



## JOUR 3 : QUOI METTRE SUR MON PLAN POSTNATAL ?

Tu peux parler de tout ce que tu veux et de tout ce qui est important pour toi. Il y'a certains sujets qui restent incontournables comme la gestion des repas, de la maison ou les soins du bébé.

quoi qu'il en soit, **c'est le moment de poser les questions qui pourraient paraître anodines, mais qui le moment venue auront toute leur importance.**

Ce plan postnatal, pourra ensuite être partagé à ton entourage ou tes amis proches

**Liste tous les sujets que tu souhaiterais aborder pour la préparation de ton postpartum ?**