



## Vil du hjelpe gravide kvinner, og bli en flerkulturell doula?

En flerkulturell doula har samme språk, opprinnelsesland (region), kultur og tradisjon som kvinnen som skal føde, og har selv erfaring med å føde på et norsk sykehus. Den flerkulturelle doulaen kan dele sin erfaring og styrke, gi trygghet til fødekvinnen, være tilstede, dele praktiske kunnskaper og bidra til å gi kvinnene mestringsfølelse. Hun kan være en veiviser inn i det norske helsevesenet.

- En flerkulturell doula er en støtteperson for kvinner når de er gravide, under fødsel og etter at babyen er født.
- Dette er et tilbud til kvinner som er gravide som har et lite sosialt nettverk, og har bodd kort tid i Norge.
- En flerkulturell doula er en kvinne som snakker norsk, sitt eget morsmål og eventuelt andre språk. hun har selv født barn, og kjenner det norske helsesystemet.
- Du og den gravide snakker sammen 1-2 ganger når hun er gravid, du er sammen med henne under fødsel og 1-2 ganger etter at babyen er født.
- En flerkulturell doula er ikke det samme som en tolk.
- Du vil få betalt for jobben som flerkulturell doula. Ingen fast jobb, men mellom 1-8 oppdrag i året. 1 oppdrag er rundt 20- 25 timer.

**Vi rekrutterer dere som bor i nærheten av, og kan ta oppdrag på Oslo universitetssykehus, A-Hus, Kongsvinger og Bærum sykehus.**

**Vi trenger deg som snakker: arabisk, somali, tigrinja, ukrainsk, russisk, urdu, tamilsk, pashto, dari, sorani, swahili**

Dere må delta på 7 kursdager som er 25,28 og 29 april, 2,3,6 og 9 mai.

Kurset vil holdes våre lokaler i Kirkegata 15, Oslo

Alle dager fra klokka 10.00-15.00

Her vil du lære om normal og komplisert fødsel, amming, puste og massasjeteknikker og mye mer.

Ta kontakt med:

Prosjektleder Marit Stene Severinsen for mer informasjon.

[Marit.severinsen@sanitetskvinnene.no](mailto:Marit.severinsen@sanitetskvinnene.no)

telefonnummer: 995 64 277

