



Au Cœur des Femmes
Ecole Humaniste

Modèle de Liste de naissance

- 2 séances d'ostéopathie pour bébé
- 2 séances d'ostéopathie pour maman
- un soin Rebozo
- un collier d'ambre
- une séance de massage pour la maman
- des séances de massage bébé

et puis au lieu d'un cadeau type jouet ou habits

- repas d'avance (genre gratin, soupe, hachis parmentier, des plats qu'on puisse congeler pour ne pas être en stress dans les premiers mois et qu'on mange quand même correctement)
- sucré aussi (genre gâteaux, tartes, compotes, goûters... qu'on puisse congeler ou conserver)
- des purées et compotes maison pour bébé (type courgette, carotte, fenouil, pdt, pommes, bananes, mirabelles, quetsches, ...)
- un temps pour emmener les grands en balade ou pour venir jouer avec eux pendant les 1er mois
- un temps pour venir être avec bébé pour que maman puisse faire une sieste, prendre une douche ou s'occuper dans la maison
- du temps le mercredi pour donner un coup de main à maman, seule avec les enfants ce jour-là.

Voilà tout cela nous aiderait grandement et nous permettra de passer ces premiers mois sereinement.

Merçi

