Welche Begleitung passt zu dir?

Deine Wünsche sammeln und Angebote vergleichen.

Was ich mir wünsche

- ☐ Begleitung bei der Geburt, im Wochenbett oder in beiden Phasen?
- ☐ Was hilft mir, mich gehört und gut begleitet zu fühlen?
- ☐ Welche Sprache, Kommunikationsweise und persönlichen Werte sind mir wichtig?

Was ich klären möchte

- ☐ Passt die Einsatzregion? Sind meine gewünschten Termine grundsätzlich möglich?
- ☐ Welche Ausbildung und Erfahrungen bringt die Doula mit?
- ☐ Welche Leistungen und Grenzen werden schriftlich vereinbart?

Angebote vergleichen

- ☐ Angebot A: Leistungen / Erreichbarkeit / Kosten / Vertretung
- ☐ Angebot B: Leistungen / Erreichbarkeit / Kosten / Vertretung
- ☐ Welche Fragen sind offen? Muss ich noch etwas nachfragen?

Meine Entscheidung

- ☐ Ich kann meine Wünsche und Grenzen offen ansprechen.
- ☐ Die Doula respektiert meine Entscheidungen und verspricht keine Ergebnisse.
- ☐ Ich habe Zeit zum Entscheiden und fühle mich nicht unter Druck gesetzt.

Planungshilfe für persönliche Gespräche. Keine medizinische Beratung.
Doula-Begleitung ergänzt die Betreuung durch Hebammen sowie Ärztinnen und Ärzte.