

NAITRE
maman

Doula

*Accompagnante en
périnatalité*



Carine Sautet

Doula certifiée par l'institut de formation Galanthis
Membre de l'association et signataire de la charte éthique des Doulas de France.

CONTACTEZ-MOI

06 70 41 71 87

naitremaman42@gmail.com

www.naitremaman.fr



**TERRITOIRE
D'INTERVENTION**

Saint Etienne et sa région.
Frais de déplacements applicables au-delà de 20 km autour de mon domicile.

QUI SUIS-JE ?



Maman de deux filles nées en 2015 et 2017, leurs naissances m'ont permis de découvrir le monde de la parentalité, et surtout de me découvrir moi-même.

De mes grossesses sereines et mes post-partum bouleversants, je tire l'envie profonde d'accompagner les femmes sur ce chemin si puissant et transformateur de la maternité.



Accompagnements autour de la naissance

Préconception - PMA - **grossesse** -
accouchement - période **postnatale** -
adoption - difficultés maternelles - deuils -
interruptions de grossesse

Spécialement pour vous et votre partenaire, à votre domicile ou en visio :

- De l'écoute
- De l'information,
- Des outils
- Du soutien émotionnel et physique
- De la bienveillance
- De la douceur
- Un projet de naissance qui vous ressemble.

*Accompagnement non médical et non thérapeutique, ne remplace pas le suivi par votre sage-femme ou médecin

Je propose à travers mes accompagnements un espace de parole dans lequel tout peut être déposé, en toute intimité, sans jugements et avec bienveillance, quelque soit votre projet. Je vous apporte écoute et empathie, échange, transmission, et accès à mon réseau. Cette bulle de sécurité, confiance et respect que nous créerons ensemble sera votre alliée pour vivre pleinement ces moments de grand changements, pratiques et émotionnels. Je vous soutiens dans l'expression de vos propres choix, vers un enfantement et une parentalité qui vous ressemble.

L'appel découverte est offert, contactez moi !

Rencontre d'1h30 - Tarifs selon localisation

Visio : 45€ - Accès STAS < 1/2h : 60€

Accès STAS < 3/4h: 75€ - Au delà :90€

Des forfaits permettent des temps d'échanges en dehors des rendez-vous, le prêt d'ouvrages et une visite de courtoisie offerte pour 10 séances

Des tarifs solidaires sont possibles, contactez-moi.

Les ateliers collectifs

Des ateliers en présence pour rencontrer d'autres femmes avec qui déposer, partager, bouger, s'amuser, connecter avec son bébé, toujours dans la douceur et la bienveillance.

Pour les futures mamans :

- des cercles de parole thématiques
- de la danse-mouvement prénatale

Pour les jeunes mamans et leur bébé

- des cercles mamans-bébés (cycle de 4 cercles)
- de la danse-mouvement avec bébé

Pour toutes les femmes

- des cercles de femmes "tentes rouges"

Tarifs solidaire/ standard/ soutien selon vos ressources

Cercles & tentes rouges : 5 / 10 / 15 €

Cycle mamans-bébés : 60 / 80 / 100 €

Danse : 15€ la séance - 60€ la carte 5 séances - 100€ la carte 10 séances.

Et aussi ...

des ateliers thématiques en ligne