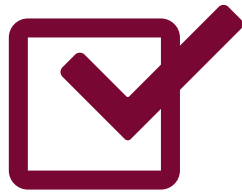


ZADANIA DLA TATY



- ☐ *Spakujcie się wspólnie do szpitala.*
- ☐ *Porozmawiaj z partnerką o planie porodu.*
- ☐ *Zaplanuj trasę do szpitala.*
- ☐ *Wstuchaj się w potrzeby partnerki.*
- ☐ *Stwórz dobry nastrój w czasie porodu: muzyka i światło.*
- ☐ *Odtóż telefon i skup się na partnerce.*
- ☐ *Zaakceptuj emocje, jakie towarzyszą Twojej partnerce.*
- ☐ *Kanguruj Maleństwo wspólnie z partnerką.*
- ☐ *Naszykuj zapasy żywnościowe na czas potogu.*
- ☐ *Udekoruj dom, kup partnerce kwiaty/lupominek -to miły gest.*
- ☐ *Wykorzystaj urlop tacierzyński na wspólne chwile z rodziną.*
- ☐ *Kąp Maleństwo, tul do snu, podawaj do karmienia.*
- ☐ *Wspieraj partnerkę w powrocie do sprawności.*
- ☐ *Wykonuj wspólnie z partnerką obowiązki domowe.*