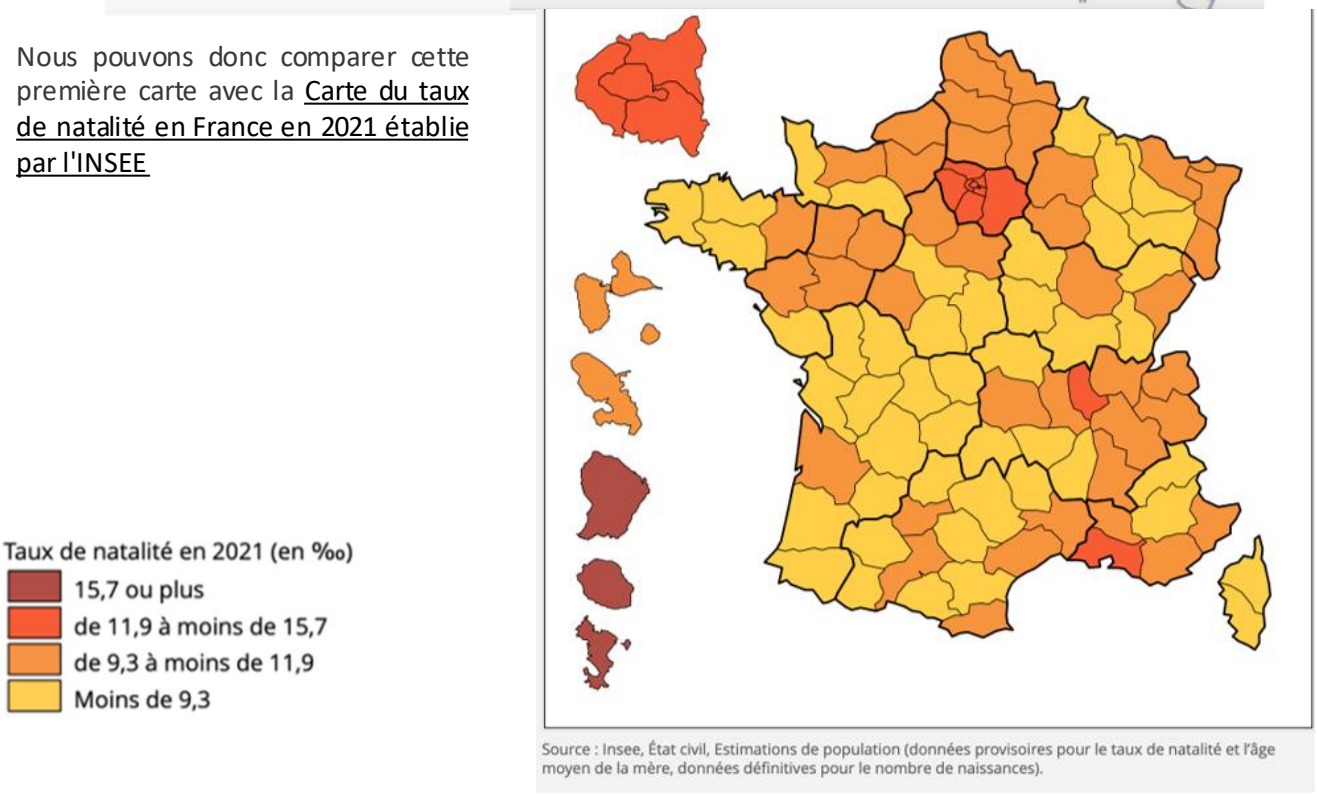
Tous droits de reproduction réservés

Nous pouvons donc comparer cette première carte avec la Carte du taux de natalité en France en 2021 établie par l'INSEE En revanche et paradoxalement, **l'offre en doula semble inexistante dans les DROM-COM qui ont pourtant un taux de natalité très élevé.** Ce manque d'offre peut être la conséquence de plusieurs raisons sociologiques (une présence familiale à proximité, un manque de connaissance des nouvelles compétences périnatales dû à un éloignement géographique…) mais le questionnaire ne nous permet pas de faire d'affirmation à ce sujet. Cette inégalité de l'offre de travail entre la France hexagonale et les DROM-COM est d'ailleurs assez commune.

Pourcentage de doulas ayant répondu au questionnaire par région :



Nous pouvons donc comparer cette première carte avec la Carte du taux de natalité en France en 2021 établie par l'INSEE

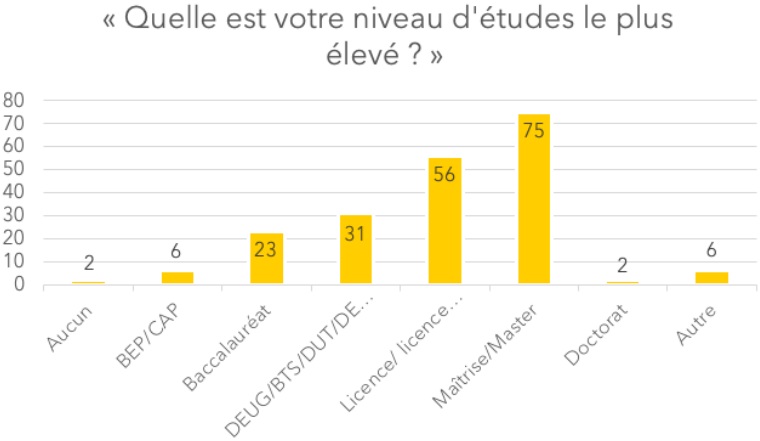


Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Données quantitatives sur la formation des doulas

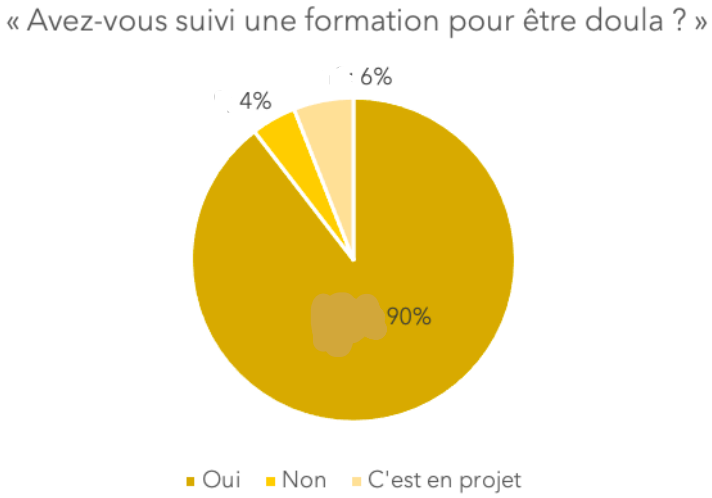
Les enquêté.e.s ont majoritairement un haut niveau de diplôme.

La majorité des doulas sont diplômées de l'enseignement supérieur :
28% détiennent une licence, licence professionnelle ou DUT. 37% ont comme plus haut niveau d'étude une maîtrise/master. Les extrêmes (aucun niveau de diplôme ou doctorat) sont peu représentés. Au vu du graphique (ci-contre), les doulas présentes sur le marché du travail sont en moyenne hautement diplômées. Ainsi, l'enquête montre que l'activité de doula concerne des personnes hautement qualifiées et qui, pour la plupart, bénéficient déjà d'expériences professionnelles. Par conséquent nous pourrions nous attendre à ce qu'elles perçoivent un revenu élevé, or l'enquête tend plutôt à souligner une précarité financière globale.



→ Lecture : 75 des 201 enquêté.e.s ont comme plus haut niveau d'étude un master / une maîtrise.

89,5% des doulas ont suivi une formation pour être doula

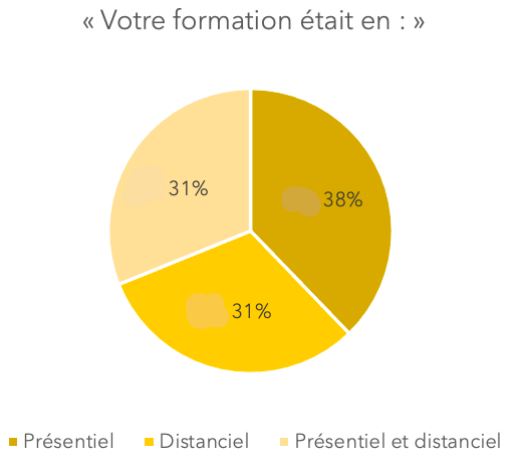


Plus que leur niveau d'études, il y a ainsi un réel investissement de la part des doulas pour proposer le meilleur service auprès de leurs clients et clientes. Leurs formations peuvent parfois aller jusqu'à deux ans et sont dans leur totalité à leur charge. **Cette large demande en formation de la part des doulas est corrélée à une large offre de formation,** parfois au détriment de leur qualité (voir la section sur l'avis des doulas sur les formations, page 30).

Ce chiffre révèle aussi qu'il semble admis dans sa globalité que pour exercer l'activité de doula, il faut être formé.e. Or, cet investissement financier fait par les doulas pour leur formation (certaines formations peuvent coûter jusqu'à 4000€ pour un enseignement pourtant en distantiel) ne leur garantit aucune reconnaissance ou revenu financier car aujourd'hui, aucun diplôme ne reconnaît leurs compétences professionnelles comme telles ce qui participe à leur précarisation et invisibilisation auprès de leur clientèle. Il y a donc une contradiction énorme entre un réel investissement des doulas dans leur formation et une incertitude flagrante concernant leur avenir professionnel.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Une répartition équilibrée entre les formats des formations.



Le plus souvent, les formations dédiées à l'activité de doula sont en présentiel (ou propose un format hybride). Il existe néanmoins des formations uniquement à distance (31%).

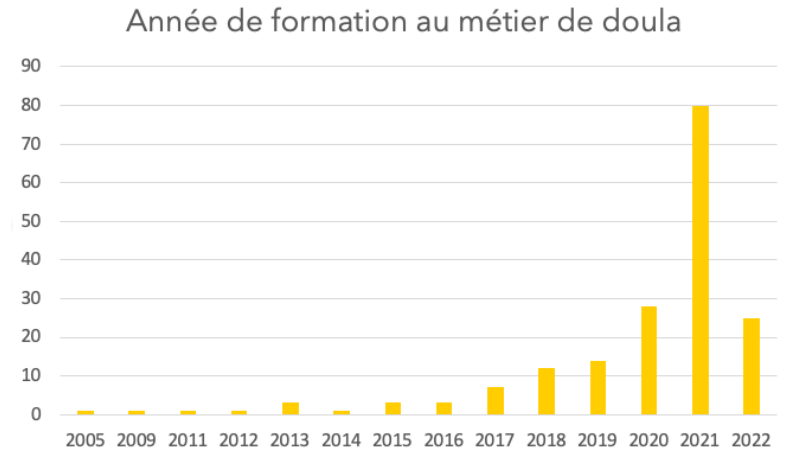
Le fait que les doulas puissent se former à distance permet d'ouvrir les formations à des personnes qui n'auraient pas pu se déplacer pour suivre celle-ci en présentiel par exemple. Cela montre une forte flexibilité des centres de formation à adapter leurs enseignements aux concerné.e.s mais également au contexte sanitaire que nous avons pu connaître entre 2020 et 2021.

44% des enquêté.e.s ont suivi une formation pour être doula en 2021

La crise sanitaire du Covid-19 sévissant depuis 2020 peut être un facteur explicatif de cette explosion du nombre de doula formées en 2021. En effet, la crise sanitaire a entraîné confinements et télétravail, ce qui a contribué aux **reconversions professionnelles** dans tous les domaines et notamment pour l'activité de doula. D'autre part, la crise sanitaire semble avoir favorisé comme nous venons de le voir, le développement **des formations en distanciel ou en format hybride** permettant d'ouvrir les formations à plus de personnes pour *in fine* redynamiser le marché du travail.

En lien avec cette importante reconversion professionnelle, la forme exponentielle du graphique ci-dessous souligne que les formations se sont graduellement démocratisées jusqu'à atteindre leur paroxysme en 2021.
De plus, l'essor de l'activité de doula est assez récent. En effet, en France, sa définition apparaît pour la première fois dans le dictionnaire Hachette seulement en 2011. Son essor s'est vu encouragé ces dernières années par le covid mais également les mouvements féministes comme le hashtag #metoo ou encore le hashtag #MonPostPartum, par exemple, qui a laissé la parole à des parents ayant eu de très mauvaises expériences. Ces périodes sont souvent difficiles pour les parents : 20% des parents font une dépression post-portum. Plus encore, le suicide maternel est la deuxième cause de mortalité des femmes en France.

De ce fait, il y a de plus en plus de formations existantes - voire trop selon certains témoignages – ce qui permet une plus grande facilité de reconversion pour les personnes qui le souhaitent. Pour autant, ces formations, bien que nombreuses et répondant à une demande importante, ne sont pas encadrées par une législation et la délivrance d'un diplôme reconnu par l'Etat ce qui peut engendrer des problèmes importants.



→ Lecture : 80 enquêté.e.s sur 201 ont suivi leur formation en 2021

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

A ce titre, voici un extrait d'un des témoignages recueillis par le questionnaire :

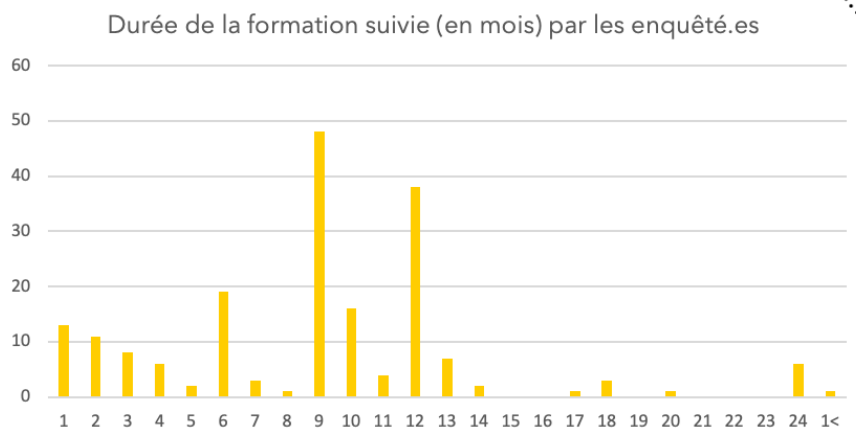
> *« Il y a, à mon sens un trop grand panel de formations dont certaines qui durent seulement 3 jours, selon moi c'est insuffisant pour devenir doula. »*

Cela est révélateur d'une réalité : le choix de formations est large mais celui-ci ne garantit pas la qualité desdites formations. A ce titre, lorsque certains centres proposent des formations de plusieurs mois, certains considèrent que quelques jours suffisent.
Or, ces formations courtes ne permettent pas souvent de dispenser des enseignements sur l'intégralité des connaissances et compétences nécessaires pour exercer une activité d'aide à la personne. Ce **manque d'encadrement et de législation des formations** dispensées pour devenir doula entraîne donc un **danger** : des personnes insuffisamment formées peuvent commettre des abus ou adopter de mauvaises postures ou habitudes auprès de leurs clients et clientes. Cela a pour conséquence de ternir l'image de l'activité auprès de parents alors mal accompagnés.
En cela, la certification des formations permettrait de réguler la durée et la qualité des formations et de limiter les abus dont certains parents ont été victimes, comme le montre ce témoignage de la part d'une mère ayant fait appel à deux reprises à un accompagnement post-partum : *« Nous avons été suivis par deux doulas pour ma grossesse. L'une des deux nous a abandonné en cours de route, demandait un tarif très élevé en mettant en avant des compétences d'ancienne sage-femme mais refusait tout acte de vérification sur le bébé et n'admettait pas la remise en question ou nos interrogations. Elle n'était pas bienveillante, jugeait nos choix de vie...* ***C'est en cela que je pense que ce serait intéressant que la formation soit certificative, afin d'unifier les pratiques et les tarifs, adopter une charte unique.*** *[…] Le « non-encadrement » de l'activité permet de trouver beaucoup de pratiquantes qui se disent doulas, mais il est difficile de faire le tri. Je me sens abusée par cette doula, qui nous a lâchés sans préavis, remettant en cause nos capacités et choix de parents. ».*

Durée moyenne de formation de l'activité de doula : 9 mois.

Malgré une disparité parfois importante entre les différentes formations, la moyenne se situe aux alentours de 9 mois, ce qui tend à confirmer l'investissement en temps et en argent que nous mentionnions tantôt.
Il est à noter que **plusieurs enquêté.e.s ont souligné le fait de suivre non pas une mais plusieurs formations** : « *Je fais le choix de piocher où ça me parle plutôt que de prendre une formation longue dans un seul organisme* ». L'enquête a révélé que le choix de formation se fait souvent au coup de cœur et que l'aspect relationnel est un critère important pour les doulas. Également, les **formations courtes sont souvent choisies par des personnes continuant d'exercer leur ancien métier** pour des raisons souvent financières. En effet, **du fait que les formations ne soient pas encadrées par une certification officielle délivrée par un organe étatique, celles-ci ne sont donc pas éligibles à un remboursement**. Ainsi ce manque de reconnaissance de l'Etat pose un problème concernant la qualité de ces dernières mais également la disponibilité des futures doulas, qui pour la plupart, nous le verrons (page 24), continuent d'exercer leur ancien métier à côté de leur activité de doulas pour subvenir à leurs besoins.
De plus, le fait qu'il n'existe pas de diplôme certifié par l'Etat à l'issue de ces formations rend difficile l'évaluation réelle de la durée de formation à l'activité de doula. **Celle-ci ne se conclut jamais par l'obtention d'un diplôme pour attester du professionnalisme et des compétences des doulas auprès de leurs clients et clientes.**

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

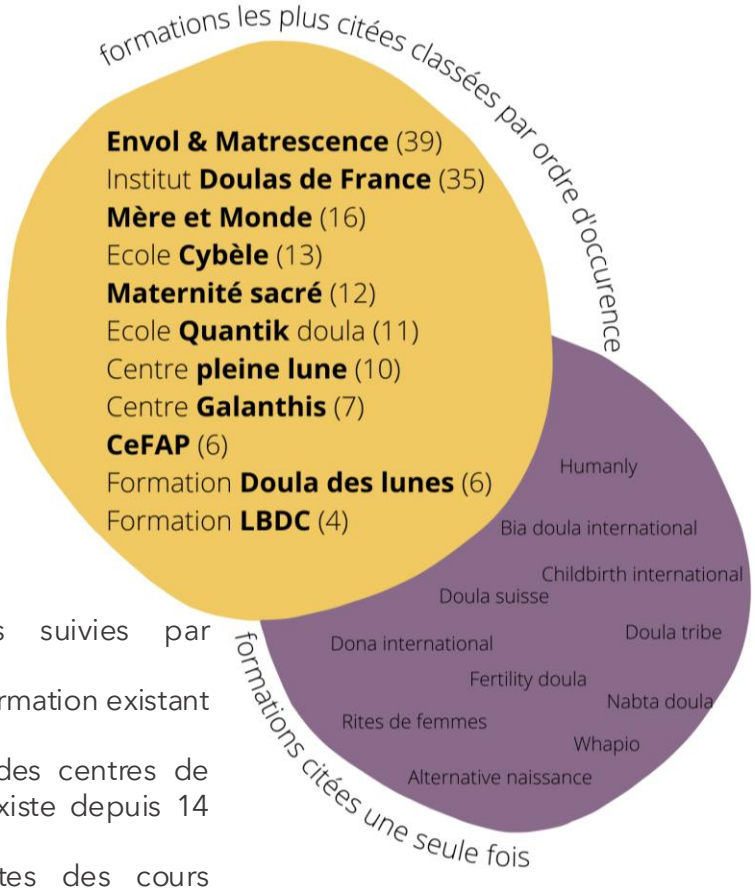


→ *Lecture : 48 enquêté.es sur 201 ont suivi une formation d'une durée de 9 mois*

Une offre en formations massive

Voici une liste non-exhaustive des différentes formations proposées en France. Il faut tout de même noter que les résultats ci-contre sont influencés par le choix des canaux de diffusions utilisés lors de l'enquête.

Cela nous permet néanmoins d'observer le **large panel de formations existantes** et celles qui sont les plus connues.



Concernant les formations les plus suivies par les enquêté.e.s :

- Envol&Matrescence est un centre de formation existant depuis 2021.
- L'institut Doulas de France est l'un des centres de formation les plus anciens (l'institut existe depuis 14 ans).
- Mère et Monde sont les spécialistes des cours de préparation à l'accouchement au Québec depuis 25 ans et a majoritairement formé les enquêté.e.s en distantiel.

Notons également que le CeFAP (Centre de formation à l'accompagnement périnatal) ne forme pas à l'activité de doula mais a été pourtant cité par les enquêté.e.s.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Le choix du centre de formation motivé par des facteurs affectifs et rationnels

Pour résumer nos propos, **le choix de formation par les femmes est motivé par plusieurs raisons**. L'enquête a permis de mettre en exergue les suivantes :

- ✓ Que la formation soit faite par une **équipe pluridisciplinaire** (pour 123 personnes)
- ✓ Que la formation soit un **coup de cœur** (pour 112 personnes)
- ✓ Que la formation soit **longue, de plusieurs mois** (pour 107 personnes)
- ✓ Que la formation soit en **présentiel** (pour 90 personnes)
- ✓ Que la formation soit **reconnue par un organisme, une autorité compétente** (pour 73 personnes)
- ✓ Qu'il y ait une **possibilité de prise en charge financière** (pour 68 personnes)

Ainsi, cela montre l'importance pour les doulas que leur formation (comme la pratique de l'activité d'ailleurs) soit une **aventure humaine**. En effet, il est plus important pour les doulas que la formation soit en **présentiel** qu'en distanciel. Également, le choix de la formation vient pour la plupart d'un **coup de cœur avec les formateurs et leur philosophie**. Cela relève du fait que l'activité de doula est avant tout une activité qui doit correspondre dans sa totalité à leurs aspirations et personnalités. Cette activité apparaît alors comme un épanouissement personnel. Une doula témoigne que pour elle cette activité est *« une activité magnifique, qui me remplit de joie chaque jour, je suis d'une infinie gratitude »*.
Par ailleurs, nous remarquons aussi des choix rationnels de la part des doulas. Il est important pour elles que la **formation** soit **reconnue** et faite par une **équipe pluridisciplinaire**. Cela montre cette demande de la part des doulas d'avoir une reconnaissance officialisée. Beaucoup témoignent d'ailleurs dans ce sens. Une doula explique que *« l'encadrement et la reconnaissance de la profession est essentiel selon moi pour garantir aux familles des services de qualité et limiter les abus »*. La reconnaissance permet donc de lutter contre les dangers que nous avons exposés tantôt. Une certification assure aux parents une meilleure transparence sur les pratiques de la doula qu'ils embauchent et permet d'éviter une mauvaise expérience. Elle permet aussi d'épargner aux doulas les préjugés. Certaines doulas témoignent de leur volonté de *« ne plus être prise pour des sorcières […] il faut que cela devienne une activité reconnue pour ne pas passer son temps à expliquer ce que nous faisons et nous sentir légitimes. »*
En ce sens d'autres critères très rationnels impactant le choix de la formation ont pu être soulignés :

> *« Le critère le plus important pour choisir une formation : **qu'elle inclut un module juridique** comme celle de l'Institut doulas de France et qu'elle s'affranchisse un minimum des mouvements de médecine alternative. »*
> *« Je pense qu'**il est essentiel que les formations insistent sur les notions et pratiques validées par la science.** Il semble y avoir de grosses dérives qui peuvent potentiellement être dangereuses pour la santé des personnes accompagnées. »*

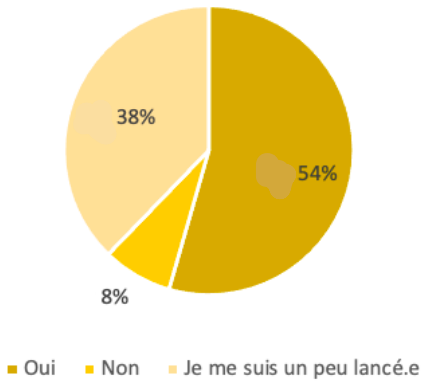
Ainsi, pour beaucoup d'enquêté.e.s, il est nécessaire que la formation des doulas aborde une **vision juridique et scientifique** afin de donner plus de sérieux et de crédibilité à leurs compétences professionnelles. Enfin, une **prise en charge financière** serait appréciée de par la précarité qu'elles endurent par l'exercice de leur activité.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Données quantitatives sur la pratique de l'activité de doula

92 % des enquêté.e.s ont commencé à exercer leur activité de doula depuis leur formation.

