

## Nomineringar och motiveringar för ÅRETS DOULA 2019

Frida Viibus Lundgren	"Med sin aldrig sinande källa av doulakärlek och lust att alltid fördjupa sina kunskaper i kroppens, födandets och livets magi delar hon med sig av sitt lugn, sin inspirerande glädje och sin erfarenhet till både blivande föräldrar och blivande doulor. En doula som gör skillnad för så många! Frida - I love you! "
Liselotte Næslund	Ny doula med stor kunskap, driv och engagemang.
Lovisa Rosell	En doula som med själ och hjärta tagit sig an doulayrket med en grundad kroppskunskap från sitt andra yrke som dansare och yogalärare. Nu utbildar Lovisa även doulor och bidrar på det sättet till fler trygga födslar.
Linn Amneby Svensson	För att hon var ett så sjukt bra stöd under hela min graviditet och sedan under min förlossning. Hon bidrog till att jag fick uppleva min absoluta drömförlossning. Jag är så tacksam över allt hon gjort för mig och min familj♥☐ en helt fantastisk Doula är hon!
Bodil Frey	För sitt brinnande engagemang att skapa förutsättningar för socialt utsatta grupper att få ta del av det värdefulla stöd en doula kan erbjuda.
Maddy Hedman	Tack vare Maddy hade jag full koll under hela förlossningen. Något jag verkligen inte hade under min första. Jag hade till och med roligt stundvis!
Maddy Toruno Hedman	Otroligt pedagogisk, stöttande och har en genuin medkänsla samtidigt som hon är positiv och har ett intresse för att upplevelsen ska bli så bra som möjlig!
Ida Zackrisson	Hon är verkligen en hjälte ! Hon stöttar en o hjälper en genom en förlossning oavsett hur rädd o svårt det är för mamman att föda. Hon är den bästa !
Ida zackrisson	Hon är en otroligt fin människa och en otroligt bra Doula. Hon förtjänar att bli årets doula
Marietta Thunström	För makalöst stöd till hela familjen.<3
Malin Liljesaga	Hon inspirerar andra, och utöver sina doulakunskaper erbjuder hon fantastiska förlossningsfoton.
Maddy Hedman	Med en entusiasm för yrket som smittar av sig har hon sett till att hundratals nya människor pratar om doulor och sprider positiva vibbar kring yrket. Hon har en naturlighet i sitt sätt att möta nya människor som skapar både förtroende och trygghet. Hon är Sveriges bästa representant till att välkomna våra nya.
Katrin Josefsson	Hjärtat på rätt ställe och otroligt kompetent människa
Katrin Josefsson	Sååå lugn, fin och framförallt klok♥
Katrin Josefsson	Sååå lugn, fin och framförallt klok
katrin josefsson	För katrin är grym person med ett stort hjärta och gör ett sånt grymt jobb och det lär hon belönas för!!
Heidi Liebe	Hon gör allt, från profylax till 'aftercare' med mycket omtänksamhet och kärlek.
Sofie varenius	Sofie är en fin person med varmt hjärta för alla. En Fantastisk doula!!

Sophie Varenius	Hon backade mig inför min stundande förlossning 2017 och peppade mig att våga föda vaginalt igen efter att min första förlossning slutade illa!
Sophie Varenius	En doula med så stort engagemang för alla parter som är inblandade i en förlossning som Sophie är får en leta efter. Med erfarenheter inom bla Spinning babies och FUR är hon någon att lita på, och någon att lita på är bland det viktigaste i en graviditet och förlossning. Hon lyssnar och analyserar till 100% på vad sina uppdragsgivare vill och behöver. Sophie ÄR verkligen Din Doula!
Sophie varenius	Jag som barnmorskestudent har varit på sopies kurs och är både tacksam och glad över den kunskap hon delade med sig av på ett så pedagogiskt sätt och på ett så brinnande vis. Kunskapen jag fick har hjälpt mig i bemötandet med födande kvinnor och stärkt min roll som blivande barnmorska. Sophie är en riktig super doula!!!
Heidi Liebe	Heidi är empatisk, kärleksfull, lugn, trygg, vänlig och ger som doula allt och lite till av sig själv. Tack vare att Heidi guidade och stöttade oss före, under och efter förlossningen har jag gått från att vara förlossningsrädsla till att vilja föda barn varje månad. Jag kan, ärligt talat, inte minnas någon smärta från förlossningen trots att jag inte hade någon medicinsk smärtlindring.
Sophie Varenius	Finns bara en mening: Världens finaste människa!
Heidi Liebe	Den genuina omtanken och stöttningen som Heidi gav före, under och efter förlossningen av vårt första var otroligt värmande. Hon gick alltid den extra metern för att se till att vi hade allt vi kunde tänka oss, och det gjorde hon för att hon genuint brydde sig om oss. Der glömmet jag aldrig. Hon är så värd detta.
Xana De Silva	Med sin tilltalande och härliga personlighet har Xana i år delat med sig av sin kunskap från "Aktiv baby" som varit så otroligt värdefull för kvinnor under graviditet och förlossning. Tack vare Xana och hennes kurs i Aktiv baby har jag och så många med mig hjälpt massor av kvinnor att underlätta graviditet och förlossning.
Tove Lundlycke	Jag nominerar den underbara Tove för hennes mod att följa hennes inre kall genom att bland annat lämna en trygg heltidstjänst. Hon delar med sig av sina kunskaper på ett ödmjukt och inlyssnande sätt. Hon gör väldigt mycket för Sveriges doulor genom att lägga fram förbättringar och söker samarbetspartners för att stärka doulans status. Tove är en doula, en sann bodyworker, som står stadigt i sin roll och går aldrig över någons gräns. Tove är årets doula 2019!
Susannha Rickman	Susanna har genom året hållt skapat kvinnocirklar där doulor och alla livmoderbärare kunnat träffats under ocytocinbooztande former. Hon har hållt i filmkväll för doulor där vi kunnat diskutera filmen efteråt. Hon har genom sitt gedigna flöda på öppnat upp en vacker plattform för tankar kring födandet. Hon är en stor insperationskälla för oss doulor och värdig titeln Årets doula 2019!
Maddy Hedman	"Jag fick höra om doula för första gången tack vare maddy, och beundrar massor hennes yrke. Jag är väldigt rädd för den dagen jag nu blir gravid. Maddy är en person som verkligen visar personlig intresse för en och ger en otrolig trygghets känsla. Ingen fråga känns för dum att ställa. Och

