

Pour toi...

Je commence à prendre des
vitamines prénatales

Marque du produit: _____

Date: _____

Semaines de grossesse: _____

Je commence mes exercices prénataux

Je fais _____ minutes par jour.

Date: _____

Semaine de grossesse: _____

"Je mange bien, je bois beaucoup de lait, je
ne me couche pas trop tard... tout cela, pour toi!"

Notes