« Exercez-vous en tant que doula depuis votre formation ? »



A l'inverse, 8% n'exercent pas en tant que doula depuis leur formation. Leurs freins sont nombreux et reflètent également les conséquences d'une absence de reconnaissance officielle. Par exemple, sur les 14 personnes concernées, 4 expriment avoir un manque de confiance en soi. D'autres ne se sentent pas légitimes.
Ce constat est questionnant. Même après avoir suivi parfois plusieurs formations, certaines doulas ne se sentent pourtant pas compétentes pour exercer.

Cela souligne à quel point il est difficile, sans diplôme reconnu, de se positionner en tant que professionnel.les auprès des parents. La confusion entre le métier de sage femme et l'activité de la doula est grande aussi dans la représentation collective. Il est essentiel de rappeler que la doula intervient en subsidiarité d'un accompagnement médical proposé par une sage-femme et/ou un gynécologue. Un parent témoigne dans le questionnaire dédié aux familles, qu'il n'y trouve *« aucun intérêt, il existe déjà suffisamment de possibilités d'accompagnement reconnues et compétentes »*. Ainsi, les doulas, de par un manque de reconnaissance institutionnelle, sont alors confrontées à des préjugés pénalisants pour l'exercice de leurs compétences. Un parent confie par ailleurs : *« Je n'ai pas d'avis sur cette activité mis à part que ce sont des personnes qui se basent sur leurs expériences personnelles et qui n'ont pas réellement de formations techniques »*, ce qui encourage **un sentiment d'illégitimité** de la part des doulas. Parfois stigmatisé.e.s car elles ne peuvent revendiquer aucun diplôme pour prouver leurs compétences, certaines sont parfois découragées et hésitent à arrêter : *« En tant que doula je doute parfois beaucoup… nos conditions de travail liées au manque de reconnaissance sont parfois très dures. Ces jours-là, je pense beaucoup aux pays qui ont "démocratisé" la doula et je me remémore ces reportages, ces articles, ces chiffres qui prouvent que le modèle fonctionne, que la profession est légitime, d'intérêt public. »*

Et pourtant, nombreuses sont les familles qui, après avoir bénéficié d'une doula reconnaissent les avantages particuliers de faire appel à une doula : *« Pour ma part, les sages-femmes que j'ai rencontrées étaient toutes beaucoup trop tournées vers le côté pratique de soins et beaucoup moins vers le côté émotionnel. Tandis que je trouve que les doulas ont tendance à être beaucoup tournées vers l'humain, je trouve ça super »*.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

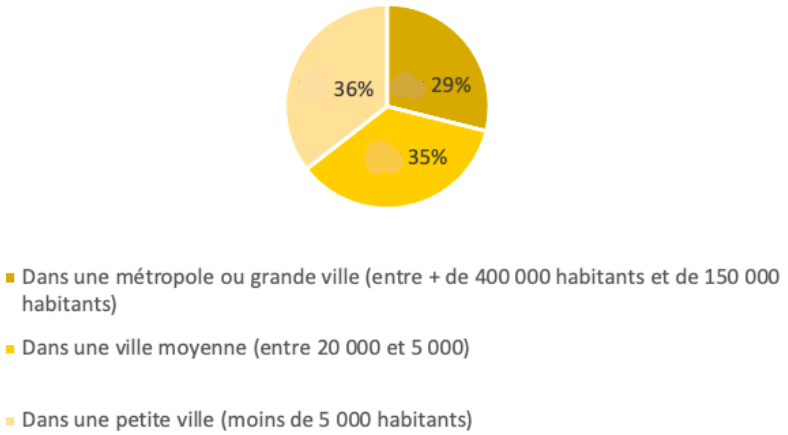
La doula intervient là où souvent le personnel médical ne semble pas assez à l'écoute pour des jeunes parents qui parfois n'ont aucune connaissance sur la maternité : *« Mon accompagnement par ma doula a été tellement précieux. Je lui en suis vraiment reconnaissante. Grâce à elle, j'ai déconstruit toutes mes croyances autour de l'accouchement […] je ne savais même pas qu'on pouvait accoucher sans péridurale ».*

Au-delà de cet **accompagnement émotionnel** très apprécié par les parents, les doulas apparaissent comme **complémentaires face à un corps médical qui parfois ne possède pas d'assez de temps pour suivre correctement les familles** : *« Ma sage-femme manquait de temps lors de mes rendez-vous elle était parfois frustrée de ne pas pouvoir honorer plus de rendez-vous post partum. Une doula aurait été un bon relais selon moi. »*

Une répartition assez homogène de l'offre en doula selon la taille des villes.

36% des enquêté.e.s exercent l'activité de doula dans une ville moyenne (entre 5 000 et 20 000 habitants) et 36% dans une petite ville (moins de 5000 habitants). En comparaison 28% exerce dans une métropole ou grande ville.
Par conséquent, l'offre de doula se situe plutôt dans des **petites et moyennes villes** même si la répartition selon la taille des villes reste assez équilibrée.

« Où exercez-vous votre activité de doula ? »

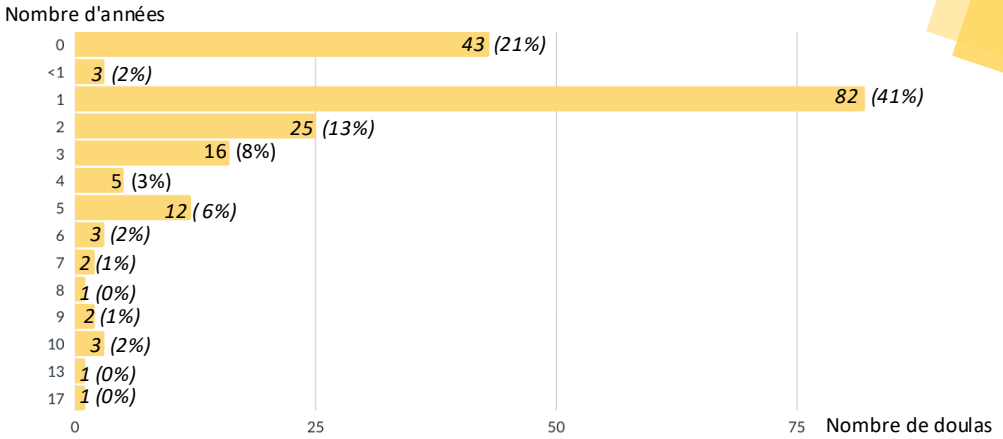


Cependant malgré une offre répartie de manière homogène dans la France hexagonale, certaines déplorent une concurrence entre doulas qui n'est pas assez régulée de part un manque de réglementation et cadre juridique. Un point essentiel pour une doula interrogée est la *« régulation des centres de formations et du nombre de personnes formées. Très concrètement aujourd'hui, peu de doulas vivent correctement car nous sommes trop nombreuses pour la demande en face. »*

Une concurrence qui parfois s'avère être déloyale. En effet du fait qu'il n'y ait pas de prix fixes et réglementés, *« certaines "cassent" abusivement le marché ».* Cette concurrence implique un climat d'insécurité entre les doulas qui voient l'arrivée de nouvelles pratiquantes comme une menace : *« Trop de doulas vivent dans l'insécurité financière et du coup sur mon territoire le climat n'est pas serein entre elles, elles ont peur qu'il y ait trop de doulas, peur qu'elles se piquent les clients… ».*

La majorité des doulas exerce depuis 1 an ou moins.

« Depuis combien d'années exercez-vous l'activité de doula ? »



→ *Lecture : 82 enquêté.e.s sur 201 (41% des enquêté.es) exercent l'activité de doula depuis 1 an.*

41% des doulas exercent depuis un an. Ce constat fait écho au graphique sur l'année de formation des doulas (en page 16) et en est le symétrique. En effet, si 2021 était l'année où le plus de doulas ont effectué leur formation (pour 44%), il est logique que la majorité des doulas exercent alors depuis 1 an ou moins.
Certaines d'entre elles exercent tout en continuant de se former ou en apprenant à créer leur propre entreprise et se heurtent à nouveau à des contraintes financières : *« Je n'exerce que depuis 3 mois pour l'instant et suis actuellement en train de me former. Je rêverais de pouvoir ne vivre que de ça mais la réalité est que je vais devoir trouver un travail à côté. »* ; *« Je suis en cours de formation de doula et de création d'entreprise, je consacre beaucoup de temps à me former en ce moment sans pour autant générer de revenus. »*. Ainsi, si la majorité exerce depuis peu ce qui permettrait d'expliquer les difficultés à trouver des clients et se faire connaître, cette précarité est tout de même largement accentuée par la situation socio-professionnelle des doulas qui ne voient pour la plupart aucun retour sur investissement d'un point de vue financier. *« J'espérais pouvoir en vivre ou du moins ne pas être déficitaire dans mon activité mais ce n'est pas le cas. L'une des raisons est que j'investis beaucoup pour essayer de me rendre visible (formation, coaching…) mais pour le moment ça ne change rien »*.

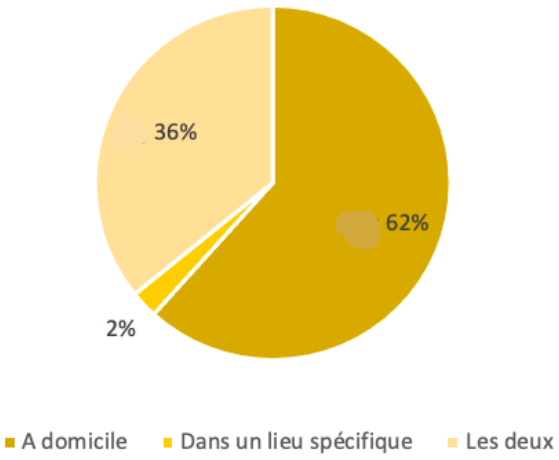
62% des doulas exercent à domicile.

Les principaux autres lieux d'exercice (autre qu'à domicile) sont :

- ✓ En cabinet (partagé ou personnel) (24 réponses)
- ✓ Dans un local loué (16 réponses)
- ✓ Dans une maison de quartier, maison de la femme, maison de santé, centre multidisciplinaire...(8 réponses)
- ✓ Dans un parc, un bar (5 réponses)
- ✓ En ligne (visioconférence) (4 réponses)

Ainsi, dans la majorité des cas, les doulas qui n'exercent pas à domicile investissent financièrement dans des lieux professionnels dédiés à leur activité pour plus de professionnalisme, ce qui engendre un coût supplémentaire.

« Vous exercez : »



Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Dans le cadre de son activité, la doula apporte un soutien émotionnel mais pas seulement.

Voici les réponses les plus choisies à la question « dans le cadre de votre activité de doula que faites- vous ? ». Cela permet d'avoir une vision d'ensemble des missions qu'elles assurent auprès des parents et de remarquer que le rôle en tant que doula est très divers.

Il faut noter que cette liste est non-exhaustive et que les services proposés par les doulas sont très larges. Ils peuvent inclure également : l'accompagnement au deuil périnatal, l'aide dans le projet d'allaitement, l'accompagnement autour des menstruations (des premières règles à la ménopause), l'accompagnement dans un projet de PMA…

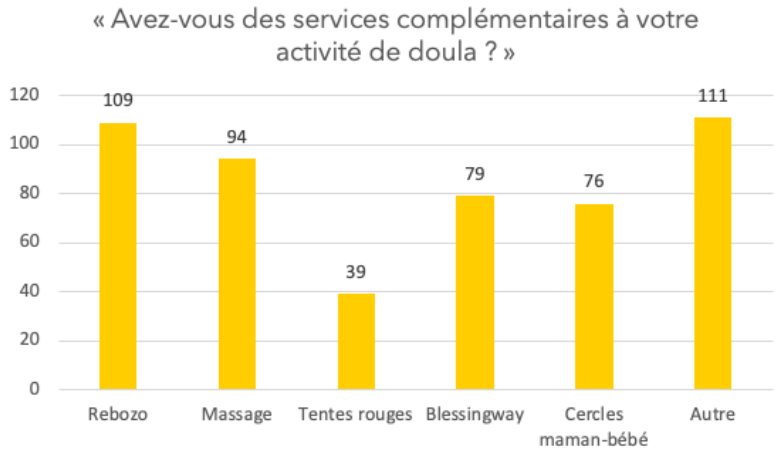
La diversité des services proposés par les doulas peut-être un avantage pour les familles qu'elles accompagnent et être un argument attractif pour trouver une clientèle. Elles permettent une diffusion plus fluide des connaissances sur la maternité, la conception de l'enfant, l'accouchement et sont **un bon relais du personnel médical**… Une mère témoigne de cette demande par exemple en expliquant : *« Je trouve important de pouvoir avoir un suivi supplémentaire non médical. Il permettrait de pouvoir avoir les réponses aux questions que l'on peut avoir lorsque l'on est parents en devenir... Je n'ai pas eu toute l'écoute dont j'avais besoin lors de ma fin de grossesse avec la sage-femme de la maternité car elle était débordée... Je pense que j'aurais pu avoir des réponses supplémentaires à mes interrogations notamment sur le projet de naissance par exemple ».*

Cette multiplication des services va de pair avec le manque de cadre réglementaire autour de cette activité qui parait comme une *« activité flou avec beaucoup de spécialisations possibles »* selon une doula, qui expliquent alors les dérives que certaines dénoncent. Cela est également encouragé par la multiplication des formations qui sont toutes différentes : *« Je suis très inquiète pour les futures mères avec toutes ces formations/coachings qui se créent dans le monde des naissances. J'ai l'impression que l'on navigue entre les jugements, les dérives sectaires et la surparentalité. Ce n'est vraiment pas évident de trouver sa juste posture dans tout ça ».* De même pour certain.e.s enquêté.e.s, **cette diversité des services accomplis par les doulas dénature l'essence même de l'activité** et empêche qu'une véritable identité de l'activité se forme et participe au contraire à un climat d'insécurité et de concurrence.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

89% des doulas proposent des services complémentaires à leur activité de doula.

En plus de missions nombreuses, certaines doulas (179 sur les 201 intérrogé.e.s) proposent des services supplémentaires. En voici les principaux :



→ Lecture : 109 enquêté.e.s sur 201 proposent comme service des soins Rebozo.

Ces activités supplémentaires proposées prennent ainsi plusieurs formes :

- Il peut s'agir de **soins** comme des massages, le Rebozo (écharpe mexicaine utilisée pour soulager la femme, lui prodiguer du confort...).
- Il peut s'agir aussi de créer des **espaces de parole** avec les tentes rouges qui sont des groupes de parole de femmes racontant leurs histoires dans un espace intime d'échange ou encore avec les cercles maman-bébé qui sont des rencontres organisées entre mamans.
- De même, il peut s'agir d'activités qui célèbrent la femme avec l'organisation de blessingway, fête inspirée des rites indiens pour célébrer la future mère.
- **D'autres activités** comme les bains sensoriels, Hypnonatal, soin en rapport avec la naturopathie, sont également proposés (regroupés sur le graphique dans la catégorie « autre »).

De manière générale, ces activités sont ancrées dans une mouvance spirituelle dont nous avons déjà fait mention et qui attise des inquiétudes et des dangers selon certain.e.s enquêté.e.s. En effet, cette mouvance peut entacher la crédibilité de l'activité de doula qui va être associée à du charlatanisme pour des parents qui sont parfois totalement hermétique au monde de la spiritualité et qui de ce fait ne considèrent pas l'activité de doula comme une véritable activité reconnue. Cela participe aussi à un rejet de la part du corps médical : *« Il y a également une grosse **mouvance ésotérique/new age qui a mon sens cause beaucoup de tort à la profession** qui est vu comme une sorte de sorcellerie/charlatanisme par beaucoup de monde et notamment par le corps médical ». « On vient très souvent greffer à l'activité de doula tout un tas d'options qui ne sont pas vraiment dans le champ de compétences/d'exercice de la doula (massage, coaching, conseils sur le sommeil des enfants, coaching couple, etc.) à tel point que la plupart des doulas ne sont en fait plus vraiment des doulas mais des coachs ou des puéricultrices ou des esthéticiennes/masseuses. Finalement plus on vient greffer d'options plus on s'éloigne de l'essence de l'activité ce qui me semble encore une fois peu judicieux. »*

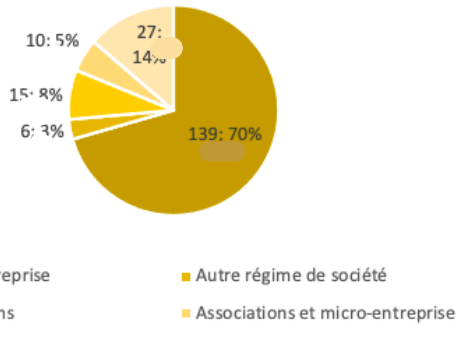
Cette dissonance serait négative autant du côté des doulas qui peinent à trouver des clients et clientes que du côté des parents, qui passent à côté **d'un accompagnement supplémentaire pourtant largement demandé** par ces derniers : *« On manque d'accompagnement au retour à la maison. Il faudrait plus de soutien durant au moins les 6 premiers mois avec bébé. » ; « Je me suis sentie seule après accouchement, pas assez accompagnée, j'ai fait une dépression post partum ».* De plus, cela participe également à empêcher la formation d'une identité de l'activité de doula en multipliant les services qui s'éloignent du cœur des pratiques de la doula.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

70% des doulas ont le statut de microentreprise.

Il s'agit d'un statut qui confère des avantages notamment en terme de liberté ou d'allègements administratifs, comptables et fiscaux. Il s'agit néanmoins d'un statut réservé aux activités ayant **un faible chiffre d'affaires.**
Parmi les enquêté.e.s ayant répondu « autre » sur le diagramme si dessous, l'enquête a recensé plusieurs réponses : le CESU (chèque emploi service universel), le statut d'auto-entrepreneur et de bénévole, sont également ressortis plusieurs fois.

« Quel est votre statut ? »

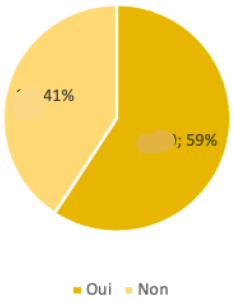


De ce fait, d'un côté, l'activité de doula est vécue par les pratiquantes et pratiquants comme une véritable activité libérale qui s'accompagne d'une matérialité administrative en complète contradiction avec les préjugés de certains parents et du corps médical.
De l'autre, l'activité est vécue comme un acte bénévole, issu d'une appartenance à une association ou non qui s'inscrit dans ce sentiment pour certain.e.s de ne pas se sentir légitimes à se revendiquer officiellement comme une activité à part et distincte des autres accompagnements périnataux.

59% des doulas exercent une autre activité à côté de celle de doula.

Le panel d'activités pratiquées à côté de l'activité de doula est très large mais il s'agit pour la plupart d'activités en lien avec le monde de la maternité, de l'aide à la personne.
Les métiers revenant le plus souvent dans le questionnaire sont :
Naturopathe (9 fois), infirmière (8 fois), éducatrice spécialisée (6 fois), masseuse (6 fois), professeur de yoga (4 fois), enseignante (3 fois), garde d'enfants (2 fois), auxiliaire de puériculture (2 fois).
Les compétences/savoirs professionnels de leur métier principal peuvent (à tord ou à raison) être remobilisés dans leur activité de doula. Cela souligne avant tout qu'un grand nombre de doula ne peut vivre uniquement de l'activité de doula et doit donc exercer une autre activité en parallèle ce qui peut engendrer des frustrations personnelles et financières. L'activité de doula est alors une activité complémentaire à côté d'un métier principal. Cela est confirmé quantitativement dans la question suivante du questionnaire :

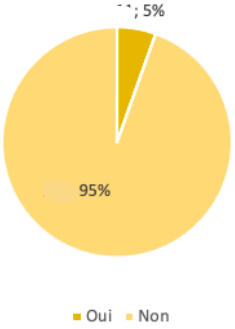
« Exercez-vous une autre activité professionnelle à côté de votre activité de doula ? »



95% des doulas ne peuvent pas vivre uniquement de leur activité de doula.

Autrement dit, presque la totalité des personnes interrogées disent ne pas pouvoir vivre de leur activité alors qu'elles ont suivi une formation et investi financièrement dans le développement de leur entreprise.

« L'activité de doula à elle-seule vous permet-elle de vivre financièrement selon vos besoins ? »

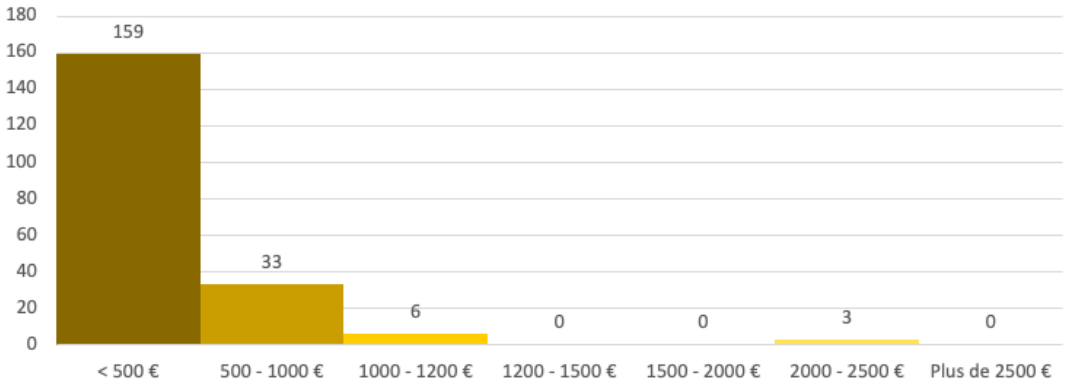


Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

79% des enquêté.e.s gagnent moins de 500 € par mois de leur activité de doula.

