

Hartsvriendinnen

Raken jij en je beste vriendin ook nooit uitgepraat? Deze week vertellen Farola (42) en Sophie (52) over hun bijzondere vriendschap. Ze begrijpen als geen ander hoe heftig hun werk als doula kan zijn.

‘Zij was voor mij hét voorbeeld dat alles goedkomt’

FAROLA (42)

Thuis: getrouwd met Onno en moeder van Lucas (16), Tomy (14) en Vesper (7)

Werk: doula

Hobby's: happy stones schilderen, zwemmen in de zee

SOPHIE (52)

Thuis: getrouwd met Rogier en moeder van Joshua (30), Judah (28) en Joel (25)

Werk: doula

Hobby's: wandelen, fotograferen, weekendjes weggaan

Tijdens een bezoek aan Praag, 2019.



Voor Sophies vijftigste verjaardag namen we allebei een heerlijke massage. Hier waren we net klaar en helemaal zen.



Samen werken achter onze laptops.

Toen ik haar voor het eerst zag, dacht ik...

Sophie: “Wat een leuke vrouw! Dertien jaar geleden zaten we samen in de trein. We waren allebei net begonnen aan de opleiding voor doula en na de eerste dag kwamen we er op de terugreis achter dat we dezelfde kant op moesten. Gepassioneerd vertelde Farola over haar liefde voor het vak.”

Farola: “Ik dacht ook: wat een leuke vrouw! Net als ik was ze moeder. Op mijn 27ste had ik al twee kinderen en ik kende maar weinig andere

moeders, totdat ik Sophie ontmoette. Dat we tien jaar schelen, zag ik als een voordeel. Haar kinderen waren al ouder, dus Sophie had alle fases waar ik op dat moment met mijn kids doorheen ging – denk aan veel slapeloze nachten – al gehad. Voor mij was zij hét voorbeeld dat ook alle moeilijke dingen van het ouderschap goed zouden komen.”

Toen wist ik: op jou kan ik bouwen

Farola: “Toen we eenmaal als doula aan de slag gingen, hielpen we elkaar met het opzetten van onze bedrijven.

Ook ving we elkaars cliënten op als de ander al bij een geboorte was. En wat ik verder heel lief vond, was dat Sophie aanbood om tijdens mijn diensten op mijn kinderen te passen als mijn man aan het werk was als piloot.”

Sophie: “Natuurlijk, ik gunde Farola de tijd om haar werk te doen en zij mij andersom ook.”

Farola: “Wat ik nooit zal vergeten, was dat Sophie mijn doula was toen ik in 2014 beviel van mijn derde. Zij gaf mij zo veel rust tijdens de bevalling.”

Door dik en dun

Farola: "Tijdens mijn stage was ik bij een bevalling waarbij de moeder veel bloed verloor. Dat maakte zo'n indruk op me, na afloop belde ik direct Sophie om het te vertellen."

Sophie: "Niet veel later begeleidde ik een bevalling waarbij het kindje met een vacuümpomp geboren werd. Mijn oudste kwam ook op die manier ter wereld, maar op dat moment had ik daar zelf niet zo veel van meegekregen. Opeens besepte ik hoe heftig zo'n vacuümpomp voor een baby is. Farola begreep me helemaal, toen ik vertelde wat dat met mij deed."

tijd mijn hand vastgehouden. Zo fijn!"

Sophie: "Dat is inderdaad een mooie herinnering. Ik vond het een eer om bij Farola's bevalling aanwezig te zijn."

Dit waarderen we in elkaar

Sophie: "We kunnen heel erg lachen met elkaar."

Farola: "Sophie is altijd gedreven om het beste uit haarzelf te halen. Daarin is zij voor mij een voorbeeld."

Ja of nee?

Samen met de mannen op stap

Sophie: "Zeker, ze kunnen het goed met elkaar vinden."

Ruzie

Farola: "Hebben we nooit. Soms wel meningsverschillen, maar daar praten we dan gewoon over."

Geen dag zonder elkaar

Farola: "Niet per se. We wonen bij elkaar in de buurt, maar zien elkaar vaak maar één keer per week."



‘Werken met je beste vriendin, dat is toch het leukste wat er is?’

Wandelen door de binnenstad van Praag.



Workshop in Brussel, we oefenden op deze poppen.



Samen met onze mannen (die aan de andere kant van de boot zaten) tijdens een zeildate op de Kralingse plas.

Onze mooiste herinnering samen

Farola: "Voor mij is dat mijn bevalling van mijn dochter. Sophie was daar niet alleen als doula bij aanwezig, maar ook als mijn vriendin. Ik beviel in bad en terwijl ze mij aanmoedigde, hield ik de hand van mijn man vast. Tenminste, dat dacht ik, want toen mijn dochter geboren werd, stapte mijn man over mij heen om haar aan te pakken. Ondertussen voelde ik hoe mijn hand nog steeds werd gestreeld en toen ik opkeek, zag ik dat dat Sophie was. Zij had als stille kracht al die

Zo wilde ik in 2015 graag een eigen doula-opleiding starten, maar ik wist niet zo goed hoe. Sophie zei toen dat ik er gewoon mee moest beginnen, dan zou de rest vanzelf komen. En voor dat advies ben ik haar nog steeds dankbaar, want mijn doula-opleiding loopt inmiddels hartstikke goed. Sophie geeft als docent regelmatig les aan mijn studenten."

Sophie: "Het is fijn dat we elkaar op deze manier kunnen helpen. En werken met je beste vriendin, dat is toch het leukste wat er is?"

MET JE VRIENDIN IN VRIENDIN?

Willen jullie meedoen? Op Vriendin.nl zoek je op 'hartsvriendinnen', daar vind je het formulier waarmee je je kunt opgeven.