	finns alltid där för en. Så att bli gravid känns inte lika läskigt längre, när man vet att man kan räkna med maddy. "
Anna Bjelkefelt, doulagruppen	Jag nominerar Anna då hon dels aktivt jobbar för att vi doulor ska synas positivt i media och har medverkat i både tv och poddar. Anna håller även på att starta upp en egen podd ihop med kollegorna i doulagruppen. Hon har även varit med och anordnat doulaträff där vi doulor i sthlm med omnejd fått en chans att träffas och byta erfarenheter och kunnat bygga på vårt kunskapsförråd och fått nätverka. Men framförallt vill jag nominera Anna då hon med glädje ställde upp som min mentor när jag var alldeles ny som doula, något jag vet att hon gärna gör och har gjort för flera vid mån av tid! Dessutom är hon helt fantastisk som både doula och person.
Xana De Silva	För hon är precis det ni beskriver <3 Hon sprider kunskap och även lugn och trygghet till alla hon stöter på. Jag tror helt enkelt det är svårt att träffa Xana utan att förstå värdet i en doula <3
Katrin Josefsson	Katrin har genom dom åren jag känt henne alltid jobbat hårt för att sprida och öka kunskapen om vad doulor gör och vilka positiva effekter det ger att ha en doula vid sin sida, både före, under men också efter en förlossning. Jag arbetar som sjuksköterska och brukar ofta försöka sprida bland mina kollegor det fantastiska effekter som jag genom Katrin vet att man får vid en förlossning då man har en doula med sig. Katrin har genom sitt arbete givit blivande föräldrar bättre förutsättningar att få en positiv upplevelse och en trygg förlossning.
Sonja Broo	Massor av kärlek och omtanke, alltid ♥☐
Xana de Silva	Xana är bara bäst. Kompetent, erfaren, avslappnad, koncentrerad, rolig, professionell, snäll, omtänksam, klok, hjälpsam, lugn, kvinnlig, full av energi, modig, stark,...
Xana De Silva	Med ett sällan skådat engagemang och drivkraft och med en otroligt bred kunskap och lång erfarenhet, förmedlar Xana vidare med utstrålning av värme och trygghet. Inte endast till klienter utan till sina kollegor. Spridningen av Aktiv Baby till yrkesverksamma inom området är viktigt och värdefullt och kommer som en extra krydda i våra verktyglådor.
Xana de Silva	"Xana har förändrat mitt liv för alltid. Hon är så fantastiskt inspirerande. Kompetent, kunnig, professionell och erfaren. Rolig. Lyhörd. Ödmjuk. Stark. Tydlig. Lugn. Vis. Öppen. Modig. En förebild som mamma, doula, kvinna och människa. Xana vidareutbildar sig hela tiden och syns regelbundet i media. Hon anordnar doula middag, doula utbildningar, förmedlar kontakter och är ytterst positiv och professionell i kontakten med annan vårdpersonal. Trots att Xanas och mina möten först bara handlade om att utbilda mig till doula och sedan att vara där när jag födde mina barn, så har hennes kunskap och hennes människosyn berört mig djupt. Hon har öppnat mina ögon för mitt och barnens egenvärde, för min kvinnokraft, min intuition. Utan denna kraft och kunskap hade jag aldrig tagit mig ur min våldsamma relation och hade aldrig varit den mamma och kvinna som jag är idag.

	Jag tror att vårt samhälle idag är i mycket stark behov av människor som känner sig värdefulla och respekterade, i kontakt med sig själva och en del av någon stöttande ""tribe"" - och just det är det som Xana står för. Xana föräldrar världen. <3 "
Rannveig	Så mycket tid och engagemang som Rannveig lägger på oss alla Genom sitt outtröttliga arbete med Odis förtjänar att uppmärksammas. Hon verkar mycket o det tysta och tar sällan cred för allt sitt hårda arbete, ett arbete som är positivt för oss alla.
Xana	För att hon kämpar med doulors fortbildning och för mammas fria val under förlossningen.