Ce niveau de salaire ne permet pas de vivre décemment aujourd'hui en France. A titre de comparaison, ce niveau de revenu est presque trois fois inférieur au SMIC, salaire minimum légal.

« Quels sont les revenus nets générés par mois par votre activité de doula ? (en euro) »



→ Lecture : 159 enquêté.es sur 201 gagnent moins de 500€ par mois.

En effet, parmi les 79% des enquêté.es ayant répondu « je gagne moins de 500€ par mois », 100% ont répondu ne pas pouvoir vivre de leur activité de doula à la question « L'activité de doula à lui seul, vous permet-il de vivre financièrement selon vos besoins ? ».
En conséquence, pour la plupart**, leur activité de doula ne génère pas suffisamment de revenu pour en vivre** et, nous l'avons noté, sont contraint.e.s d'exercer une autre activité à côté. Cette précarité peut être en lien également avec le mode de rémunération des doulas qui parfois ne correspond pas aux modes de rémunération traditionnels. Il faut tout de même noter que le seuil de suffisance entre doulas n'est pas forcément le même : en effet, certain.e.s ont l'aide de leur conjoint.e pour assurer les revenus de la famille. Egalement, les personnes vivant dans des régions où le foncier est moins élevé peuvent également subvenir à leurs besoins plus facilement.

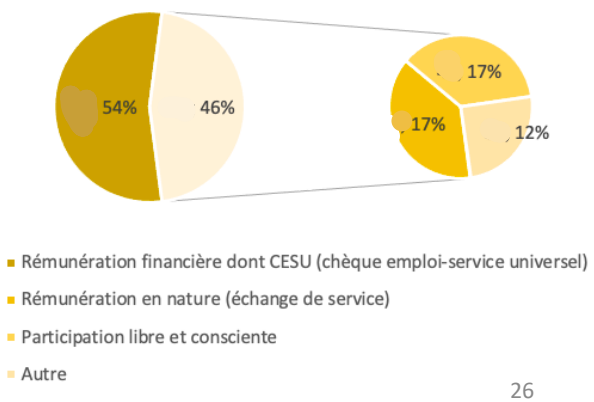
En effet, le mode de rémunération de la doula est le plus souvent financier.

Cependant, il peut aussi prendre la forme d'échange de services, de troc, de participation libre... Et cela correspond à presque la moitié des répondant.e.s. Ces formes alternatives de rémunérations (autres que financières) plutôt répandues peuvent alerter sur les difficultés des doulas à se faire rémunérer par les parents. Soit parce qu'elles décident, souvent à défaut, de faire leur activité bénévolement pour convaincre plus de personnes à bénéficier de leurs services. Soit parce que les parents eux-mêmes se trouvent dans l'incapacité de payer.

A ce propos, un parent témoigne : *« Je pense aussi à la partie financière, je pense que le prix pourrait être un frein trop important pour certaines familles. Je trouve ce point dommage car l'aide ne devrait pas avoir de prix ».*

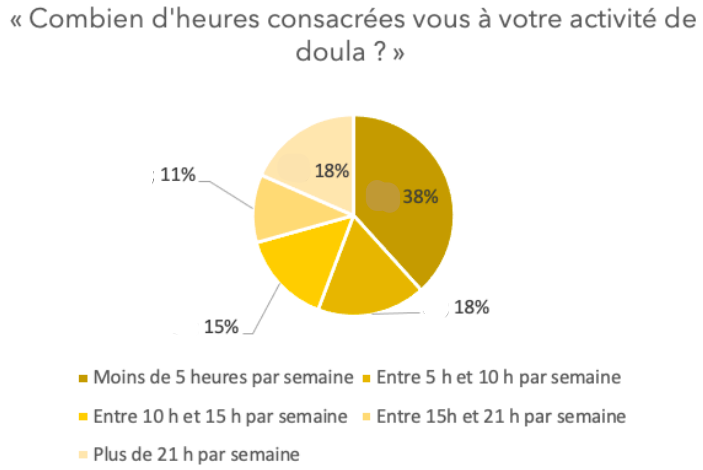
Le fait que les services d'une doula puissent être rémunérés de manière très informelle renforce la précarité de cette activité et le sentiment d'illégitimité des concerné.e.s. Cela souligne la nécessité d'un remboursement par mutuelle, demandé également par les parents : *« prions pour qu'elles puissent un jour être remboursées par la sécu ! Ou au moins mutuelle ».*

« Sous quelle(s) forme(s) êtes-vous rémunéré.e ? »



Tous droits de reproduction réservés

38% des enquêté.e.s consacrent moins de 5h par semaine à leur activité de doula.



Cela s'explique par le fait qu'un certain nombre d'enquêté.e.s ne se sont pas encore vraiment lancé.e.s dans leur activité ou par la nécessité d'avoir un autre métier à côté de leur activité de doula pour pouvoir vivre décemment comme analysé plus haut.

95 % des doulas exerçaient un autre métier avant celui de doula.

Nous avons vu précédemment que les enquêté.e.s avaient majoritairement un haut niveau de diplôme. Les doulas interrogé.e.s ont donc naturellement exercé un métier issu de leur formation initiale avant d'entamer une réorientation.
Ces anciens métiers sont très variés et concernent majoritairement les secteurs de la santé, des ressources humaines, de l'éducation, de l'écologie, et de l'accompagnement à la personne. D'autres métiers en revanche semblent être sans rapport avec le monde de la maternité : comme commercial.e, juriste, journaliste, libraire, chargé.e de communication, banquièr.e… L'activité de doula rassemble donc des profils et parcours très hétérogènes.

L'enquête a révélé les **raisons des infirmières et personnes provenant des professions du corps médical à se réorienter vers l'activité de doula** : un **besoin d'exercer une activité en rapport avec leurs convictions.**

« Je ne me reconnais plus dans les valeurs actuelles dans la santé (milieu hospitalier). »

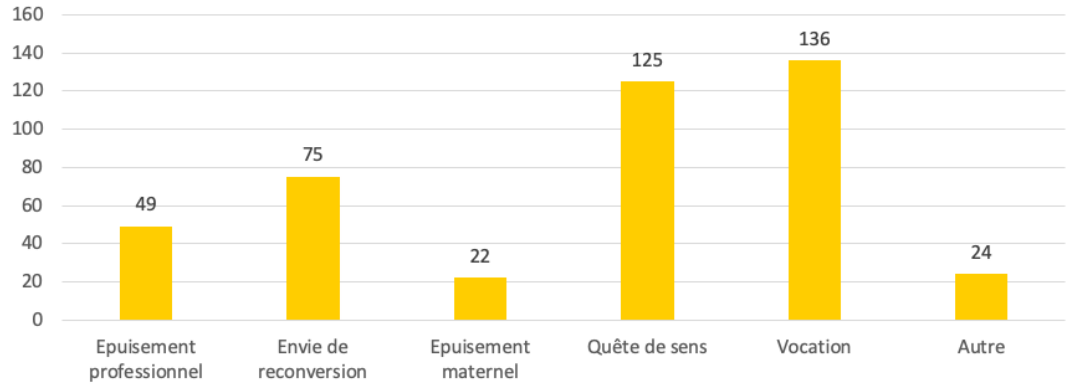
Ce témoignage souligne que le cadre de travail difficile des hôpitaux et la conception très médicalisée de l'accouchement peuvent pousser à vouloir adopter un rapport plus « naturel » à la maternité en devenant doula. Cette nouvelle approche de la maternité revendiquée par les doulas est très appréciée des familles ayant bénéficié de leurs services. Plusieurs parents ont témoigné dans ce sens : *« J'espère que cette activité va se développer car c'est extraordinaire d'avoir quelqu'un qui connaît aussi bien « la femme » et sait donner confiance en soi comme cela ! »*
Elles sont vues comme un accompagnement complémentaire car elles paraissent plus compréhensives des enjeux de la grossesse et permettent aux jeunes parents de déconstruire les préjugés : *« Les doulas sont pour moi indispensables tant que le système ne changera pas : il y a manque de temps et/ou des jugements d'encore trop de professionnels de santé, un éloignement des entourages, tout ce qui amène à la désinformation et à la solitude des familles »*. Ce dernier témoignage permet de comprendre en quoi une doula peut paraître indispensable pour des jeunes parents, souvent livrés à eux-mêmes face à des événements pour lesquels ils sont très peu préparés.
Dans la continuité, il est constaté de multiples reconversions du corps médical vers l'activité de doula en lien avec les conditions dégradantes en secteur hospitalier et aussi la crise sanitaire qui a contraint le personnel médical qui ne souhaite pas se faire vacciner à devoir trouver un autre métier.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Une activité par vocation et quête de sens.

Nous l'avons mentionné, cette activité fait l'objet de beaucoup de reconversion de personnes qui cherchent à donner un sens à leur vie professionnelle en venant en aide à des jeunes parents inquiet.e.s ou mal informé.e.s. L'enquête permet tout de même de noter d'autres raisons ayant poussé les enquêté.es à choisir l'activité de doula : une **prise de conscience féministe**, un **militantisme** ou encore la **liberté** que permet cette activité, catégorisé « Autre » sur le graphique.

« Quelles ont été les raisons de choisir ou de vous reconvertir vers cette activité ? »



→ *Lecture : 49 enquêté.es sur 201 ont choisi l'activité de doula par épuisement professionnel*

Conclusion générale de l'analyse quantitative du questionnaire sur les doulas

- Les données récoltées à l'aide du questionnaire dressent le **portrait de femmes entre 30 et 40 ans**, habitant en **France hexagonale** et ayant déjà des **enfants**.
- Cependant, être doula n'est pas leur activité initiale. D'ailleurs, ces personnes ont suivi des **études relativement élevées** mais pourtant obtiennent des revenus très bas de leur activité de doula. Pour être formées à **l'activité de doula**, elles ont suivi une ou **plusieurs formations récemment** (2021), la crise sanitaire ayant favorisé les reconversions professionnelles et les possibilités de formations en distanciel.
- Dans le cadre de leur activité de doula qu'elles exercent depuis peu (1 an ou moins pour la majorité), elles proposent des services très diversifiés qui consistent dans leur majorité à apporter un **soutien émotionnel aux parents et à les informer sur la maternité et la natalité**. Certaines proposent des soins du corps ou créent des groupes de paroles en complément de leurs principales missions, ce qui est sujet à des controverses.
- Enfin, si l'activité de doula est pour elles une occupation de passion qu'elles ont choisi par vocation et quête de sens, **la situation financière précaire de l'activité crée beaucoup de frustrations** et ne permet pas de pouvoir vivre uniquement de l'activité de doula.

Une reconnaissance institutionnelle par l'instauration d'un diplôme permettrait de protéger les doulas de l'insécurité financière et d'un manque de légitimité vécu par une majorité des pratiquant.e.s. De plus une certification ferait acte de leurs compétences auprès des parents qui seraient alors plus enclins à faire appel à leurs services. Enfin, une certification permettrait d'homogénéiser ou du moins réguler les pratiques des doulas ce qui participerait à affirmer leurs identités et à prévenir des dérives et abus.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

ANALYSE QUALITATIVE

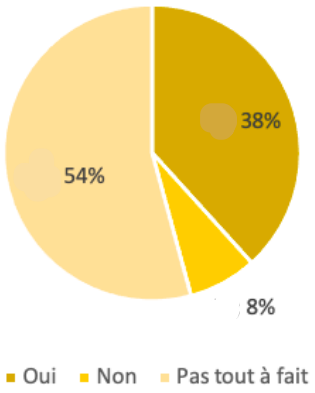
Donner la parole aux doulas sur leur expérience et ressenti

L'enjeu de cette seconde partie est d'interroger les témoignages récoltés dans le questionnaire afin de pouvoir comprendre davantage l'activité de doula ainsi que son implantation dans le marché du travail. Ce sera l'occasion d'avoir l'avis des doulas sur leurs formations et leurs idées pour faire reconnaître les compétences professionnelles de la doula. Cette analyse permettra également de souligner leurs différentes inquiétudes. Enfin, cette partie permettra de mettre en exergue la nécessité d'une certification des formations par l'Etat à la fois pour les doulas et pour les familles.

Le ressenti général des doulas

Plus de la moitié des enquêté.e.s ne sont pas tout à fait satisfait.e.s de leur situation professionnelle.

« Êtes-vous satisfait.e de votre situation professionnelle ? »



Les raisons de ce mécontentement sont :

- **La grande précarité de l'activité** : les difficultés financières ne permettent pas de vivre uniquement de l'activité de doula. Il y a une nécessité d'avoir une autre activité à côté comme expliqué précédemment. En conséquence, les doulas ressentent une frustration de ne pas pouvoir en faire leur activité principale.
- **Le rejet du personnel médical** à leur égard.
- **La méconnaissance du public** envers l'activité de doula et la difficulté à trouver des clients.

En effet, dans le questionnaire à destination des parents, **48 % des enquêté.e.s ne connaissaient pas l'existence de l'activité de doula.** Un parent témoigne : *« Personnellement je ne connaissais pas [cette activité] avant ce questionnaire. Et je ne sais pas si je pourrais faire appel à ce genre de personnes car j'aurai trop peur que ça se passe mal et qu'il y ait des complications qui ne puissent être traitées qu'à l'hôpital avec le matériel adéquat. »*

L'isolement que les doulas subissent dans le monde de la natalité par le personnel médical n'encourage pas une meilleure connaissance de l'activité, qui apparaît toujours moins professionnel que des sages-femmes ou infirmièr.e.s.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

En effet, le fait que l'activité de doula soit méconnue du grand public pose un grand problème. D'une part, ne pas avoir de visibilité dans l'espace public ralentit grandement le processus de reconnaissance de l'activité. D'autre part, il est nécessaire aux doulas d'avoir de la visibilité pour trouver des client.e.s. Ainsi, faire connaitre au grand public l'activité de doula comme c'est le cas dans d'autre pays est un enjeu majeur pour les pratiquant.e.s pour lutter contre leur précarité :

« En tant que doula je doute parfois beaucoup… nos conditions de travail liées au manque de reconnaissance sont parfois très dures. Ces jours-la, je pense beaucoup aux pays qui ont "démocratisé" la doula et je me remémore ces reportages, ces articles, ces chiffres qui prouvent que le modèle fonctionne, que la profession est légitime, d'intérêt public… et je retrouve l'espoir que cela avance en France aussi. »

« Je trouve ça dommage de pas avoir de cadre législatif propre parce que de ce fait il est plus difficile d'exercer [en France] qu'au Canada. »

En effet, au Canada et plus particulièrement au Québec les doulas ont des conditions d'exercice bien plus aisées. Cela est notamment dû au fait que les formations soient reconnues par l'Etat canadien et qu'elles aient donc une bonne réputation auprès du personnel médical. Ainsi, les formations Cybèle et Mères et Monde (suivies par plusieurs de nos enquêté.e.s) sont reconnues comme étant des établissements scolaires officiels par le gouvernement du Canada et par Revenu Québec (qui est l'agence du gouvernement québécois chargé de la perception des impôts et des taxes).

Une activité qui leur apporte néanmoins beaucoup d'épanouissement.

Vue d'ensemble des termes les plus récurrents à la question **« Qu'est-ce que cette activité vous apporte ? »**

Visiblement les doulas semblent retirer **des bénéfices personnels très positifs** de leur activité de doula. C'est en lien avec le fait que 68% des enquêté.e.s déclarent avoir choisi l'activité de doula par **vocation** et 62% par **quête de sens** comme nous l'avons vu précédemment. Ainsi même si la plupart des doulas ne peuvent pas vivre de leur activité, celui-ci leur apporte de l' « épanouissement », de la « joie » et du « bonheur » car elles se sentent « utiles » tout en étant en « alignement avec leurs valeurs ».

On relève que pour beaucoup, l'activité de doula vient comme **une évidence** : *« Je réalise ma mission d'âme, accompagner les femmes à trouver leurs propres ressources et honorer ce passage de vie est un vrai bonheur. » ;* une pratiquante se sent *« alignée avec ce que j'ai envie d'offrir au monde en étant doula »*. Il y a un sentiment partagé d'être *« à ma place, et utile. »*
Beaucoup ont à cœur de permettre aux parents de **vivre cette période de grossesse et d'accouchement différemment,** en leur permettant d'en apprendre plus sur eux et la maternité: ainsi cette activité leur apporte *« la joie de la transmission, le bonheur de voir des couples se découvrir parents, la fierté de voir ces couples capables d'avoir ce qu'ils veulent en ayant les bonnes informations »*. Cet accompagnement permet aux familles de mieux vivre cette période qui peut parfois engendrer des dépressions post-partums suite à de mauvaises expériences. En ce sens, selon les doulas, *« il y a un sens humain et va dans le sens d'une meilleure* ***humanité.*** *J'aime aider les nouvelles mamans à se sentir mieux. Cela me fait du bien de les voir s'épanouir après les avoir accompagnées dans des moments difficiles pour elles. »*

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

L'avis des doulas sur les formations en général.

84% des doulas considèrent qu'il est essentiel de passer par une formation pour être doula.

*« J'ai **croisé trop de femmes qui se revendiquent doula en ayant accouché et lu des livres** et parfois proposent des interventions/avis/ injonctions risquées aux parents. Il serait bon que les doulas soient reconnues pour ce qu'elles sont et ce qu'elles font. »*

Ce témoignage reflète le manque de cadre légal autour de l'activité de doula et la nécessité que les formations pour doula soient certifiées par l'Etat pour permettre une meilleure sécurité et un meilleur accompagnement pour les familles. Cela renforcerait également l'identité des doulas et leur professionnalisme.

Une offre en formation trop riche et non harmonisée.

De la même manière, la certification des formations par l'Etat permettrait de **réguler** et sélectionner parmi les très nombreuses formations, les plus qualitatives et les plus authentiques.

*« Cela devient la course aux formations et donc une compétition entre les organismes et personnes dont le but est de vendre des formations ou des stages. **Il y a un véritable business de la doula** et l'on ne sait plus à qui l'on peut faire confiance et qui veut simplement nous vendre quelque chose qui au final n'entre pas dans le champ de compétences de la doula… »*

Enfin, les deux témoignages ci-dessous témoignent de **la nécessité d'une harmonisation et une mise en commun des formations que permettrait une certification officielle.** Ce point est essentiel pour apporter une crédibilité à l'activité de doula et lui conférer une identité en harmonisant l'ensemble des pratiques, le rendant ainsi plus intelligible auprès des parents.

« Je suis un peu inquiète de la scission entre les doulas selon leurs organismes de formation je trouve que nous aurions plus intérêt à nous regrouper pour défendre l'activité de doula plutôt qu'à cloisonner selon telle ou telle formation que nous avons faite. Ex : je n'ai pas fait ma formation chez Envol et Matrescence car je ne souhaitais pas de présentiel ne pouvant pas me déplacer mais j'adore leurs pages que je suis assidûment et pourtant je me sens « à part » et j'ai un peu honte de ne pas appartenir à ces promos. »

« Il faudrait que toutes les écoles de doula se mettent ensemble et travaillent sur un tronc commun, être raccord pour avoir du poids et montrer que l'activité de doula est réglementée, que les formations sont sérieuses et que cette activité est indispensable. »

Installer un cadre réglementé pour exercer mais également former à l'activité de doula permet une meilleure organisation de celui-ci et une meilleure efficacité envers leurs client.e.s ou face au personnel médical. Une meilleure articulation entre les doulas ne peut se faire que par une offre de formation harmonisée et s'accordent sur les éléments, connaissances et compétences indispensables dans l'exercice de l'activité de doula.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

L'avis des doulas sur la certification des formations

42 % des doulas pense qu'il aurait été plus facile de trouver des clients si la formation conduisait à un diplôme certifiant.

Ce chiffre témoigne de la difficulté que rencontrent les doulas pour trouver des clients.
Un diplôme reconnu permettrait d'inciter les parents à faire appel à elles en leur conférant plus de légitimité et ainsi rassurer les parents quant à la qualité de leurs services. A ce propos, l'enquête réalisée auprès des parents le confirme : dans le questionnaire à destination des familles, **76 % des parents feraient davantage appel à leurs services si les compétences de la doula étaient certifiées**. La certification des formations permettrait donc d'inciter les parents à faire appel aux doulas.

Selon les doulas, une certification des formations pour devenir doula permettrait une **reconnaissance** de ses compétences professionnelles aux yeux de tous et toutes, d'obtenir une **légitimité** et une **crédibilité** auprès des professionnels de santé, d'avoir une **meilleure visibilité** de l'activité (ce qui aiderait à trouver des clients), d'avoir une **meilleure situation financière** (facilité d'installation, financement de la formation par le CPF), de **rassurer** les parents et d'**encadrer** les pratiques. Plusieurs témoignent effectivement dans ce sens : une certification et la délivrance d'un diplôme permettraient *« plus de légitimité, donc de confiance en moi. Une activité mieux connue du grand public » ; « Une sorte de sécurité de l'emploi dans le regard extérieur » ; « moins de difficultés à se faire connaître, à se faire recommander par d'autres professionnels »*. In fine, **la certification permettrait une démocratisation massive de l'activité de doula auprès des familles**. En effet, puisqu'il participerait à *« plus de reconnaissance »*, cela permettrait *« éventuellement des clients remboursés par les mutuelles donc plus de clients »*. Ainsi la demande d'une reconnaissance des formations par l'Etat émane des parents comme des doulas qui voient en la délivrance d'un diplôme, l'opportunité d'avoir une **sécurité de l'emploi**.

Il faut noter tout de même que l'enquête permet de recueillir des témoignages en dissonance avec ces constats. En effet, pour certaines doulas (12 personnes sur les 201 doulas interrogé.e.s), il n'y aurait aucun avantage à ce que la formation soit reconnue par l'Etat. Ces personnes soulèvent ici la crainte qu'une reconnaissance de l'Etat entraine une perte de liberté dans leur pratique, pourtant si chère à leur épanouissement professionnel.

