



# COMMENT AIDER LES NOUVEAUX PARENTS ?

Après la naissance d'un enfant, il est possible que les nouveaux parents se sentent dépassés en raison de leurs nouvelles responsabilités. Voici quelques idées pour les aider et faciliter leur quotidien.

naître  
ET grandir



**BON**

pour

**UN BON REPAS**



**BON**

pour

**UN PEU DE REPOS**



**BON**

pour

**DE L'AIDE AUX TÂCHES  
MÉNAGÈRES**



**BON**

pour

**FAIRE L'ÉPICERIE**