

LOVE FOR BIRTH

VOOR KRACHTIGE MOEDERS EN GEZONDE BABY'S

Doula Begeleiding

Pakket 1 – Basis €900,-

- Intake gesprek (kosteloos bij afname van begeleiding, anders €50,-)
- Drie prenatale afspraken van twee uur, te plannen vanaf week 20 in je zwangerschap
- Bijwonen van een afspraak met je vroedvrouw/verloskundige, een tour door het ziekenhuis of bevalcentrum van jouw keuze
- Ongelimiteerde ondersteuning via telefoon en e-mailondersteuning bij het maken van je geboortewensen/visie
- Vanaf 2 weken voor je uitgerekende datum tot 2 weken daarna sta ik 24 uur per dag voor je klaar om binnen twee uur bij je bevalling aanwezig te zijn
- Continue begeleiding bij de gehele bevalling, vanaf het moment dat jij me erbij wilt hebben (ongeacht duur van bevalling en geboorte)
- Twee postpartum bezoeken (1 tijdens de eerste week na de geboorte, 1 kort erna)
- De persoonlijke bevalling en geboorte-tijdlijn (gedocumenteerd welke bijzondere gebeurtenissen in welk moment) en je schriftelijke geboorteverhaal zoals waargenomen door mij als je doula, indien gewenst in fotoboek
- Mogelijkheid tot het aanschaffen van extra sessies van anderhalf uur met korting

Pakket 2 – Luxe €1300,-

- Kosteloos intake gesprek (kosteloos bij afname van begeleiding, anders €50,-)
- Drie afspraken van twee uur, te plannen vanaf week 20 in je zwangerschap
- Bijwonen van een afspraak met je vroedvrouw/verloskundige, een tour door het ziekenhuis of bevalcentrum van jouw keuze
- Ongelimiteerde ondersteuning via telefoon en e-mailondersteuning bij het maken van je geboortewensen/visie
- Vanaf 3 weken voor de je uitgerekende datum spreken we wekelijks een uur af om jou (en jouw partner) extra voor te bereiden op je bevalling - we bespreken baringshoudingen, ademhalingsoefeningen en ik kan je eventueel een fijne massage geven (als doula ben ik geoefend in veel soorten massagetechnieken waaronder rebozomassage, cupping massage, voetmassage en zwangerschapsmassage)
- Vanaf 2 weken voor je uitgerekende datum tot 2 weken daarna sta ik 24 uur per dag voor je klaar om binnen twee uur bij je bevalling aanwezig te zijn
- Continue begeleiding bij de gehele bevalling, vanaf het moment dat jij me erbij wilt hebben (ongeacht duur van bevalling en geboorte)
- Twee postpartum bezoeken (1 tijdens de eerste week na de geboorte, 1 kort erna)

LOVE FOR BIRTH

VOOR KRACHTIGE MOEDERS EN GEZONDE BABY'S

- Een extra afspraak van 1,5-3 uur, ongeveer 40 dagen na je bevalling voor een uitgebreide massage (met Rebozo en/of postpartum massage) of een Rebozo-sluitingsritueel
- De persoonlijke bevalling en geboorte-tijdlijn (gedocumenteerd welke bijzondere gebeurtenissen in welk moment) en je schriftelijke geboorteverhaal zoals waargenomen door mij als je doula, indien gewenst in fotoboek
- Mogelijkheid tot het aanschaffen van extra sessies van anderhalf uur met korting

Pakket 3 - Last minute €650,-

- Kosteloos intake gesprek indien mogelijk rond week 37 in je zwangerschap
- Ongelimiteerde ondersteuning via telefoon en e-mail
- Vanaf het moment dat je me inhuurt sta ik 24 uur per dag voor je klaar om binnen twee uur bij je bevalling aanwezig te zijn
- Continue begeleiding bij de gehele bevalling, vanaf het moment dat jij me erbij wil hebben (ongeacht duur van bevalling en geboorte)
- Twee postpartum bezoeken (1 tijdens de eerste week na de geboorte, 1 kort erna)
- Persoonlijke bevalling en geboorte-tijdlijn (gedocumenteerd welke bijzondere gebeurtenissen in welk moment) en je schriftelijke geboorteverhaal zoals waargenomen door mij als je doula, indien gewenst in fotoboek
- Mogelijkheid tot het aanschaffen van extra sessies van twee uur met korting

Losse (extra) sessies

Indien je extra begeleiding wenst na je bevalling of wanneer je specifieke vragen hebt en geen pakket wilt afnemen kun je er voor kiezen om (extra) sessies van 1/ 1,5 uur bij mij aan te schaffen. De prijs voor een losse sessie is €85,- excl. btw.

Voorbeelden van de invulling van losse (extra) sessies zijn:

Extra ondersteuning geven bij het inrichten van je leven als moeder

- Massages (rebozo massage, postpartum massage, chinese cupping massage, voetmassage)
- Extra informatie over zwangerschap, baring of post-partum periode
- Herstelgesprek/ Story Listening bij klachten na de baring
- Rebozo-sluitingsritueel
- Juist voor je zijn, ruimte creëren om zelf te ontdekken wat je pad in het moederschap is omdat jij het zo waard bent

Voel je vrij om mij te contacteren om te kijken en te voelen of ik iets voor jou kan betekenen in jouw bijzondere reis naar het moederschap. Fijn om je te mogen ontmoeten!