« Nous serons certainement limité.e.s dans notre pratique. ***Je préfère ma liberté de pratique actuelle. »***

« Je ne souhaite pas forcément qu'il y ait un diplôme car ça signifierait de me plier aux bon vouloir de l'Etat en premier alors que je travaille pour les couples. »

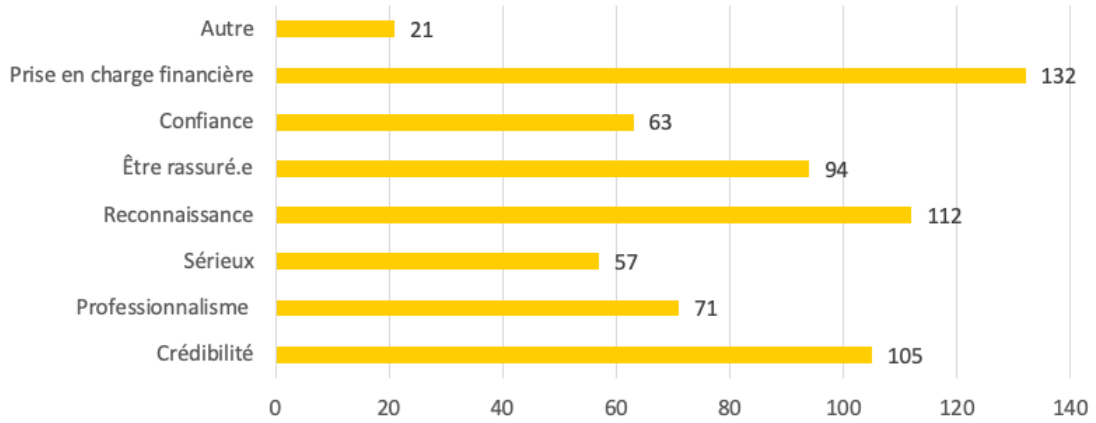
Bien que ne s'opposant pas à un meilleur cadrage des formations pour les avantages que nous connaissons désormais, nous remarquons tout de même une réticence à ce que l'Etat vienne y imposer ses normes et alors rajouter des contraintes supplémentaires aux doulas dans l'exercice de leurs fonctions : *« Pouvoir exercer sans être diplômée est pour moi une grande liberté. En revanche, je serai tout à fait disposée à signer une charte des doulas. […] J'espère que cette vocation pourra perdurer et que l'on ne la cloisonnera pas trop.* ***Bien qu'un cadre soit important, il doit toujours, selon moi, être flexible pour ne pas être enfermant****. »*

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Un diplôme reconnu qui bénéficierait aux parents.

Selon les enquêté.e.s, les avantages pour les parents que les doulas aient un diplôme reconnu par l'Etat sont surtout la possibilité d'une prise en charge financière, la reconnaissance de leurs compétences professionnelles, la crédibilité et le fait d'être rassuré.

« Quels seraient les avantages pour vos client.es (que vous ayez un diplôme ? »



→ Lecture : 132 enquêté.e.s sur 201 considèrent que la prise en charge financière constitue un avantage d'une diplômation de l'activité pour leurs client.es.

Ces bénéfices pour les parents d'un diplôme certifié mettent en exergue les besoins pour le marché du travail d'une formation reconnue par l'Etat pour devenir doula.

En effet, la certification des formations **permettrait de faire coïncider l'offre et la demande en doula sur le marché du travail.** En effet, de nombreuses doulas se plaignent qu'il est difficile de trouver des client.es car elles sont de plus en plus nombreux.ses sur le territoire (notamment dû à la multiplication du nombre de formations).
Avoir un diplôme certifié par l'Etat et délivré à la suite d'une formation encadrée permettrait d'**équilibrer l'offre** en doula par l'acquisition de compétences reconnues, et de **stimuler la demande**. Le diplôme reconnu aurait ainsi un effet incitatif sur la demande puisqu'il permettrait d'apporter une **garantie du sérieux de la profession** et de rendre les services des doulas plus accessibles financièrement. Enfin, le diplôme contribuerait à faire connaitre l'activité au grand public, il serait ainsi vu comme une orientation professionnelle comme une autre.

En revanche, certain.e.s (de rares cas) ne saisissent pas la plus-value qu'engendrerait la délivrance d'un diplôme car ces enquêté.e.s considèrent qu'avec les formations actuelles, bien que sans réglementation, elles bénéficient déjà d'un statut professionnel : *« avec juste une formation, je suis déjà tout ça (professionnelle, sérieuse...) ! »*. Bien sûr, cette position est assez controversée dans la mesure où, nous l'avons vu, beaucoup souffrent d'un manque de reconnaissance et de légitimité qu'un diplôme pourrait régler.
Pour ces rares cas, la délivrance d'un diplôme d'Etat apparait nécessaire surtout d'un point de vue extérieur : *« J'ai déjà une formation validée qui coche toutes ces cases,* ***un diplôme d'Etat serait surtout une reconnaissance dans la société*** *»*.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Une relation complexe entre doula et personnel médical.

Beaucoup de sages-femmes ne reconnaissent pas les doulas comme étant des professionnelles de la naissance notamment car leur formation n'est pas reconnue. La doula intervient pourtant en subsidiarité, en complémentarité, d'un accompagnement médical.

Cette relation difficile entre doula et sage-femme peut être aussi expliquée par le fait que les sages-femmes connaissent une situation professionnelle difficile, et n'apprécient donc pas que des personnes n'ayant pas fait d'études de médecine leur face concurrence dans des services d'ordinaires réservés aux sages-femmes. Du point de vue des doulas, ces deux accompagnements ne sont pas concurrents mais complémentaires étant donné que les doulas permettent de répondre aux besoins des familles car les sages-femmes, faute de temps, ne peuvent malheureusement offrir un accompagnement émotionnel suffisant aux parents. Cette situation de tension entre doula et sage-femme est dommageable car elle bloque la reconnaissance des compétences de la doula et le travail collaboratif. Par exemple, la plupart des sages-femmes ne mettent pas au courant les parents de l'existence de ce service ou bloquent l'accès des doulas en salle de naissance. De même, l'attitude du personnel médical à leur égard renforce le sentiment d'illégitimité des doulas et les décrédibilise auprès des parents.

*« Actuellement nous sommes **plusieurs collègues à avoir reçu un mail ou courrier d'intimidation de l'ordre des sages femmes** nous demandant clairement de cesser notre activité, nous rappelant que nous n'avons aucunement le droit d'être présentes aux accouchements même en présence de l'équipe médicale sous peine de saisir le procureur de la République. Je trouve ça aberrant.. »*

*« La collaboration avec les sages-femmes me semble si importante, j'aimerais beaucoup que l'ordre soit moins sévère avec les doulas… nous sommes si **complémentaires** ! »*

Visiblement exercer pleinement l'activité de doula est difficile au vu des freins qu'impose le personnel médical. Une tension qui ne passe pas inaperçue auprès des parents : *« j'ai la sensation que sages-femmes et doulas sont parfois concurrentes au lieu d'être complémentaires ».*

Une situation financière décourageante.

Ainsi, même si être doula est pour beaucoup d'enquêté.es une activité de passion, il n'empêche que la précarité financière des doulas est facteur de beaucoup de frustrations et pousse parfois certaines à reposer en question leur orientation professionnelle :

*« **Pas assez de demandes ? Trop de doulas ? Trop de formations de doulas ?** Je ne sais pas mais il est difficile de gagner sa vie »*

*« Je n'utilise plus le terme métier de doula mais plutôt **activité ou militantisme pour ne pas leurrer justement les aspirantes.** Même si la cause est juste, **on en revient toujours à ces questions de rémunération.** »*

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Une ambivalence entre volonté de reconnaissance et envie de garder une liberté.

*« Il y a **quelque chose de subtil dans cette activité**, de très subtil. Et j'aime aussi ce côté subtil qui s'allie avec la discrétion de notre activité. Quelque part, **une part de moi craint que cette subtilité soit mise à mal en amenant "trop" de visibilité.** Et en même temps, une autre part aimerait que nous soyons accessibles au plus grand nombre. »*

*« Il me semble inévitable que l'activité de doula soit encadré par l'obtention d'un diplôme reconnu par l'Etat afin d'être plus connu du public et reconnu par les professionnels de santé. **Pourtant je trouve important que nous puissions garder une certaine indépendance**, une liberté dans notre manière d'accompagner. Il serait vraiment dommage que nous nous retrouvions avec les mêmes contraintes et les mêmes devoirs que les professions médicales et paramédicales. J'ai choisi cette activité en partie parce que justement il n'est pas encadré et ne nous enferme pas dans un carcan. »*

Ces deux témoignages mettent en lumière la volonté de garder une pratique libre de l'activité de doula. Une liberté voulue et qu'elles souhaitent conserver comme évoquée précédemment (voir page 27, page 31). Cette liberté que permet leur activité de doula est même parfois une des raisons pour lesquelles les enquêté.es ont choisi cette activité, en opposition aux professions médicales très réglementées qui parfois s'éloignent trop d'une démarche plus humaine et personnelle auprès des familles. Cette crainte envers les conséquences que pourrait engendrer une diplomation de l'activité ne semble pourtant pas être un frein quant à une certaine reconnaissance institutionnelle pour gagner en crédibilité auprès des professions avec lesquelles elles sont amenées à travailler.

Une concurrence interne entre doula dû à l'augmentation de leur nombre.

*« Aujourd'hui on est **peu nombreuses mais de plus en plus**. Dans mon secteur, lorsque j'ai voulu changer de métier et devenir doula, il n'y en avait que 2. Je me suis dit que 3 serait parfait pour accompagner et ne pas se marcher dessus les unes les autres. C'était en 2019. Aujourd'hui j'ai compté que nous serions au moins 15 ou plus doula et « accompagnantes » à 50km aux alentours.. comment trouver sa clientèle comme il faut et gagner sa vie correctement…!!! »*

Ainsi, il y a visiblement un intérêt croissant pour l'activité de doula en l'espace de quelques années. Cependant, la demande en doula n'augmente pas aussi vite selon les pratiquant.e.s, ce qui crée de la précarité pour ces derniers et demières qui ont du mal à trouver des client.e.s (voir plus de témoignages à ce propos page 20). Nous pouvons faire l'hypothèse que cette situation de concurrence face à une demande peu élevée est en grande partie dû au manque de considération du personnel médical et à la non-connaissance de l'activité de doula par les parents, dont certains ont découvert cette activité grâce au questionnaire. Une reconnaissance de leurs compétences professionnelles par une certification résoudrait ces différents problèmes et permettrait ainsi de fluidifier ce marché du travail en plein essor et attirant de plus en plus de personnes en quête de reconversion.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Une inquiétude face aux courants spirituels qui entache la crédibilité de l'activité.

Ce point déjà abordé précédemment (page 18 et 23) a été énormément souligné dans les témoignages recueillis. L'enquête nous permet d'observer une réelle scission entre les doulas qui se qualifient de « pragmatiques » et celles parfois appelées doulas « sauvages ». L'activité de doula aborde une approche plus physiologique et naturelle de la maternité, plus « humaine » selon les pratiquant.e.s en comparaison à l'approche du corps médical. Cependant, pour certain.e.s l'activité n'est pas pour autant déconnectée d'une certaine forme de rationalité et de science. Déterminer la part de rationnel et de sacré dans la pratique des doulas divise les doulas entre elles. Ainsi, ils existeraient deux courants, un pragmatique et l'autre plus tourné vers le sacré, l'ésotérisme, parfois dénoncés par certaines doulas :

> *« J'observe en revanche que **ce monde des doula est très perméable à la spiritualité new age, et cela m'inquiète un peu pour l'avenir de notre activité** »*

> *« Les Doulas sont **trop souvent assimilées à des hippies** (il en existe beaucoup et elles nous font du tort). »*

Plus encore, d'autres enquêté.e.s se plaignent du fait que les formations participent elles aussi à cette décrédibilisation de l'activité de doula, comme le mentionne ce témoignage expliqué à la page 22.

> *« Je suis très inquiète pour les futures mères avec toutes ses formations/coachings qui se créent dans le monde des naissances. **J'ai l'impression que l'on navigue entre les jugements, les dérives sectaires et la sur-parentalité**. Ce n'est vraiment pas évident de trouver sa juste posture dans tout ça »*

Des formations à l'activité de doula pas assez inclusives.

> ***« La plupart des doulas sont cisgenre et hétéro et accompagnent des couples cisgenres hétéros.** Il y a donc encore beaucoup de travail à faire pour que les **personnes qui sortent de cette norme soient pris en considération et puissent bénéficier d'un accompagnement spécifique et optimal** (ce qui n'est pas le cas si la doula n'est pas un minimum formée et informée à ce sujet, et **actuellement cela semble peu voire pas du tout abordé dans les formations françaises**). Les personnes qui ont le plus besoin de soutien durant la grossesse, l'accouchement et le postpartum sont **les personnes les plus discriminées** donc il est important d'être conscient des spécificités qu'implique l'accompagnement de ces personnes. »*

Ce témoignage, aborde **le sujet de l'inclusivité des formations** qui semble être un point peu abordé de manière générale, sans pour autant être moins important. Effectivement, les profils des doulas ne sont pas très diversifiés (pour rappel, les doulas sont à 98% des femmes). Les hommes et les personnes non-binaires représentent ensemble seulement 2% des personnes interrogées. Il serait donc bénéfique pour les doulas d'avoir des formations ouvertes à d'autres genres pour pouvoir répondre *in fine* à tout type de parentalité en connaissant les enjeux propres de chaque parent. De plus, être formé.e à accompagner des couples qui sortent de la norme cisgenre hétérosexuel peut-être une opportunité pour les doulas de trouver de nouveaux ou nouvelles client.e.s souvent peu accompagné.e.s et affrontant nombreux préjugés.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Comment l'activité de doula pourrait être mieux connu et reconnu en France selon les doulas.

Dans cette partie du questionnaire les doulas ont pu exprimer leur avis sur les stratégies à adopter pour faire reconnaitre leur activité plus efficacement.

1) Par une meilleure visibilité de l'activité grâce aux médias.

« Il faudrait des témoignages de parents dans des médias sur l'accompagnement de doula. *Documentaires/Courts métrages ou témoignages de sages-femmes dans des médias sur le travail en binôme avec des doulas. »*

Une meilleure visibilité de l'activité permettrait aux doulas de trouver plus facilement des client.e.s et de pouvoir porter leurs revendications au plus grand nombre. Cela permettrait également une meilleure acceptation de l'activité part le corps médical, qui mieux informé, ne les verrait plus comme des concurrent.e.s.

2) Par une reconnaissance de l'Etat des formations.

« Un ***diplôme reconnu par l'état nous légitimerait auprès des professionnels de la naissance*** *et nous permettrait d'intégrer des structures ou équipes. Voire même d'être salariées. »*

« Grace à un diplôme reconnu par l'Etat, à une réglementation de la dénomination de l'activité et ***un cadre légal qui ne soit pas "en creux" par rapport à celui de sage-femme ou médecin. »***

« Être récompensé d'un diplôme d'Etat . Comme les kramsogs à Amtersdam .. comme un bac pro par exemple … »

Cet encadrement est nécessaire pour éviter les abus qui entacheraient la crédibilité de cette activité.

3) Par un encadrement des pratiques.

« Il faudrait qu'il soit ***reconnu, encadré.*** *La reconnaissance permettrait aussi de "filtrer" les profils de "doulas" qui ternissent l'image de la profession par l'exercice de pratiques douteuses, illégales et parfois dangereuses. »*

Cela reprend les propos déjà évoqués à la page 16.

4) Par des études scientifiques/universitaires sur leur activité.

« Il faudrait des ***Études scientifiques et universitaires*** *des* ***remontées des utilisateurs.*** *»*
« Il pourrait être mieux reconnu s'il y avait comme ***un "ordre" qui serait le gardien des bonnes pratiques*** *et qui serait responsable de compiler les études de notre domaine avec un regard sceptique. Il y a bien trop de fausses croyances qui pullulent dans le domaine de la maternité. »*

Ainsi des études sur le sujet permettent de visibiliser l'activité et de lutter contre les préjugés qui nuisent à l'activité de doula. L'idée d'avoir un contrôle des pratiques de cette activité fait lien avec la volonté d'harmoniser celles-ci, vue précédemment (voir à la page 30).

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

5) Par la reconnaissance des sages-femmes et du personnel médical de leur utilité.

*« Il pourrait être mieux connu en France **si le monde médical acceptait les doulas au sein des hôpitaux et reconnaissait leur travail.** »*

« Avec des journées doulas / sages-femmes et des binômes. *Une meilleure connaissance des doulas par les pros de santé pour une meilleure orientation. »*

*« Ça **devrait être mis en avant par les SF et les gyneco débordés par les patientes** et qui ne trouvent pas le temps nécessaire pour répondre aux besoins des familles accompagnées. »*

Ce point très important a été soulevé de multiples fois à la fois par les parents et les doulas. Cela souligne que les parents sont aussi affectés par **les tensions entre sages-femmes et doulas** comme le montre ces témoignages : *« Pour ma part, je n'ai jamais entendu parlé des doulas. J'aurais aimé que ma sage-femme ou mon médecin me dirige vers l'une d'entre elle »*. Cela permettrait une meilleure efficacité et coordination bénéfique pour l'accompagnement des parents : *« Il faudrait une meilleure collaboration avec le personnel soignant (ici on nous a refusé sa présence en salle de naissance) »*.
Cependant, l'enquête permet de le mettre en évidence, cette reconnaissance du corps médical s'accompagne nécessairement d'une diplomation de l'activité de doula et d'une reconnaissance institutionnelle.

6) Par une prise en charge financière.

*« Une prise en charge financière de la **formation**, et une prise en charge financière **pour les familles.** »*

*« s'il était pris en charge partiellement ou totalement par des **mutuelles.** »*

Nous avons pu constater la précarité financière des doulas, en conséquent il parait nécessaire que leur formation puisse être remboursée et que les parents soient aidés financièrement quand ils font appel à une doula afin que tous et toutes puissent en bénéficier quelle que soit leur situation financière. En effet, *« Il faudrait une prise en charge par la caf, mutuelle, assurance de x heures d'accompagnements d'une doula, **ça enlèverait le frein financier pour les familles** et ça contribuerait à la reconnaissance des compétences professionnelles des doulas. Peut-être reconnaître leur activité comme véritablement un service à la personne, déductibles des impôts, pris en charge en partie ou plus par la société, et ainsi créer des doulas salariées au même titre que des aides ménagères »* propose un parent interrogé qui ne sait pas que l'activité de doula est déjà reconnu comme un service à la personne déductible des impôts.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

7) Par plus de cohésion entre doulas.

*« En **associant nos forces**, chaque doula qui exerce avec respect et rigueur ne devrait pas se sentir en danger mais devrait sentir le soutien de ses paires. »*

« En arrêtant de se tirer dans les pattes entre doulas »

*« Plus de **sororité pour plus d'unité. »***

*« Je rêve d'un jour où il y ait un véritable consensus, une **fédération nationale qui intègre toutes les doulas dans la sécurité pour tous. »***

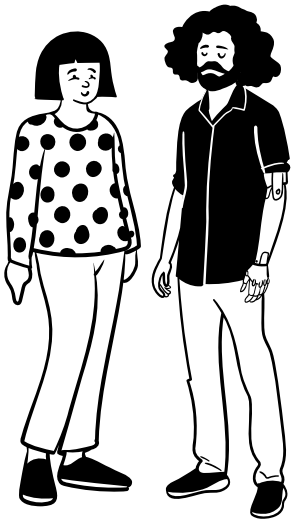
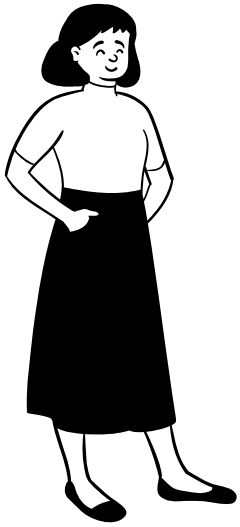
Ainsi plus de **solidarité et d'unité** entre les doulas apparait être nécessaire, ne serait-ce que pour donner une bonne image de la profession, mais surtout pour que les doulas travaillent ensemble à la reconnaissance de leurs compétences professionnelles en portant des revendications communes. Certain.e.s mentionnent à ce propos l'idée de créer un syndicat pour avoir plus de poids politique : *« **Un syndicat** serait peut-être plus pertinent qu'un diplôme d'Etat qui encadre les pratiques, car on voit bien comment les sages femmes sont traitées même si elles sont liées au médical et nous non ».*

Conclusion générale de l'analyse qualitative du questionnaire sur les doulas

- Les témoignages récoltés à l'aide du questionnaire témoignent du **grand manque de reconnaissance** dont sont victimes les doulas. Méconnu.e.s du grand public ou rejeté.e.s par le personnel médical, il est difficile pour les doulas d'exercer et de trouver des client.e.s.
- Le fait que les formations ne soient pas reconnues par l'Etat renforce ce problème et laisse un **cadre juridique flou** autour de l'exercice de la profession qui peut donner lieu à **des dérives dans les pratiques**. Il est donc nécessaire selon les doulas d'encadrer et d'homogénéiser la pratique de l'activité de doula par une certification qui soit reconnu par la société et le corps médical.
- Ainsi, réglementer les compétences professionnelles de la doula notamment via la certification des formations est essentiel à la fois pour les parents (qui bénéficieraient d'un accompagnement plus sûr) et pour les doulas (dont les conditions de vie et d'exercice se verraient améliorées).

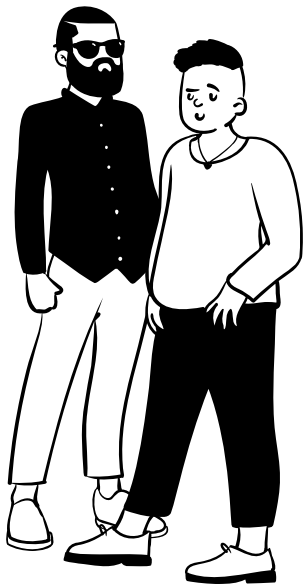
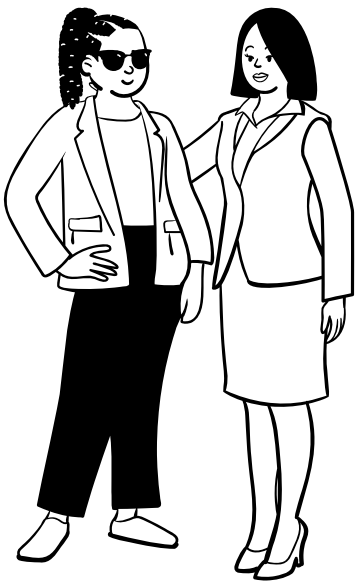
L'enquête a également récolté le témoignage des parents qui ont pu partager leurs expériences et leurs ressentis par rapport à l'activité de doula grâce à un questionnaire dédié aux familles. Analysons à présent les résultats de celui-ci.

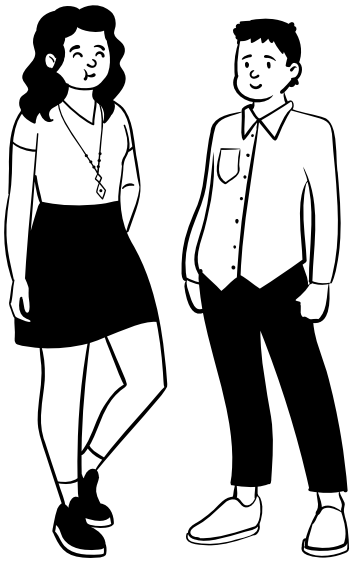
Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

QUESTIONNAIRE

À L'ATTENTION DES PARENTS



Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

ANALYSE QUANTITATIVE

Fournir des données chiffrées sur le profil des parents interrogés.

