

Plan Swen Apre Akouchman

DÒMI

KONBYEN TAN SOMÈY M BEZWEN/M AP ATANN CHAK 24 ÈDTAN? _____

KI KOTE BEBE A AP DÒMI?

- Nan chanm nou an nan yon bèso*

KI MOUN KI PRAL PRAN SWEN TI BEBE A LANNWIT?:

(Chwazi tout sa ki aplike)

- Manman
 Patnè
 Manm Fanmi/Zanmi
 Doula apre akouchman

Remak _____

ALIMANTASYON

MWEN PLANIFYE POU: (Chwazi tout sa ki aplike)

- Bay tete - menm si ou itilize fòmil nan yon moman (pa egzanp, lè w ap retounen nan travay), li enpòtan pou kòmanse ak bay tete sèlman pou etabli yon bon kantite lèt epi kenbe anviwònman natirèl nan trip tibebe w la osi lontan ke posibil
- Objektif pou bay sèlman lèt manman (pa egzanp 1 semèn, 6 mwa) _____
- Ponp
- Konbinezon (fòmil ak lèt manman)
- Aliman prepare
- Pa sèten

Remak _____

REPA

NOU PLANIFYE POU: (Chwazi tout sa ki aplike)

- Fè manje konjele yo prepare
- Prepare manje chak jou nou menm
- Kreye yon tren alimantè
- Kòmande manje pou pote ale ___ fwa pa semèn
- Fè fanmi an pote manje
- Anboche sèvis ekstèn pou prepare manje
- Lòt

Remak _____

VIZITÈ YO

NOU ATANN GEN ___ VIZITÈ NAN 3 PREMYE JOU YO

NOU ATANN GEN ___ VIZITÈ NAN 2 PREMYE SEMÈN YO

NOU ATANN YON VIZIT NAN MEN YON ZANMI KI PRAL DIRE _____

NOU ATANN YON VIZIT NAN MEN YON FANMI KI PRAL DIRE _____

MEN YON LIS TACH YON VIZITÈ KA EDE AVÈK YO:

1.

2.

3.

4.

5.

Remak yo _____

WÒL YO

ANTANKE MANMAN, MWEN ATANN WÒL PATNÈ M NAN POU L:

* Rekòmasyon AAP a se pou bay tibebe yo pwòp espas pa yo pou dòmi nan chanm ou, separe de kabann ou.

SWEN PÈSONÈL

KI FASON M KA PRATIKE PRAN SWEN PÈSONÈL?

KI MANJE OSWA ATIK KI BAN MWEN KONFÒ

KI FASON PATNÈ M KA EDE M SANTI M
REPRANN FÒS MWEN?

RELASYON

LI ENPÒTAN NAN RELASYON NOU AN POU NOU:

MEN YON LIS ZANMI AK FANMI NOU KA RELE POU
JWENN ÈD:



capitalhealth

Minds Advancing Medicine