

Doula-palvelut

Doula-palvelut räätälöidään yksilöllisesti tarpeiden ja toiveiden mukaan. Palveluistani löytyvät pikadoulaus, kätilödoulaus sekä täydellinen doulaus, joka pitää sisällään neljän viikon päivystysajan. Palvelupakettiin voidaan tarvittaessa lisätä tapaamisia esim. synnytysvalmennuksen, synnytyssuunnittelun tai vaikkapa rentoutusohjauksen teemalla - mitä juuri Sinä tarvitset ja toivot!

Pikadoulaus tarkoittaa sitä, että voit olla minuun yhteydessä kun synnytysesä käynnistyy ja pyrin pääsemään mukaan synnytykseesi jos vain suinkin mahdollista. Minulla voi kuitenkin olla sovittuja asiakastapaamisia tai valmennuksia synnytysesä aikaan, ja jos en saa niitä siirrettyä, voi olla että joudun lähtemään synnytyksestä kesken pois. Pikadoulaus on vaihtoehto silloin kun et kaipaa päivystyksen tuomaa varmuutta doulan mukaan pääsystä. Pikadoulauksen hinta on 400e ja pitää sisällään synnytykseen mukaan tulon ja ilmaisen tutustumistapaamisen (max 2h).

Kätilödoulaus tarkoittaa sitä, että toimin kätilönä kun olet vielä kotonasi. Voin kuunnella vauvan sydänäänet, tehdä sisätutkimuksen, arvioida vauvan kokoa/asentoa ulkotutkimuksen avulla ja muutoinkin varmistaa teille turvallisen olon niin kauan kuin haluat olla kotona ennen sairaalaan siirtymistä. Sairaalaan siirryessä siirryn kätilön roolistani doulaksesi ja tuen Sinua ja mahdollista kumppaniasi. Kätilödoulauksen hinta on 700e, tämä hinta ei sisällä mahdollista päivystystä.

Täydellinen doulaus-paketti sisältää maksuttoman tutustumisen (1-2h), synnytyksen suunnittelun ja toiveiden kartoittamis-tapaamisen (1-2h), neljän viikon päivystyksen (rvo 38-42), synnytykseen osallistumisen ja synnytyskeskustelun n.2-8 viikon kuluttua synnytyksestä. Paketin hinta on 1000e. Tarvittaessa pakettiin voidaan lisätä yksilöllinen valmennus, jonka hinta määräytyy keston mukaan. Esimerkkinä kolmen tunnin yksilöllinen valmennus 150e.

Neljän viikon päivystys, yleensä rvo 38-42, hinta 400e.

Lapsivuodeajan doulaus

Usein vastasyntynyt äiti jää melko pian yksin vauvan kanssa kotiin ja uuden ihmisen kanssa riittää paljon opeteltavaa. Imetyksessä voi olla haasteita, synnytystä voisi olla hyvä purkaa yhdessä ammattilaisen kanssa tai äiti kaipaa jotain muuta apua arkeaan sujuvoittamaan. Tällöin loistava ratkaisu on hankkia rinnalleen osaava ammattilainen, joka tulee luoksesse

silloin kun eniten tarvitsette! Paketin hinta määräytyy toivottujen käyntien lukumäärän perusteella, yksi kahden tunnin kotikäynti on 100e.

Ole yhteydessä niin suunnitellaan juuri Sinun toiveidesi ja tarpeidesi pohjalta sopiva palvelupaketti! <3

Doula, imetysohjaaja, kätilö, hypnosynnytysvalmentaja Kristiina Tervonen

katilopalvelu@gmail.com, 0449719879

www.kasisydamella.fi