L'enjeu de cette seconde partie est de donner - à l'aide des données statistiques récoltées grâce au questionnaire à l'attention des familles – la parole aux familles ayant bénéficié ou non des services d'une doula. Dans la même dynamique que la première partie, nous analyserons les données quantitatives d'abord puis les données qualitatives dans une seconde partie.

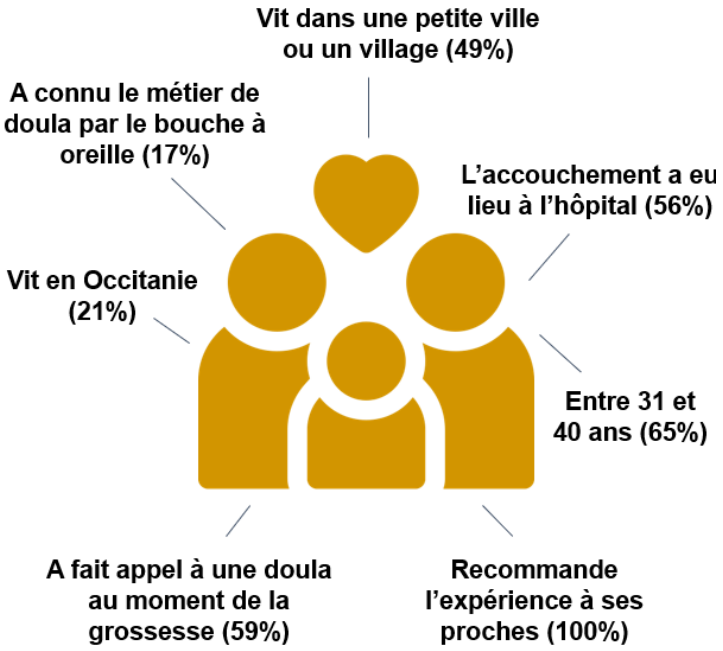
Ainsi, l'objectif de cette première partie est d'établir le profil des répondant.e.s et donner des chiffres concrets sur les pratiques les plus communes pour les périodes de natalité (le lieu de l'accouchement par exemple) puis de leurs avis sur l'activité de doula et son utilité.

49 personnes (27%) ayant répondu au questionnaire ont déjà fait appel aux services d'une doula, tandis que 131 personnes (73%) n'avaient jamais fait appel aux doulas avant.

Idéal-type des parents ayant fait appel à une doula

Pour rappel, un idéal-type est la reconstruction stylisée des traits les plus significatifs observés lors d'une étude. La construction d'un idéal-type nous permet de mettre en exergue les caractéristiques les plus communes ressorties lors de l'enquête avant d'analyser plus en détail et d'observer les diversités des profils existants.

L'analyse de la parole des doulas est complétée par celle des parents ayant répondu au questionnaire. Nous dissocions les données apportées par les parents ayant déjà fait appel à une doula de celles fournies par les parents n'ayant jamais fait appel aux doulas, afin de produire une analyse plus fine des clientèles acquises et potentielles. Cela permettra également de souligner l'apport et les bénéfices d'un accompagnement supplémentaire pendant la grossesse, l'accouchement et le post-partum.



→ Lecture : 21% des enquêté.e.s vivent en Occitanie, 56% ont accouché à l'hôpital, la totalité des enquêté.e.s recommandent à leurs proches de faire appel à une doula.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

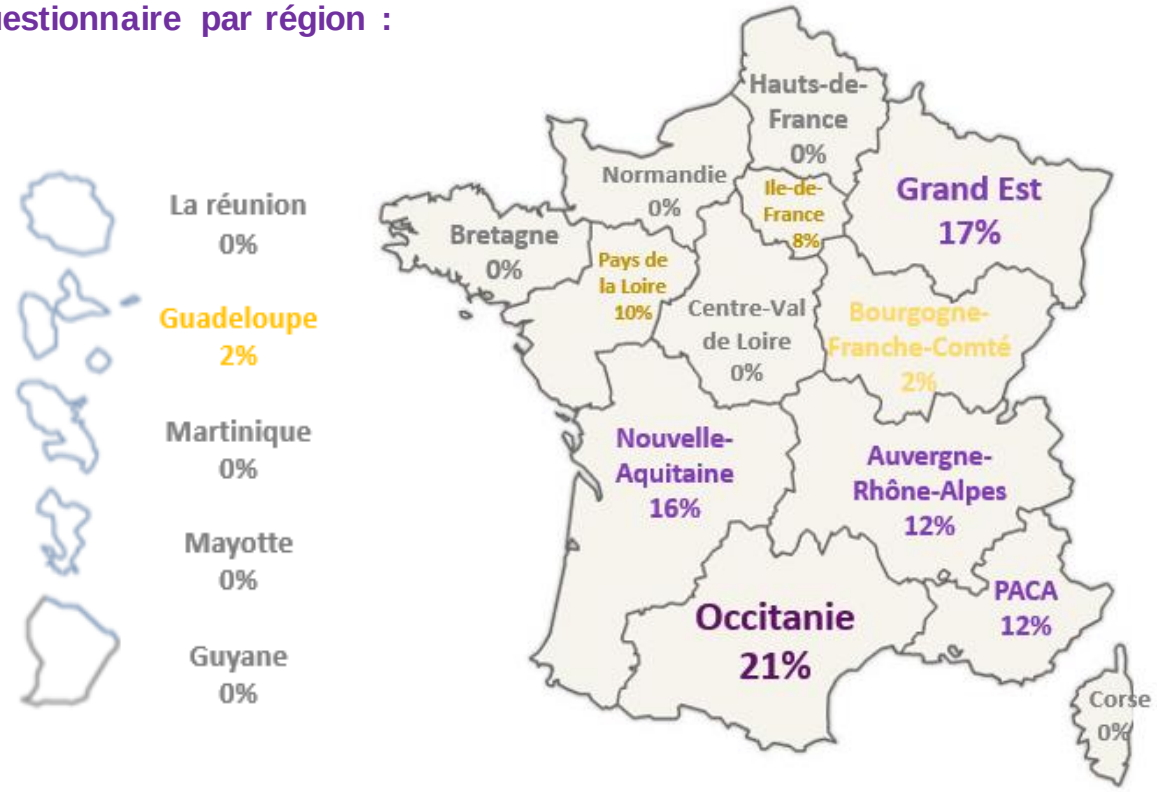
Les parents ayant bénéficié des services d'une doula vivent en majorité dans de petites villes ou villages du Sud de la France.

Les régions d'Occitanie, de Nouvelle-Aquitaine et du Grand-Est représentent à elles-trois 54% des territoires où vivent les parents interrogés. Si les autres régions sont représentées de manière relativement équivalente, on note tout de même l'inactivité des territoires d'Outre-Mer - hormis la Guadeloupe (2%) où habite un.e participant.e – de la Corse, des Hauts-de-France, du Pays de la Loire, de la Bretagne, du Centre-Val de Loire et de la Normandie.

Pour autant, le questionnaire des doulas a révélé que les régions du Nord-Ouest n'étaient pas dépourvues de doulas en activités. Par exemple, dans le Hauts-de-France, 12 doulas en activité ont répondu au questionnaire, en Normandie, il y en avait 6 et en Bretagne 7 soit en tout 12% des pratiquant.e.s ayant répondu au questionnaire à l'attention des doulas.

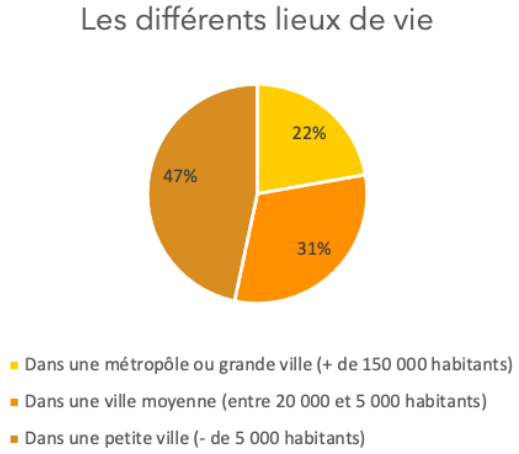
La demande de la part des parents est donc sous-développée dans ces régions selon le questionnaire. Cela peut s'expliquer notamment par la faible médiatisation des doulas, ayant pour conséquence le ralentissement du développement de leur activité dans ces régions. Les habitants sont moins susceptibles de connaître l'activité de doula, de savoir à qui faire appel, de choisir quand, comment et pour quelles raisons faire appel aux divers services proposés par les doulas.

Nombre de familles ayant déjà employé une doula ayant répondu au questionnaire par région :



Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

47% des personnes interrogées habitent une petite ville de moins de 5 000 habitants. Seuls 16% des familles ayant bénéficié des services d'une doula vivent en métropole. Le fait que les services publics soient plus rares dans les territoires moins peuplés peut expliquer que les doulas y soient plus souvent demandées et nécessaires.

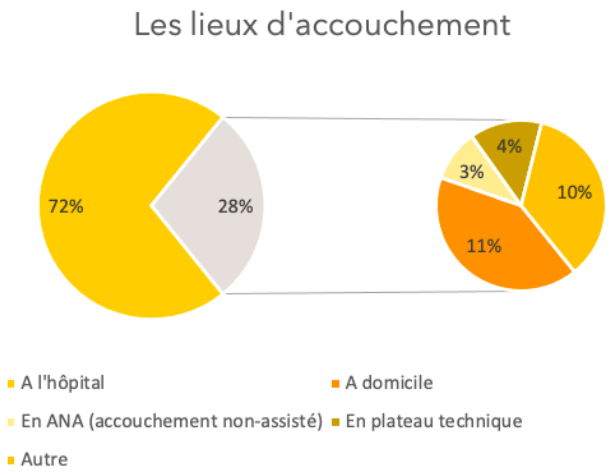


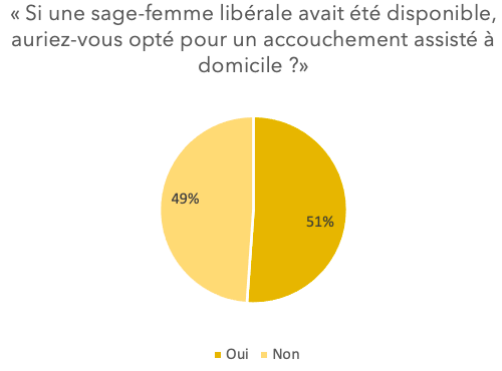
Dans la mesure où les doulas sont réparties de manière à peu près équivalente sur les différents espaces urbains, il est possible qu'il y ait un léger déficit d'offre de doula dans les petites villes et villages, tandis qu'il y aurait un surplus d'offre de la part des doulas dans les métropoles françaises. La tendance observée démontre que la demande des parents est concentrée dans les petites villes et villages de la France hexagonale.

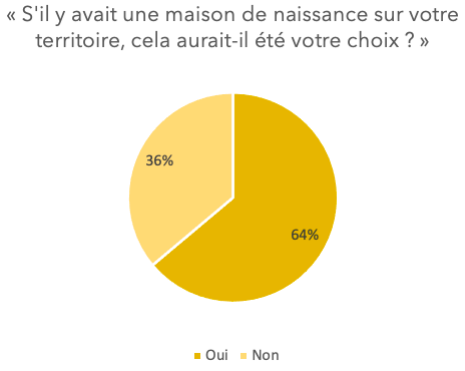
Si les parents ayant bénéficié des services d'une doula ont majoritairement choisi l'accouchement à l'hôpital, la majorité aurait opté pour une maison de naissance ou un accouchement à domicile si cela avait été possible.

72% des personnes interrogées ont accouché à l'hôpital contre 28% qui ont accouché ailleurs, notamment 11% à domicile.

Cependant, l'étude a démontré que l'accouchement à l'hôpital était un choix en dépit d'autres options, comme l'accouchement à domicile assisté par une sage-femme : 51% des personnes interrogées auraient opté pour cette option si cela avait été possible. Ou encore en maison de naissance : 64% des parents auraient préféré également cette option plutôt qu'un accouchement en hôpital. Les options des parents sont souvent limitées par le peu de disponibilités ou l'absence de sages-femmes et maisons de naissance sur certains territoires, notamment dans les petites villes et villages où vivent la majorité des parents interrogés et les régions rurales.







Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

De plus en plus de parents se tournent vers les accouchements non ou peu médicalisés, notamment depuis 2021 et la loi organisant la construction de douze nouvelles maisons de Naissance (Décret n° 2021-1526 du 26 novembre 2021 relatif aux maisons de naissance) *(Annexe 1)* . La volonté de s'éloigner des structures médicales peut aussi résulter de mauvaises expériences passées en hôpital ou de traumatismes. Une partie de l'intérêt des doulas réside dans le fait que les parents sont maîtres de leurs décisions et probablement mieux écoutés qu'en hôpitaux, notamment parce que les doulas prennent le temps et s'adaptent au rythme des parents, ce qui n'est pas possible en hôpital en raison de la quantité de patients.

« Je n'avais pas connaissance de l'activité de doula lors de ma première grossesse. Et j'ai très mal vécu mon premier accouchement en maternité où mes choix n'ont pas été respectés. J'ai ensuite accouché à domicile avec une sage-femme car je ne voulais pas revivre les contraintes imposées à l'hôpital. Une doula m'aurait permis d'éviter cette première mauvaise expérience.»

Une mère a accepté de témoigner l'expérience de son premier accouchement : *« Je pense que beaucoup de jeunes mamans ont une méconnaissance totale de leur corps. Cette approche auprès d'une doula pourrait apporter un certain réconfort et moins de stress pour l'accouchement. Je veux bien vous raconter mon anecdote lors de mon 1er accouchement. Je devais accoucher en mai, j'avais déjà le col ouvert. La maternité était à 60 km de chez moi, donc pas question de préparer l'accouchement. Le grand jour tant attendu arrive (à la date prévue), et on me propose une péridurale ! J'ai dit oui sans savoir au juste ce que c'était […]. Comme je ne sentais rien et que je n'avais pas préparé l'accouchement, je ne vous raconte pas les dégâts. Certes je n'ai pas souffert pendant l'accouchement mais après merci, 10 points de suture ! Les deux autres grossesses, j'ai refusé la péridurale. Il y a de ça 47 ans et je suis sûre que j'ai dû servir de cobaye. Bref tout ça pour dire que si j'avais été accompagnée pendant la grossesse, je pense que je m'y serais mieux préparée ».* Face à de telles expériences et craintes en milieu hospitalier, la doula apparaît comme un soutien important, qui permet aux parents de **découvrir d'autres options qu'un accouchement en hôpital parfois jugé comme déshumanisé** et mieux se préparer à l'accouchement dans des régions où les maternités sont peu développées.

« J'ai accouché en 2016, j'aurais aimé accoucher en maison de naissance, mais elle était trop loin de chez moi. Je ne connaissais pas les doulas, sinon je pense que j'aurais apprécié avoir sa présence auprès de moi lors de ce moment, qui ne s'est pas forcément très bien déroulé. »

« Je suis en projet de conception du troisième bébé et après avoir vécu 2 accouchements (trop) médicalisés, je souhaite être accompagnée par une doula et une sage-femme libérale afin de faire un AAD. Et, je rêve d'une reconversion professionnelle afin de devenir doula. »

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Le désir des parents d'accoucher en dehors des hôpitaux offre aux doulas **un champ d'action intéressant**, dans la mesure où celles-ci interviennent majoritairement à domicile (62%). Plus encore, l'adaptabilité des doulas quant au lieu d'exercice de leur activité rencontre parfaitement les besoins des parents, désirant accoucher en hôpitaux, en maison de naissance (64%) ou encore à domicile (51%).

La mobilité des doulas trouve notamment tout son intérêt dans la mesure où certains parents sont géographiquement éloignés des structures d'accouchement classiques, ou bien nécessitent une intervention le plus rapidement possible.

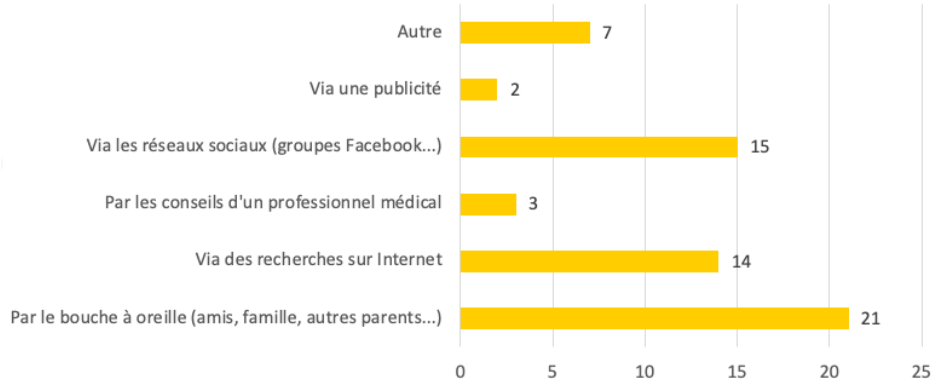
Plusieurs témoignages recueillis insistent sur la capacité des doulas à permettre aux parents d'accomplir leur souhait d'accouchement naturel malgré l'éloignement géographique des structures qui le permettent ou le manque de disponibilité des sages-femmes : « ***Mon accompagnement par ma doula a été tellement précieux.*** *Je lui en suis vraiment reconnaissante.* ***Grâce à elle, j'ai déconstruit toutes mes croyances autour de l'accouchement*** *[…] je ne savais même pas qu'on pouvait accoucher sans péridurale… Donc génial, gros travail en douceur sur moi grâce à elle. Soutien en post partum aussi* ». Les doulas permettent ainsi aux femmes de se réapproprier leur corps et prendre confiance en elles : « *Je pense que certains actes médicaux qui peuvent avoir de lourdes conséquences pourraient être évités si nous étions mieux accompagnées et si nous avions une meilleure connaissance de notre corps et surtout si nous étions accompagnées moralement. Cela permettrait de changer beaucoup de choses, par exemple : lorsqu'on est primipare et qu'on a jamais vécu le travail, avant même de savoir ce que c'est le choix de la péridurale est déjà pris. Comment cela est il possible ? Pour mon cas c'était un manque de confiance, un manque d'estime de mon corps et un manque de connaissance de mon corps avant tout****. Une doula aurait changé beaucoup de choses*** *et apporterait beaucoup comme c'est le cas dans d'autres cultures.* »

D'un autre côté, **la mobilité des doulas engendre des coûts pour celles-ci, qui se répercutent naturellement sur les tarifs** proposés aux parents. Plusieurs témoignages font d'ailleurs état du frein que constituent les tarifs des doulas dans leurs prises de décision, notamment lorsqu'ils s'ajoutent aux tarifs de la sage-femme : « *Un accompagnement de 2h facturé 60€ est loin d'être accessible à toutes les familles et pourtant je sais que derrière ces 60€ pour 2h on est très loin du 30€/h dans la poche de la doula (charges sociales, charges fixes, frais de déplacement, temps non-visible…).* »; « *Le paiement de ma sage-femme en AAD était déjà assez conséquent. Je ne pouvais pas faire les deux.* »

Les parents s'appuient sur le bouche à oreille pour faire appel aux doulas.

Le bouche à oreille permet aux doulas d'être connues par les parents. En effet, il s'agit de la principale source d'information et de reconnaissance de l'activité par les parents, suivi par les réseaux sociaux et les recherches autonomes sur Internet.

« Comment avez-vous pris connaissance de l'activité de doula ? »



→ *Lecture : 21 enquêté.e.s ont pris connaissance de l'activité de doula par le bouche à oreille, 3 par les conseils d'un professionnel.*

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

« Je trouve que l'on parle de + en + des doulas et c'est top ! Je pense que c'est le bouche à oreilles, le partage d'expériences qui va permettre de faire connaître l'activité. Et bien sûr une reconnaissance de la profession est nécessaire. »

Le bouche à oreille est donc le principal outil de communication et de marketing des doulas, loin devant les publicités par exemple, ou encore tout autre support dont le contenu serait défini et contrôlé par les doulas elles-mêmes. Le bouche à oreille assure une réputation de qualité aux doulas et rassure les futurs parents, car il est plus facile de faire confiance à des professionnel.le.s lorsque ces derniers et dernières sont recommandé.e.s par des proches. Cela sous-entend que les relations interpersonnelles entre la doula et les parents sont déterminantes du fait que les parents recommanderont ultérieurement la doula à leurs proches et/ou referont appel à elle.

De manière générale, le bouche à oreille bénéficie plus grandement à la doula en tant qu'individu plutôt qu'à l'activité en général, ce qui explique en partie pourquoi le processus du bouche à oreille est relativement lent et peu efficient. Il reste en effet contraint géographiquement et ne permet pas une médiatisation de l'activité. D'autre part, les savoirs, techniques et approches des doulas sont très spécifiques à chacun.e et varient d'une doula à une autre. Les parents recommandent ainsi une expérience particulière avec une doula particulière dont les pratiques ne représentent pas toujours l'essence de l'activité. Enfin, le **bouche à oreille a une portée limitée**, dans le sens où c'est un outil de communication qui touche très peu de personnes à la fois, contrairement à une publicité à la portée bien plus large. Nous remarquons en effet que les autres outils de communication et de marketing plus efficaces, tels que les **réseaux sociaux** (comptes Instagram, groupes Facebook) **restent peu utilisés** par les doulas, alors qu'ils peuvent être un complément intéressant au bouche à oreille déjà existant et nécessaire pour rassurer et convaincre les parents. Enfin, le manque de coopération entre les doulas et les maternités et autres espaces de santé ne permet pas aux doulas d'utiliser certains outils de communication, comme les flyers par exemple. Le peu de recommandations de doulas faites par les professionnels de santé ne permet pas non plus une très bonne visibilité des doulas dont leur accompagnement est souvent court-circuité par les sages-femmes. A ce titre, la concurrence qui semble exister entre les doulas et les sages-femmes peut venir du fait que les sages-femmes sont très peu nombreuses à accompagner les accouchements à domicile (88 en France, selon le rapport de l'APAAD de 2018) et sont remboursées par la Sécurité sociale, étant donc moins bien payées que les doulas.

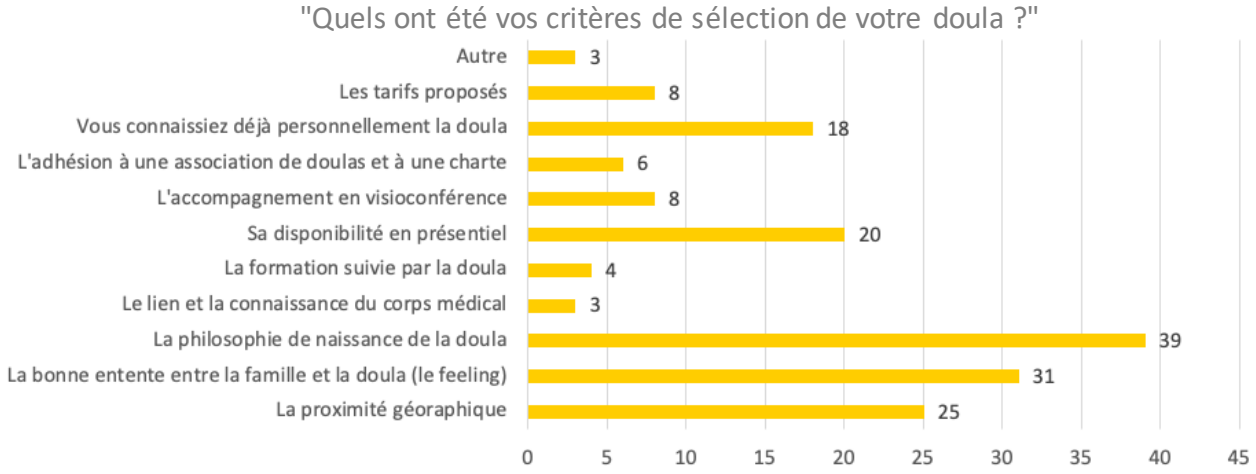
Les parents choisissent les doulas sur critères affectifs et moraux plutôt que pratiques.

Le principal critère de sélection d'une doula par les parents est la **bonne entente** entre la famille et la doula, autrement dit le « feeling » (31 réponses). Viennent ensuite la **philosophie de naissance de la doula** (29 réponses), la **proximité géographique** (25 réponses), la disponibilité en **présentiel** (20 réponses) et enfin les **relations interpersonnelles antérieures** entre la doula et la famille (18 réponses). De manière générale, les caractéristiques relationnelles sont donc dominantes dans le choix d'une doula qui s'explique par ce qu'attendent les parents de cette activité d'aide à la personne : un accompagnement émotionnel et moral plus humain, qui permet de s'informer, de s'écouter et de prendre confiance en soi.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

On note un essor de la demande de suivi en distanciel (8 réponses), qui s'est probablement développée avec la généralisation de l'utilisation des visio-conférences durant la pandémie de la Covid-19. Cet accompagnement en distanciel n'enlève pourtant rien à la qualité des suivis : *« En tant qu'ancienne AS de salle de naissance, j'ai eu recours à un seul appel visio avec une doula qui m'a clairement rassuré sur le reste de ma grossesse et m'a également apporté la sérénité dans le cadre d'une grossesse arc-en-ciel, j'avais "seulement" besoin de ça et elle était là, pour les personnes qui ont besoin de plus je suis certaine qu'un suivi quotidien serait bénéfique ! »*

Pour autant, cette demande de suivi en visio-conférence n'est pas prête de remplacer le besoin des parents à être suivis en présentiel (20 réponses), qui reste la règle plutôt que l'exception.



→ Lecture : la formation suivie par la doula a été un critère de sélection de la doula pour 4 enquêté.e.s.

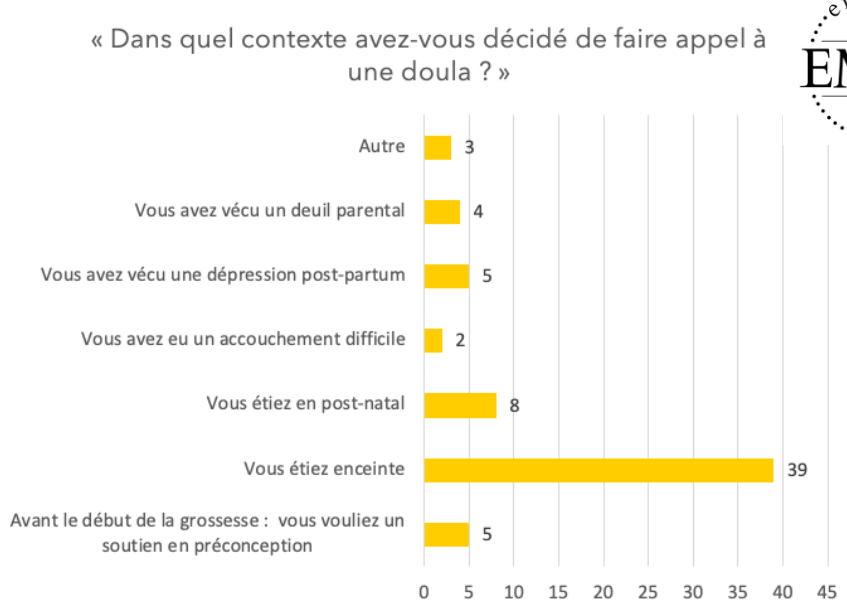
En effet, **les interventions des doulas ne sont pas qu'émotionnelles, elles sont aussi physiques et matérielles.** Les critères de l'adhésion à une association et à une charte de doula, ainsi que la formation suivie par la doula sont minoritaires mais apparaissent tout de même parmi les critères prioritaires de certains parents qui voient là un gage de confiance et de crédibilité. Nous en déduisons que pour les autres parents, le bouche-à-oreille est certainement ce qui permet d'avoir confiance en la doula malgré son manque d'ancrage dans la vie associative par exemple.

Les parents font appel aux doulas principalement quand la mère est enceinte.

L'étude démontre qu'il est plutôt rare que les parents fassent appel à une doula durant la période de préconception (5 réponses) ou en post-natal (8 réponses) alors même que la majorité propose aussi leurs services dès la période **de pré-conception et de grossesse** : *« Une doula peut aussi être sollicitée pendant la vie de femme, depuis la grossesse comme je l'ai fait»* témoigne une mère. Le fait qu'il y ait peu de demande pour ces périodes peut parfois s'expliquer par des facteurs exogènes, peu lié à une mal connaissance de l'activité : *« Si j'avais trouvé une doula pendant ma grossesse cela m'aurait plu, mais les difficultés à avoir un suivi médical déjà prenaient beaucoup de temps et n'a pas permis la place à la recherche d'une doula »* et qui renvoie ainsi aux difficultés que les parents peuvent rencontrer face à un personnel médical peu disponible.

La majorité des parents attendent déjà un enfant lorsqu'ils emploient une doula (39 réponses). Pour autant, plusieurs familles ont pu bénéficier du soutien de leur doula durant des moments particuliers et/ou difficiles après l'accouchement comme une dépression post-partum (5 réponses), un deuil parental (4 réponses), plusieurs fausses couches (1 réponse) ou suite à un parcours PMA (1 réponse) ce qui reflète l'importance d'un accompagnement émotionnel pour de jeunes parents.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés



→ *Lecture : 39 enquêté.e.s sur 180 on fait appel à une doula pendant leur période de grossesse.*

La diversité de profil des parents et de leurs besoins reflète la diversité des compétences que les doulas ont besoin de maîtriser afin d'exercer leur activité dans les meilleures conditions. Une formation générale qui comprendrait un **enseignement en psychologie** et sur les différentes **procédures médicalisées alternatives** semble être un moyen intéressant pour aider les doulas à se doter des meilleurs outils pour leur exercice.

« Je ne connaissais pas l'activité de doula, je l'ai appris lors de mes difficultés pendant mon post partum, et je pense que cet accompagnement a toute sa place et il est très important qu'une femme soit si elle le souhaite suivie pour le côté humain et être soutenue et prévenue de ce qu'il lui arrive ou va lui arriver lors de ce changement de vie. »

« Il a fallu que je vive la perte de mon bébé pour découvrir vraiment cette belle activité. C'est une activité riche et sincère. Ma rencontre avec ma doula m'a aidé à prendre confiance en moi et à vivre pleinement ma grossesse d'après, je me suis sentie entièrement comprise et soutenue je ne l'aurais pas trouvé avec un autre professionnel dans ce domaine je pense. Je suis sûre que cette activité a un bel avenir. »

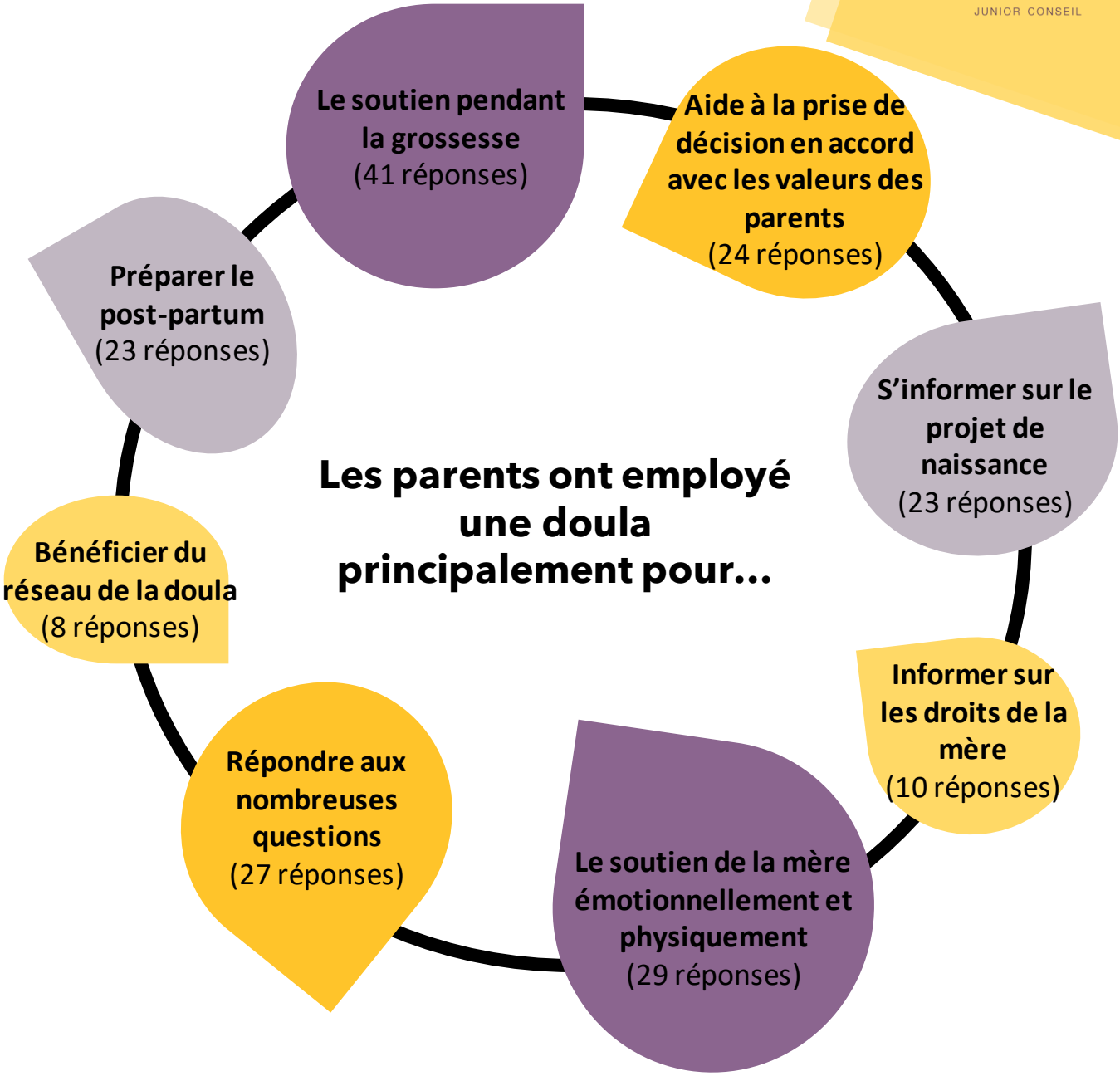
La certification permettrait aussi de **protéger à la fois les parents et les doulas émotionnellement et légalement,** en assurant un suivi professionnel, complet et sans danger. Les parents reprochent notamment le fait que l'absence de diplôme permet à n'importe qui de s'affirmer doula, ce qui expose les familles à des risques de santé mentale et physique, met en danger la vie de l'enfant à naître et met en danger la réputation de la communauté entière.

« Un vrai parcours formateur. Parce qu'aujourd'hui beaucoup de femmes ayant lu quelques livres et vécus des accouchements physio se disent 'doula' »

Un manque de professionnalisme que dénonce également beaucoup de doulas interrogé.e.s.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Ainsi, le soutien des doulas aux familles qu'elles accompagnent prend de nombreuses formes. Voici les formes de soutien que les parents ont jugé les plus importantes :



Parmi les autres raisons pour lesquelles les parents ont employé une doula, on trouve : la présence physique aux rendez-vous (7 réponses), le soutien pendant la période pré-conceptuelle (4 réponses), l'accompagnement de la fratrie (8 réponses), la gestion de la logistique à la maison (6 réponses), le soutien en cas de deuil périnatal (4 réponses) ou en cas de grossesse « arc-en-ciel » (8 réponses), terme utilisé pour qualifier les grossesses venant après une fausse couche ou l'accouchement d'un bébé mort né.

Ces résultats confirment toutes nos observations : **la doula permet un accompagnement émotionnel complet.** Elle accompagne les parents à affronter leurs difficultés, les renseigne également beaucoup sur leurs options qui s'offrent à eux et les prépare le mieux possible à ce changement de vie. A ce titre, une mère témoigne *« J'étais enceinte [quand je l'ai employée] mais je souhaitais préparer mon post partum »*.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

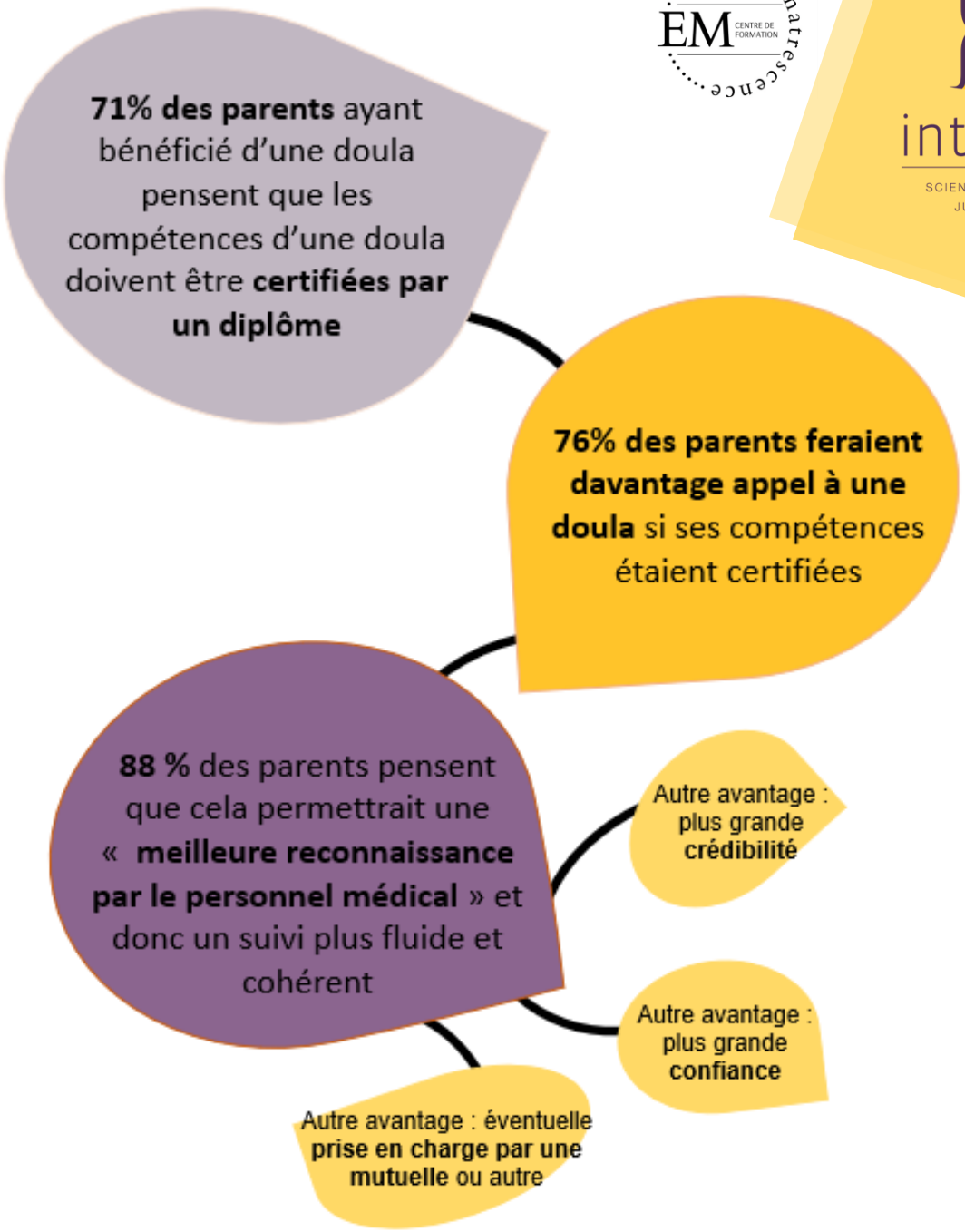
Les jeunes parents ont visiblement un **besoin d'informations** et de sensibilisation sur l'accouchement, la grossesse et le post-partum. Nous avons pu noter au vu des témoignages que nombreux sont les parents qui ont une connaissance partielle voire largement lacunaire de la péridurale par exemple. Cela peut être lié au fait que certains aspects de la grossesse et de l'accouchement sont peu mentionnés dans l'éducation.

A ce titre, beaucoup de parents ne connaissaient pas l'existence des doulas lors de leur première grossesse, et auraient voulu faire appel à elles pour pouvoir procéder à un accouchement à domicile par exemple et s'éviter de mauvaises expériences à cause d'une mauvaise connaissance de l'accouchement et de la post-natalité. De manière plus générale, l'accouchement hospitalisé et médicalisé est la procédure par défaut. Avec plus d'informations sur les différentes possibilités et procédures qui s'offrent à eux, certains parents auraient pu choisir d'autres manières de mener leur grossesse et leur accouchement.
Au regard des formes de soutien les plus demandées, **le rôle de la doula semble essentiel puisqu'elle est en mesure d'offrir une perspective non-médicalo-centrée** et de fournir des informations et des compétences qui ne sont pas ou peu partagées, comme les droits de la femme en maternité ou des techniques de soulagement de la douleur (soins rebozo, espaces Tentes rouges, bains sensoriels, etc).
Par ailleurs, le « soutien pendant la grossesse » qui constitue la plus grande demande des parents, traduit le besoin d'un suivi régulier et sur le long terme, que le personnel médical peut difficilement mettre en œuvre : *« Il faudrait déjà que les gynécologues (pour la plupart car ce que je vais écrire n'est pas une généralité !) admettent qu'ils ne prennent pas suffisamment de temps pour répondre aux questions et aux détresses de certaines mamans ou futures mamans (ou parents) pendant la grossesse et encore moins en parcours pma !* » ; à ce propos, certains parents dénoncent le manque d'informations dispensées par le corps médical, auquel la doula serait alors une bonne alternative : *« Je souhaite justement me lancer dans l'accompagnement périnatal car en tant que maman de jumeaux et étant passée par un parcours de PMA, je me suis rendue compte qu'il y avait beaucoup de choses qui manquaient. Il me semble donc important qu'une tierce personne soit présente pour rassurer tous ces parents, mamans qui veulent suivre ce chemin de la parentalité ».*

Les parents ayant fait appel à une doula sont très favorables à la certification de leur activité.

Pour les parents, une certification assurerait aux doulas un meilleur accès aux structures médicalisées, auprès des professionnels de santé. **L'institutionnalisation des doulas permettrait alors aux parents de bénéficier entièrement de l'accompagnement qu'ils désirent, sans avoir à choisir entre la médicalisation et le soutien de la doula,** qui couvre d'autres terrains que la santé physique de la mère et du bébé – les deux sont donc tout à fait compatibles. *« Je souhaite sincèrement que l'activité de doula soit reconnue et encadrée. Dans le même esprit que l'aide-soignante et l'infirmière, sage-femme et doula devraient pouvoir travailler en harmonie et/ou en binôme ».* Pour certains parents, leur présence, plus que nécessaire, est indispensable : *« Mon opinion : prescription d'une doula pour chaque grossesse ! On n'est jamais assez entouré de (bonnes) personnes attentives, présentes et bienveillantes envers nous, parents, pendant la grossesse, le post-partum ou même pour la perte d'un bébé, qu'importe la cause du deuil. J'ai découvert l'existence des doulas 3 ans après ma seconde grossesse qui s'est soldée par un post-partum désastreux. Je ne comprends pas que les doulas soient reconnues dans plusieurs pays et pas les moins développés et qu'en France on soit aussi en retard ! Je parle des doulas partout autour de moi, aux futures mamans de mon entourage mais pas que. Et j'espère sincèrement qu'un jour ce sera acquis, que les doulas auront une place à part entière au sein de la société et surtout au sein des familles. »*

Tous droits de reproduction réservés

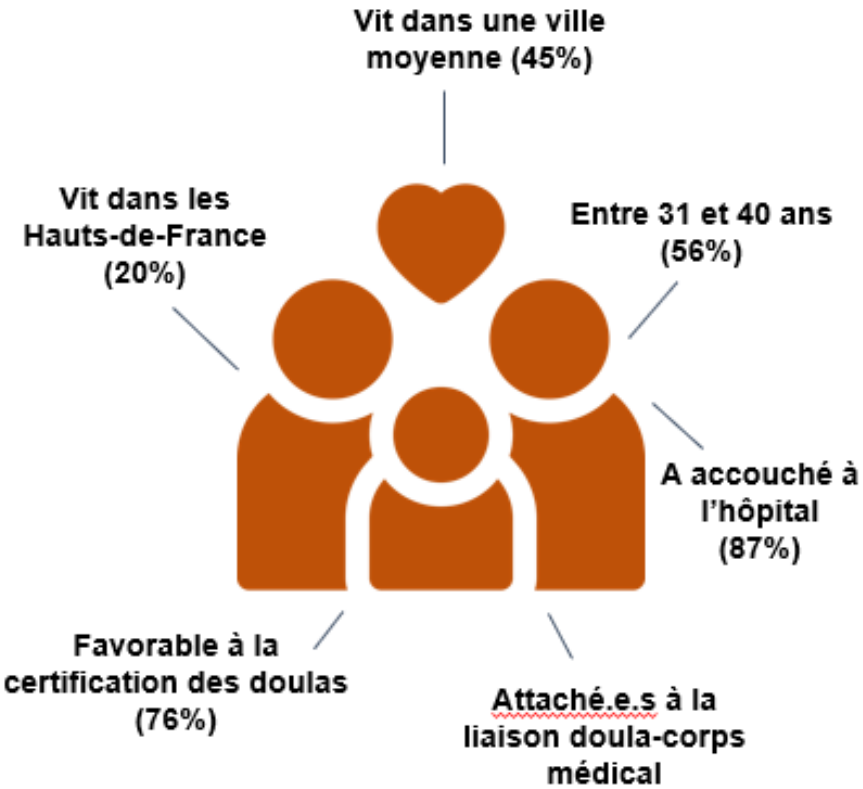


La présence d'une certification assure un contrôle et donc la sécurité des parents qui emploient la doula. En cela, les parents sont plus confiants quand ils font appel à une doula, surtout lorsqu'elle ne leur a pas été recommandée. Le diplôme permettrait aussi d'appuyer la parole de la doula auprès des professionnels et des parents, mais aussi de justifier plus facilement les tarifs appliqués.
Enfin, une prise en charge par la mutuelle impliquerait une augmentation du nombre de familles pouvant avoir accès aux services des doulas, et donc un élargissement de la clientèle et une popularisation du phénomène. En effet, plusieurs parents soulignent qu'il peut exister des freins financiers décourageant les jeunes parents à se faire accompagner par une doula lorsque cela est nécessaire. Par ailleurs, en Suisse, les mutuelles autorisent le remboursement des prestations des doulas à hauteur de trois séances par grossesse.

Tous droits de reproduction réservés

Idéal-type des parents n'ayant jamais fait appel à une doula

Il s'agit désormais d'étudier le profil des parents n'ayant jamais fait appel aux doulas. Nous analyserons par la suite leurs principales raisons au refus d'avoir un accompagnement supplémentaire, leur avis sur une potentielle certification et reconnaissance institutionnelle des compétences professionnelles de la doula et si cela aurait une influence sur leur vision de celle-ci, ou si cela les encouragerait même à faire davantage appel à ses services.



→ Lecture : 20% des enquêté.e.s vivent dans les Hauts-de-France, 56% ont entre 31 et 40 ans.

Il est à noter que les différences de régions et ville d'habitations ainsi que de tranche d'âge entre les parents ayant fait appel aux doulas et les parents n'ayant pas bénéficié de leurs services sont influencés par les canaux de diffusion utilisés. Nous avons par exemple encouragé les doulas répondant au questionnaire à inciter leur clientèle à faire de même. Cela explique pourquoi il y a des cohérences entre l'implantation des doulas et les lieux d'habitation des parents-clients de cette activité.

Cependant, nous pouvons noter une corrélation intéressante : les parents ne bénéficiant pas d'accompagnement supplémentaire en période de natalité se situe dans les Hauts-de-France. Or nous avons vu, selon l'enquête, que seulement 6% des doulas exercent dans cette région, ce qui est relativement faible lorsque l'on compare avec leur implantation au sud (23% en Auvergne-Rhône-Alpes par exemple).

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

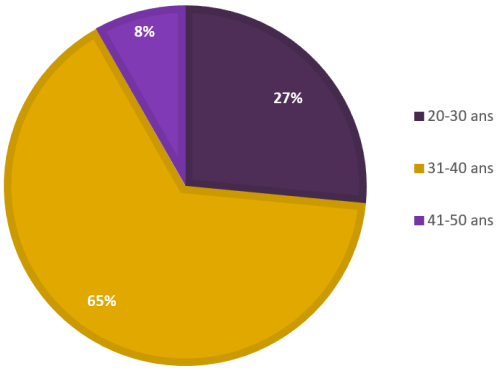
L'enquête n'a révélé aucune différence en termes d'âge entre la clientèle des doulas et les parents n'ayant pas employé leurs services.

La clientèle des doulas est composée à 92% de personnes entre 20 et 40 ans (65% entre 31 et 40 ans et 27% entre 20 et 30 ans). Les moins de 20 ans et les plus de 50 ans ne sont pas représentés.

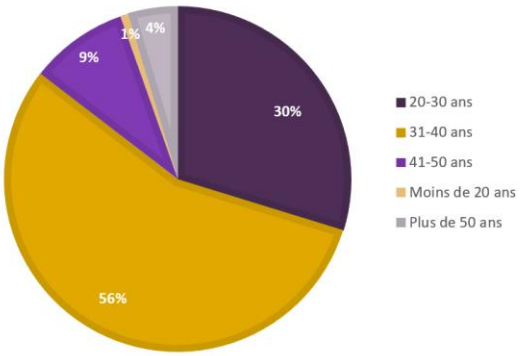
Le fait que ce soient les jeunes (20-40 ans) qui font le plus appel aux doulas peut s'expliquer par **l'essor relativement récente de l'activité de doula en France** et le **développement tout aussi récent de la sensibilisation à cette activité** et aux prestations des doulas. De même cette tranche d'âge constitue la période la plus importante de procréation.
On retrouve donc ces tranches d'âge parmi ceux qui n'ont jamais fait appel aux doulas.

→ *Lecture : 8% des parents ayant déjà fait appel à une doula ont entre 41 et 50 ans.*

Âge des parents avec une doula



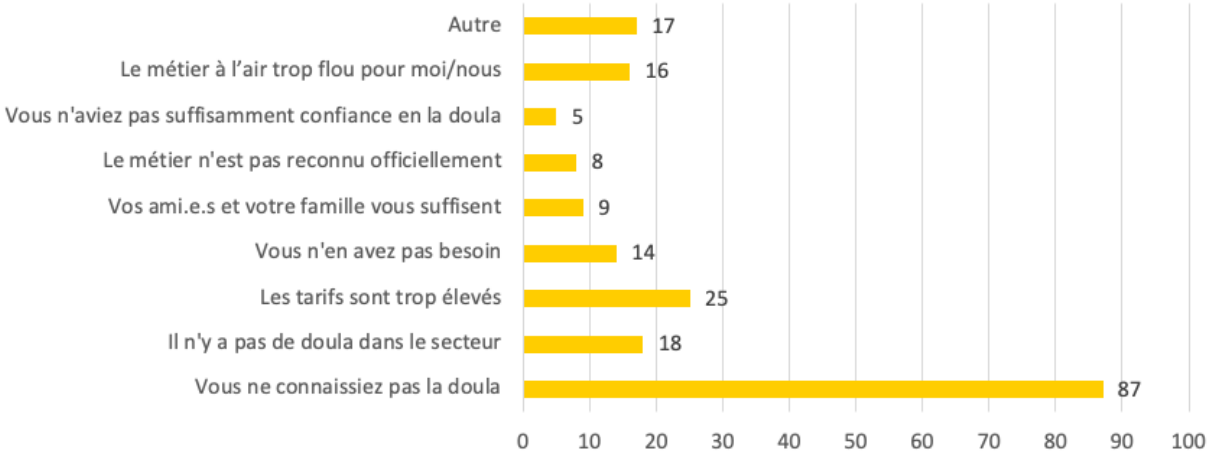
Âge des parents sans doula



Les parents ne font pas appel aux doulas principalement car ils ne connaissent pas les doulas.

→ *Lecture : 16 enquêté.e.s n'ont pas fait appel aux doulas car leur activité leur paraissait trop flou.*

« Pourquoi avez-vous décidé de ne pas faire appel à une doula ? »



Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Le fait que les parents ne connaissent pas de doulas est la principale raison pour laquelle ils ne font pas appel à elles (87 réponses). En effet, il reste difficile pour les parents d'intégrer une tierce personne inconnue durant la période d'enfantement, puisqu'il s'agit d'une période intime et précieuse. L'enjeu pour les doulas est de faire en sorte que les avantages à tirer de l'expérience balayent les doutes des parents quant à l'élargissement de leur cercle au moment de l'enfantement.

« Je ne savais pas à quel point il fallait une aide, je pensais que seule je pouvais affronter de manière sereine cette douleur mais en fait pas du tout. »

Parmi les raisons mentionnées par les parents, on retrouve notamment **l'obstacle financier**. En cela, la possibilité que les interventions des doulas soient prises en charge est un grand avantage à la fois pour les familles, qui seront plus nombreuses à pouvoir en bénéficier, mais aussi pour les doulas, qui pourront développer leur activité et peut-être pour certaines sortir de la précarité. Indubitablement, la précarité des doulas et le fait que peu de familles peuvent se permettre d'employer une doula sont deux phénomènes en corrélation.
En troisième position, on trouve **le problème de la disponibilité et de la présence des doulas sur certains territoires**, notamment ceux du Nord-Ouest de l'Hexagone et les territoires d'Outre-Mer.

D'autres témoignages attestent d'une méconnaissance de l'activité de doula, de leurs compétences, de leurs rôles auprès des parents et auprès du corps médical. En ce sens, plusieurs parents sont freinés par le fait que « le activité paraît trop flou » pour eux (16 réponses) et parce qu'il n'est pas reconnu officiellement (8 réponses).

« J'étais très accrochée à ma sage-femme et je ne savais pas qu'elles auraient pu être complémentaires. »

« Personne n'en parle [des doulas] »

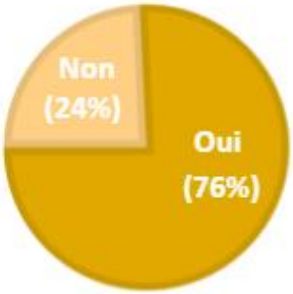
« Je ne savais pas comment la choisir (au risque de tomber sur une fille trop farfelue) »

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Ainsi, le manque de communication et l'opacité de l'activité sont les freins les plus importants à l'adhésion des parents aux doulas. Cependant, les réponses des parents affirment aussi que **la mise en place d'une certification constituerait un grand changement dans leur manière d'appréhender leur activité** émotionnellement et financièrement, puisqu'il permettrait aux doulas de bénéficier d'une visibilité plus importante. De plus, les doulas pourront exercer leur activité dans de meilleures conditions, notamment en étant protégées par un statut légal et en ayant un accès plus simple aux structures de soins.

Les parents sont très favorables à la certification des doulas.

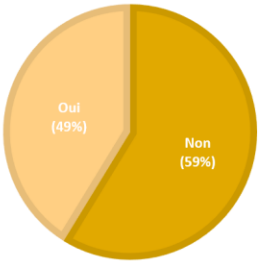
« Pensez-vous que les compétences d'une doula doivent être certifiées par un diplôme ? »



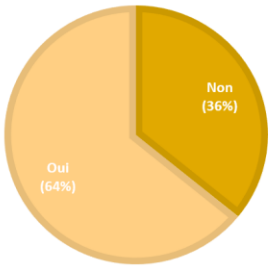
« Si c'était le cas, feriez-vous davantage appel à un doula ? »

100% des parents qui pensent que les doulas doivent être certifiées affirment qu'ils feraient davantage appel aux doulas dans le futur, si elles sont certifiées. Le lien de causalité est ici indubitable et justifie le besoin de certification des doulas, puisqu'il s'agit aussi d'un besoin des parents. En effet, les parents ont besoin d'être rassurés sur les compétences de la personne qui va les guider pendant la naissance de leur enfant. Par ailleurs, **les parents n'ayant jamais fait appel à une doula sont statistiquement plutôt intéressés par les accouchements à domicile (41%) et en maison de naissance (64%),** là où les doulas sont plus facilement acceptées et reconnues pour le moment. Cela traduit une volonté des parents d'être plus confiants dans leurs choix et de prendre leurs propres décisions, ce qui correspond aux missions des doulas. Un diplôme permettrait aux parents d'évincer certaines barrières qui les empêchent de choisir l'accouchement en dehors de l'hôpital et de faire appel aux doulas tout au long de leur parcours d'enfantement.

« Si une sage-femme libérale avait été disponible, auriez-vous opté pour un accouchement assisté à domicile ? »



« S'il y avait une maison de naissance sur votre territoire, cela aurait-il été votre choix ? »



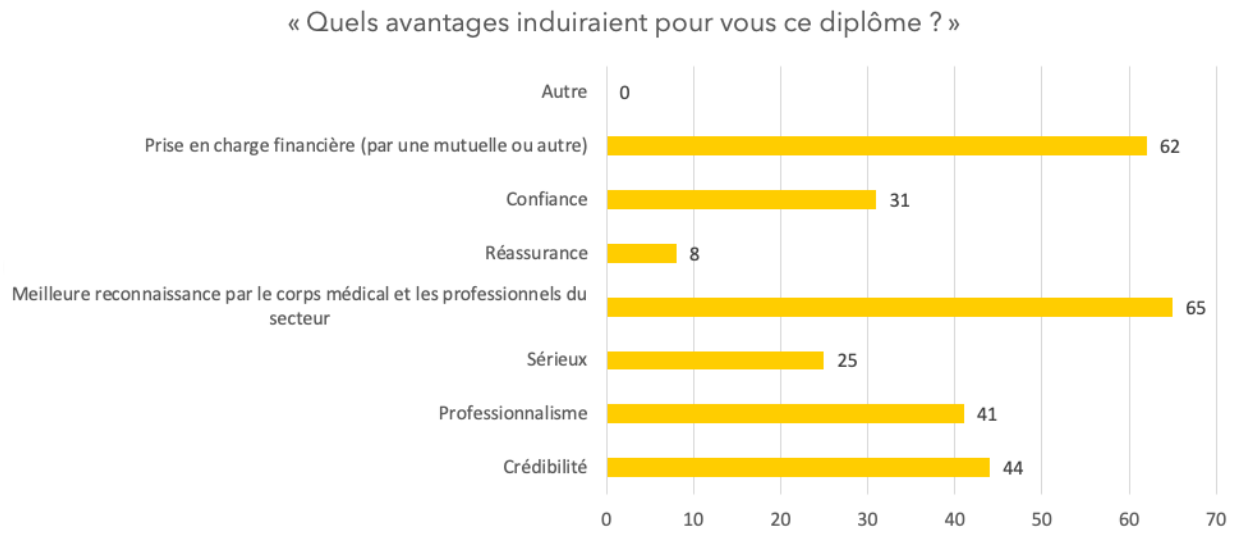
Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Pour les parents n'ayant jamais fait appel à une doula, la reconnaissance et la liaison avec le corps médical représenteraient les plus grands avantages résultant de la certification des doulas.

Les parents n'ayant jamais fait appel aux doulas restent fortement attachés à la réassurance et à la sécurité que leur apportent les hôpitaux, où un médecin peut intervenir rapidement en cas de problème.

Ainsi, pour la plupart des parents interrogés, **le soutien d'une doula doit être associé à un suivi médical régulier.** C'est pourquoi la reconnaissance des doulas par le personnel médical est un enjeu fondamental pour les parents, qui souhaiteraient bénéficier des deux perspectives sur l'enfantement afin de vivre au mieux leurs expériences. Selon certains points de vue, il semblerait que les doulas et les sages-femmes par exemple soient plus dans une optique de concurrence plutôt que de coopération. Le diplôme pourra attester du fait que les doulas et les sages-femmes couvrent des aspects bien différents de l'enfantement et disposent de tous les éléments pour pouvoir se compléter et offrir aux parents la meilleure expérience possible.
Dans le même sens, 44% des doulas interrogées estiment que le diplôme leur permettra de recevoir une « reconnaissance » et/ou de bénéficier d'une plus grande « crédibilité » car le diplôme est une attestation de professionnalisme et d'assurance pour les parents. Parmi les doulas qui pensent que le diplôme leur permettrait d'être plus reconnues, environ 66% d'entre-elles estiment nécessaire la reconnaissance du corps médical et du personnel de santé*, car ils restent les premiers vers qui les parents se tournent et que les doulas ont besoin de ce lien de confiance fort entre médecin et patient pour que les médecins les recommandent aux parents.

On note que les options « sérieux », « réassurance » et « confiance » sont peu souvent sélectionnées, ce qui atteste du fait que la réputation des doulas dispose déjà de ces qualités.



**Données recueillies dans le questionnaire à destination des doulas, à la question « Si la formation conduisait à un diplôme reconnu quels avantages en tireriez-vous ? ». cf p.32.*

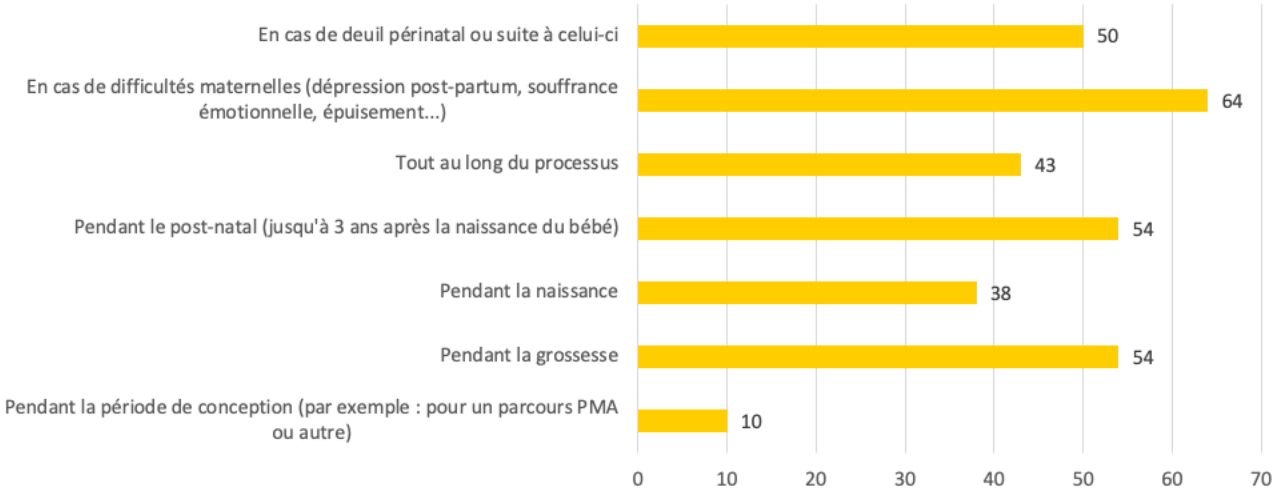
Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

A la suite du questionnaire qui leur a été proposé, la majorité des parents se dit intéressée par les services des doulas.

73% de nos enquêté.e.s n'avaient jamais fait appel à une doula. A la suite de ce questionnaire, **76% de ces personnes sont désormais intéressées par l'accompagnement des doulas**, une fois qu'ils avaient pris connaissance de l'existence des doulas, de leurs missions et de quelques-unes de leurs compétences. Cela indique une nouvelle fois que la méconnaissance de l'activité de doula est un des obstacles principaux séparant les doulas et les parents.

La demande d'intervention des doulas des parents nouvellement intéressés est plus diversifiée que celle des parents ayant déjà bénéficié des services d'une doula. Ainsi, les parents nouvellement intéressés se disent susceptibles d'employer une doula à des moments plus diversifiés, comme le post-natal (54 réponses), en cas de difficultés maternelles (64 réponses) ou en cas de deuil périnatal (50 réponses). A titre de comparaison, les parents ayant déjà bénéficié des services d'une doula ont fait appel à elle pour accompagner une grossesse sans difficultés particulières.

« Quelle serait la ou les périodes durant lesquelles vous embaucheriez une doula ? »



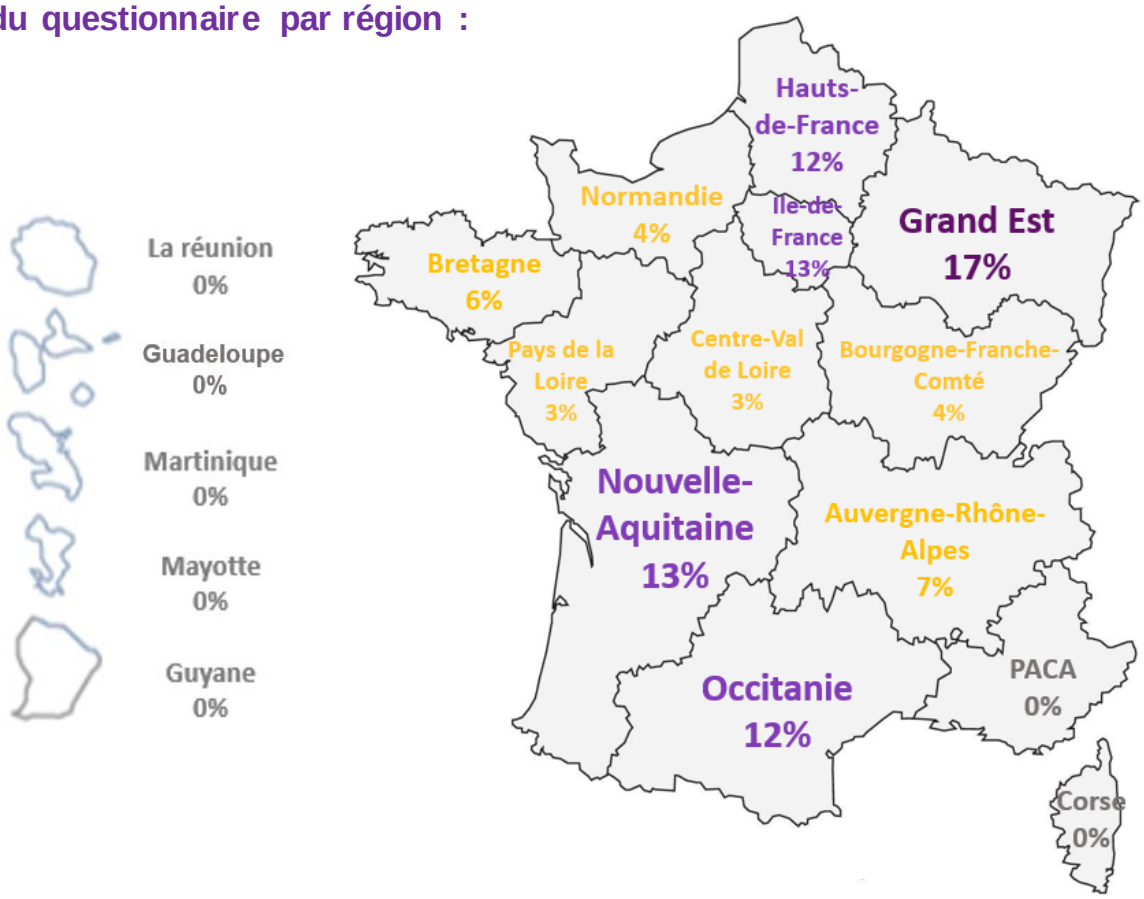
→ *Lecture : 38 enquêté.es feraient appel à une doula au moment de la naissance.*

Cette différence entre les parents ayant déjà fait appel à une doula et les autres peut venir du fait que même lorsqu'ils font appel à une doula, les parents ne connaissent pas l'étendue des compétences de la doula et à quels moments elle peut intervenir. C'est pourquoi une communication sur l'activité de doula est fondamentale, puisqu'il ne suffit pas de savoir que les doulas existent pour savoir ce qu'elles peuvent faire.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Répartition territoriale des doulas et des parents

Pourcentage de familles intéressées par les services des doulas à la suite du questionnaire par région :



Il existe un potentiel de clientèle sous-exploité par les doulas dans la moitié Sud de la France, notamment en Occitanie, où vivent 12% des nouveaux parents se disant intéressés par les services des doulas. A l'inverse, l'absence de réponses des parents vivant à l'Ouest du pays et sur les territoires d'Outre-Mer semblent indiquer une clientèle peu importante dans ces régions.
En comparant l'offre des doulas (analyse p14) et la demande des parents nouvellement intéressés, on remarque que la répartition offre/demande par rapport aux territoires est cohérente : les doulas exercent le plus souvent au Sud de la France et le moins souvent dans l'axe Normandie-Centre-Val de Loire-Bourgogne-Franche-Comté. Il y a toutefois une sur-représentation des doulas par rapport à la clientèle en région PACA, et une sous-représentation de celles-ci dans le Grand Est, où résident 17% des parents interrogés et intéressés.
Il faut cependant noter qu'il n'y a pas plus de parents accompagnés par les doulas dans les régions où l'offre est excédentaire, notamment en comparaison avec les régions où l'offre de doula est déficitaire.

Tous droits de reproduction réservés

ANALYSE QUALITATIVE

La parole aux parents

« Selon vous, comment l'activité de doula pourrait être mieux connue et reconnue en France ? »

« La reconnaissance implique un statut, légiféré et donc formation diplômante »

« Publicité dans les maternités et dans les cabinets médicaux »

« Un film ? Un doc ? En passant par les médias. En multipliant les témoignages »

« Que les formations soient plus accessibles, notamment financièrement par des prises en charge d'organismes tels que pôle emploi ou CPF. »

« Qu'elles "entrent" dans les structures hospitalières, cabinets libéraux de sage-femme, pharmacies. Personne n'en parle, aucune affiche, aucune info sur la doula dans ces milieux. »

« S'il était reconnu comme bénéfique par le personnel médical et présenté systématiquement comme une option d'accompagnement possible, pour que les parents en aient connaissance.»

« Si les sages-femmes, les gynéco pouvaient en parler plus régulièrement.»

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

Pour les parents, **la liaison avec le corps médical** est un critère déterminant pour leur association avec une doula. Il leur semble aussi indispensable pour que l'activité de doula puisse prospérer que les doulas développent leur communication, dans les structures de soins et ailleurs, sur les réseaux sociaux, sous différents formats, afin de développer et compléter le bouche à oreille, par exemple en partageant des témoignages.

« Une meilleure collaboration avec le personnel soignant (ici on nous a refusé sa présence en salle de naissance), probablement que la non réglementation de la profession (et donc de la formation) induit également qu'il y a « de tout » en termes de formation, d'expérience, de professionnalisme voire même de posture et de pratique cela créé presque plusieurs types de doulas très différentes en pratique. »

Le **financement** est aussi une grande source d'hésitation et de doutes pour les parents, problème qui peut potentiellement se régler au moins en partie par une certification des doulas, comme présenté plus tôt.

« Prise en charge par la CAF, mutuelle, assurance de x heures d'accompagnements d'une doula, ça enlèverait le frein financier pour les familles et ça contribuerait à la reconnaissance de leurs compétences. Peut-être reconnaître leur activité comme véritablement un service à la personne, déductible des impôts, pris en charge en partie ou plus par la société, et ainsi créer des doulas salariées au même titre que des aides ménagères.»

Enfin, si les parents sont en très **grande majorité favorable à la certification** des doulas, c'est qu'ils y trouvent des intérêts, notamment : une meilleure prise en charge en accord avec leurs valeurs et leurs visions de l'enfantement, plus d'opportunité de bénéficier des services des doulas avec un potentiel remboursement par les mutuelles, l'assurance d'être pris en charge par des professionnelles et d'être guidés dans la grossesse en toute sécurité. En réalité, la doula est reconnue comme un service à la personne : elle peut être rémunérée au CESU et ses prestations sont déductibles des impôts. Cela montre ainsi bien que les familles ne sont pas informées sur cette activité.

« Avec une reconnaissance au niveau de l'Etat et de la chambre des métiers. Des formations avec des bases certifiées (au niveau des connaissances de bases - physiologie, allaitement, post partum, sommeil, etc.) ensuite c'est important que chaque école ait sa propre approche, développe ses rituels, etc. Que les doulas et les sages-femmes travaillent main dans la main. Que les doulas soient admises et recommandées en maternité. Que les services de doula soient remboursés (au moins partiellement) pour être accessibles à tous pour un respect des naissances et un changement de paradigme. »

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

LA CONCLUSION

La problématique de reconnaissance que rencontre l'activité de doula s'inscrit pleinement dans un contexte de société où l'expérience de la maternité est extrêmement médicalisée. Cette médicalisation de l'accouchement ne laisse pas de place à des méthodes alternatives « plus naturelles » et centrées sur les ressentis des parents. En cela, les doulas, bien qu'elles ne prétendent absolument pas remplacer les sages-femmes, peinent à se faire une place. Pourtant leur accompagnement qui n'est pas médical mais plutôt émotionnel est une nécessité pour les familles où 15 à 20% des nouvelles mères font une dépression post-partum. Nous avons pu à travers notre enquête sentir cette détresse des parents qui ont pu raconter leurs nombreuses expériences « médicalisées » qui se sont mal passées. Dans un contexte où le personnel médical est débordé et ne peut pas accorder autant de temps qu'il le faudrait aux parents, il parait nécessaire de laisser la place aux doulas pour assurer une continuité dans l'accompagnement.

Néanmoins pour que l'accompagnement des doulas soit optimal, la reconnaissance de l'Etat de leur formation parait essentielle. Sans cela, les pratiques des doulas ne sont pas encadrées et exposent les parents à des risques. Une certification de la formation de doula permettrait aussi de fluidifier l'offre et la demande en doula et encouragerait les parents à faire appel à celles-ci. En somme, cela permettrait d'améliorer la situation financière des doulas (qui peuvent mobiliser leur CPF pour être prise en charge) et des parents (en pouvant être remboursés par une mutuelle).

Ainsi, la reconnaissance des formations pour devenir doula, qui est une demande forte du centre de formation Envol & Matrescence mais aussi des doulas elles-mêmes, parait nécessaire et serait bénéfique aux parents. Sans cela, l'activité de doula reste marquée du sceau de l'illégitimité qui entrave tout développement de l'activité.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

NOTRE EQUIPE

A votre service durant cette étude

Les Cheffes de Projet

Membres du Conseil d'Administration d'Interface SPTJC, Lucie VIDAL et Lisa LARRASQUET ont été vos interlocutrices tout au long de l'étude. Elles se sont assurées du bon déroulement de l'étude et ont encadré les Etudiantes-Intervenantes.

Les Etudiantes-Intervenantes

Sélectionnées parmi les étudiant.e.s de Sciences Po Toulouse, Esther Saurel et Zohra Saïdi ont été en charge d'élaborer les questionnaires. Après une analyse pointue des données recueillies, elles ont rédigé le rapport final.

Le Pôle Qualité – Suivi d'étude

Le pôle QSE a contrôlé chaque document ou résultat afin d'assurer la qualité du travail attendu.

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

ANNEXES

Annexe 1 : Carte des maisons de naissance en France métropolitaine

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

ANNEXES

Annexe 2 : Questionnaire à destination des doulas

Grande nouvelle ! Envol&Matrescence (lance une enquête sur les doulas en France!
Pourquoi ? Parce qu'à ce jour il n'existe pas de données tangibles qui permettent de savoir combien nous sommes sur le territoire national et dans les territoires d'outre-mer , combien vivent de leur activité de doula .... Il est temps désormais d'avoir une idée plus objective de qui nous sommes.
En parallèle , une campagne de financement participatif va être lancée pour nous aider à financer l'étude. On a donc besoin de toi et de ton réseau !
Un grand merci pour votre participation !
Ce questionnaire est anonyme et comprend 40 questions
Temps estimé du questionnaire : 15 minutes

Section 1/ Profil

1.Vous êtes
Une femme
Un homme
non-binaire

2.Votre âge
moins de 20 ans
de 20 à 30 ans
de 31 à 40 ans
de 41 à 50 ans
plus de 50 ans

3.La région où vous résidez
Auvergne-Rhône-Alpes
Bourgogne-Franche-Comté
Bretagne
Centre-Val de Loire
Corse
Grand Est
Hauts-de-France
Île-de-France
Normandie
Nouvelle-Aquitaine
Occitanie
Pays de la Loire
Provence-Alpes-Côte d'Azur
Guadeloupe
Martinique
Guyane
La Réunion
Mayotte

4.Vous êtes de nationalité
Française
Autre

5.Votre situation familiale :
marié.e
pacsé.e
divorcé.e
Séparé.e
En couple
célibataire
Veuf/veuve

6.Votre plus haut niveau d'étude
aucun
CAP, BEP
baccalauréat
DEUG, BTS, DUT, DEUST
Licence, licence professionnelle, BUT
Maîtrise, master
Doctorat
Autre

7.Avez-vous des enfants ?
Oui
Non

8.si oui combien ?
1
2
3
4 et +

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

ANNEXES

Section 2/ *Votre formation à l'activité de doula*

9.Pour vous est-il essentiel de passer par une formation pour être doula ?
oui
Non

10.Avez-vous suivi une formation pour être doula ?
Oui
Non
c'est en projet

11.Si non, envisagez-vous de suivre une formation ?
oui
Non

12.Cette formation était en
présentiel
distantiel
présentiel et distantiel

13.Combien de temps a durée cette formation (en mois)

14.Quel était le nom de l'organisme de formation ?

15.Si la formation conduisait à un diplôme (reconnu par l'Etat) auriez-vous trouvé plus facilement un emploi ?
oui
Non
Autre

16.Si la formation conduisait à un diplôme reconnu quels avantages en tireriez-vous ?

17. Quels seraient les avantages pour vos clients (que vous ayez un diplôme) ?
crédibilité
professionnalisme
sérieux
reconnaissance
rassurant
Confiance
Autre

18. Quels sont pour vous les critères déterminants dans le choix de votre formation ? *Il faut que la formation soit :*
- Reconnue par un organisme, une autorité compétente
- Reconnue par l'association des doulas de France
- en présentiel
- en distantiel, à distance
- dans un format hybride (presentiel/distantiel)
- avec une possibilité de prise en charge financière
- labelisée qualiopi
- longue (de plusieurs mois)
- faite par une équipe pluridisciplinaire
- un coup de coeur

19. En quelle année avez-vous été formée en tant que doula ?

Tous droits de reproduction réservés

ANNEXES

Section 3/ *Votre activité de Doula*

20.Vous exercez l'activité de Doula
Dans une métropole ou grande ville (entre + de 400 000 habitants et de 150 000 habitants)
Dans une ville moyenne (entre 20 000 et 5 000)
Dans une petite ville (moins de 5 000 habitants)

21. Exercez- vous en tant que doula depuis votre formation ?
Oui
Non
Je me suis un peu lancée

22. Si non, quels sont vos freins ? (choix multiples)
Je ne me sens pas prête
Je ne me sens pas légitime
Je ne me sens pas assez outillée
J'ai besoin de suivre une formation complémentaire en création d'entreprise
Je manque de confiance en moi
Autre

21.Vous exercez :
à domicile
dans un lieu spécifique
les deux

22.Si dans un autre lieu qu'à domicile, veuillez précisez lequel :

23. Dans le cadre de votre activité de doula que faites-vous ?
- J'accompagne émotionnellement les parents pendant la grossesse, l'accouchement, l'accueil du bébé
- j'accompagne la maman aux rendez-vous médicaux
- j'apporte un soutien psychologique et physique
j'assiste à l'accouchement en présence d'une sage-femme
- je réponds aux interrogations des parents sur la grossesse, l'accouchement, l'accueil du bébé
- j'accompagne dans le post-partum
- je donne un coup de main pour les tâches domestiques
- je fais bénéficier de mon réseau (professionnels, groupes de parents, crèches...)
- Autre

25.Quel est votre statut ?
microentreprise
Autre régime de société
Association
Association et micro entreprise
Autre

26.Qu'est-ce que cette activité vous apporte ?

27.Etes-vous satisfait.e de votre situation professionnelle ?
Oui
Non
Pas tout à fait

28.si non, pourquoi êtes-vous insatisfait.e ?

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

ANNEXES

29.Exercez-vous une autre activité professionnelle à côté de l'activité de doula ?
oui
Non

30.si oui, quelle est cette/ces activité(s) professionnelle(s) supplémentaire ?

32. Proposez-vous des services complémentaires à votre activité de doula ?
Oui
Non

33. Si oui, lesquelles (choix multiples)
Rebozo
Massage
Tentes rouges
Blessingway
Cercles maman bébés
Autre(s)

31. L'activité de doula à elle-seule vous permet-elle de vivre financièrement selon vos besoins ?
oui
Non

32.Sous quelle(s) forme(s) êtes-vous rémunéré.e ? (Choix multiples)
rémunération financière dont CESU
rémunération en nature (échange de service)
participation libre et consciente
Autre

33.Quels sont les revenus nets générés par mois par votre activité de doula ? (en euro)
<500 €
500 – 1000€
1000 – 1200€
1200 – 1500€
1500 – 2000€
2000 – 2500€
+ de 2500€

35.Combien de temps de travail consacrez-vous à l'activité de doula ?
> 5h par semaine
Entre 5h et 10h par semaine
Entre 10h et 15h par semaine
Entre 15h et 21h par semaine
+ de 21 h / semaine

36. Exerciez-vous un autre métier avant celui de doula ?
Oui
Non

37.Si oui, quel était ce métier ?

38.Selon vous, comment l'activité de doula pourrait être mieux connu et reconnu en France ?

39.Quelles ont été les raisons de choisir ou de vous reconvertir vers l'activité de doula ?
Épuisement professionnel
Envie de reconversion professionnelle
Épuisement maternel
Vocation
Quête de sens
Autre

Section 4
Exprimez-vous !

40.Dans cette partie du questionnaire vous pouvez évoquer toute information qui vous semble pertinente d'ajouter : (anecdotes, revendications, observations sur l'activité de doula...)

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

ANNEXES

Annexe 3 : Questionnaire à destination des familles

Grande nouvelle ! Envol & Matrescence lance une enquête sur les doulas en France !

Une doula est une personne chargée d'accompagner et de soutenir la future mère et son entourage pendant la grossesse, l'accouchement et la période postnatale. Elle intervient en complément du suivi médical choisi par les parents grâce à son expérience et à sa formation. Par sa posture d'écoute, d'accueil inconditionnel de la parole de l'autre, sa présence, elle répond aux interrogations des parents et leur permet donc d'avoir toutes les informations nécessaires afin de faire leurs choix en conscience.

A ce jour il n'existe pas de données quantitatives permettant de savoir combien il y a de doulas sur le territoire métropolitain ou d'outre-mer, ni combien de personnes souhaiteraient bénéficier de leurs services. Le but de ce questionnaire est donc de produire des données socio-statistiques sur les parents ou futurs parents qui voudraient faire intervenir une doula, afin de mieux répondre aux besoins et à la demande des familles.

Le questionnaire comporte 22 questions à choix multiples et dure environ 6 min.

Merci de votre participation !

Section 1 : Profil des parents

1.Dans quelle région vivez-vous ?
Auvergne-Rhône-Alpes
Bourgogne-Franche-Comté
Bretagne
Centre-Val de Loire
Corse
Grand Est
Hauts-de-France
Ile-de-France
Normandie
Nouvelle-Aquitaine
Occitanie
Pays de la Loire
Provence-Alpes-Côte d'Azur
Martinique
Guadeloupe
Guyane
La Réunion
Mayotte

Tous droits de reproduction réservés

2.Quel âge avez-vous ?
Moins de 20 ans
20-30 ans
31-40 ans
41-50 ans
Plus de 50 ans

3.Vous vivez...
Dans une métropole ou grande ville (+ de 150 000 habitants)
Dans une ville moyenne (entre 20 000 et 5 000 habitants)
Dans une petite ville ou village (- de 5 000 habitants)

4.Vous avez déjà accouché ou prévu d'accoucher...
A domicile
A l'hôpital
En ANA (accouchement non-assisté par un personnel médical)
En plateau technique
Autre

7. Si une sage-femme libérale avait été disponible, auriez-vous opté pour un accouchement assisté à domicile ?
Oui
Non

8. Si vous aviez une maison de naissance sur votre territoire, cela aurait-il été votre choix ?
Oui
Non

5.Avez-vous déjà eu recours aux services d'une doula
Oui
Non

Section 2 : Pour les familles ayant fait appel à une doula

Nous aimerions avoir votre ressenti quant à votre expérience et ce qui vous a amené à employer une doula.

6.Dans quel contexte avez-vous décidé de faire appel à une doula ? (Choix multiples)
Avant le début de la grossesse : vous vouliez un soutien en préconception
Vous étiez enceinte
Vous étiez en post-natal
Vous avez eu un accouchement difficile
Vous avez vécu une dépression post-partum
Vous avez vécu un deuil parental
Autre

7.Comment avez-vous pris connaissance de l'activité de doula ? (choix multiples)
Par le bouche à oreille (amis, famille, autres parents...)
Via des recherches sur Internet
En regardant du contenu de divertissement (séries, films...)
Par les conseils d'un professionnel médical
Via les réseaux sociaux (groupes Facebook...)
Via une publicité
Autre

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

8.Lorsque vous avez fait appel à une doula, vous étiez :
En couple
Parent célibataire
Autre

9.Quelles sont les raisons principales pour lesquelles vous avez employé une doula ? (Choix multiples)
Soutien pendant période pré-conceptuelle
Soutien pendant la grossesse
Présence physique aux rendez-vous
Information sur les droits de la femme pendant la maternité
Pour bénéficier de son réseau (professionnels, groupes de parents, crèches...)
Pour vous permettre de prendre des décisions en accord avec vos valeurs
Soutien de la mère émotionnellement et physiquement
Préparation du post-partum
Accompagner la fratrie
Pour répondre à vos questions sur la grossesse, la naissance, le postpartum
Gérer la logistique de la maison
Informations sur le projet de naissance
Soutien lors d'un deuil périnatal
Soutien lors d'une grossesse « arc en ciel »
Autre

10.Quels ont été vos critères de sélection de votre doula ? (Choix multiples)
La proximité géographique
Le présentiel
L'accompagnement en visioconférence
La bonne entente entre la famille et la doula (le feeling)
La philosophie de naissance de la doula
Le lien et la connaissance du corps médical
La formation suivie par la doula
Sa disponibilité
L'adhésion à une association de doulas et à une charte
Vous connaissiez déjà personnellement la doula
Les tarifs proposés
Autre

11.Pensez-vous que les compétences d'une doula doivent-être certifiées par un diplôme d'Etat ?
Oui
Non

12.Si les compétences de la doula étaient certifiées, feriez-vous davantage appel à un doula ?
Oui
Non

13.Quels avantages induiraient pour vous ce diplôme ?
Crédibilité
Professionnalisme
Sérieux
Meilleure reconnaissance par le corps médical et les professionnels du secteur
Réassurance
Confiance
Prise en charge financière
Autre

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

14.Quels bénéfices avez-vous tiré de votre expérience ? (Choix multiples)
Augmentation de la confiance et valorisation de mes capacités de femme
Prise en considération, valorisation du/de la conjoint.e dans le processus
Conforté.es dans nos choix
Postpartum plus serein
Naissance sans péridurale
Naissance sans instrumentalisation
Autre

15. Après avoir bénéficié des services et des soins d'une doula, le recommanderiez-vous à vos proches ?
Oui
Non

Section 3 : Pour les familles n'ayant jamais fait appel à une doula

Nous aimerions connaître les raisons qui vous ont dissuadé d'employer une doula.

16.Pourquoi avez-vous décidé de ne pas faire appel à une doula ? (Choix multiples)
Vous ne connaissiez pas la doula
L'activité a l'air trop flou pour moi/nous
Il n'y a pas de doula dans le secteur
Les tarifs sont trop élevés
Vous n'en avez pas besoin
Vous n'avez pas suffisamment confiance en la doula
Vos ami.e.s et votre famille vous suffisent
L'activité n'est pas reconnue officiellement
Autre

17.Pensez-vous que les compétences d'une doula doivent-être certifiées par un diplôme ?
Oui
Non

18.Si les compétences de la doula étaient certifiées, feriez-vous davantage appel à un doula ?
Oui
Non

19.Quels avantages induiraient pour vous ce diplôme ? (Choix multiples)
Crédibilité
Professionnalisme
Sérieux
Meilleure reconnaissance par le corps médical et les professionnels du secteur
Réassurance
Confiance
Prise en charge financière
Autre

20.Suite à ce questionnaire, seriez-vous intéressés par l'accompagnement d'une doula lors de votre grossesse ?
Oui
Non

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

21.Quelle serait la ou les périodes durant lesquelles vous embaucheriez une doula ? (Choix multiples)
Pendant la période de conception (parcours PMA,...)
Pendant la grossesse
Pendant la naissance
Pendant le post-natal (jusqu'à 3 ans après la naissance du bébé)
Tout au long du processus
En cas de difficultés maternelles (dépression post-partum, souffrance émotionnelle, épuisement...)
En cas de deuil périnatal ou suite à celui-ci

Section 4 : Conclusion

Pour finir !

22.Selon vous, comment l'activité de doula pourrait être mieux connu et reconnu en France ?

23.Exprimez-vous ! Dans cette partie, nous vous invitons à faire part de toutes les informations qui vous semblent pertinentes (anecdotes, revendications, opinion...)

Interface SPTJC - Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Tous droits de reproduction réservés

interface

SCIENCES PO TOULOUSE
JUNIOR CONSEIL

NOUS RESTONS A VOTRE ECOUTE !

Lucie VIDAL | Lisa LARRASQUET

06.74.22.56.10 | 07.60.85.91.12
lucie.vidal@interface-juniorconseil.com
lisa.larrasquet@interface-juniorconseil.com

Interface SPTJC – Junior Entreprise de Sciences Po Toulouse

2 ter, rue des Puits-Creusés
BP 88526 31685 Toulouse Cedex 6

05.61.11.18.59

contact@interface-juniorconseil.com | https://interface-juniorconseil.com/

Tous droits de reproduction réservés à Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Et Interface SPTJC - Association régie par la loi 1901 - membre de la Confédération Nationale des Junior-Entreprises
SIRET : 527 552 798 00 011 | CODE APE : 9499Z | N°URSSAF : 310 2323 556
N° TVA intracommunautaire : FR04 527 552 798 00 011

Centre Envol et Matrescence

Formation de doulas, formations à la carte dans le champs de la périnatalité, parentalité et entrepreunariat au féminin

1348 avenue Raymond Dugrand
Bat GALEO 34000 MONTPELLIER
+33(0)7 69 62 48 53
contact@envol-et-matrescence.comwww.envol-et-matrescence.com

Tous droits de reproduction réservés à Envol&Matrescence (https://envol-et-matrescence.com)
Et Interface SPTJC - Association régie par la loi 1901 - membre de la Confédération Nationale des Junior-Entreprises
SIRET : 527 552 798 00 011 | CODE APE : 9499Z | N°URSSAF : 310 2323 556
N° TVA intracommunautaire : FR04 527 552 798 00 011