

What activities can a breastfeeding mama do with her baby or toddler?

Many manyyyyy things! For example:



Go to the beach



Read a book (preferably on positive parenting!)



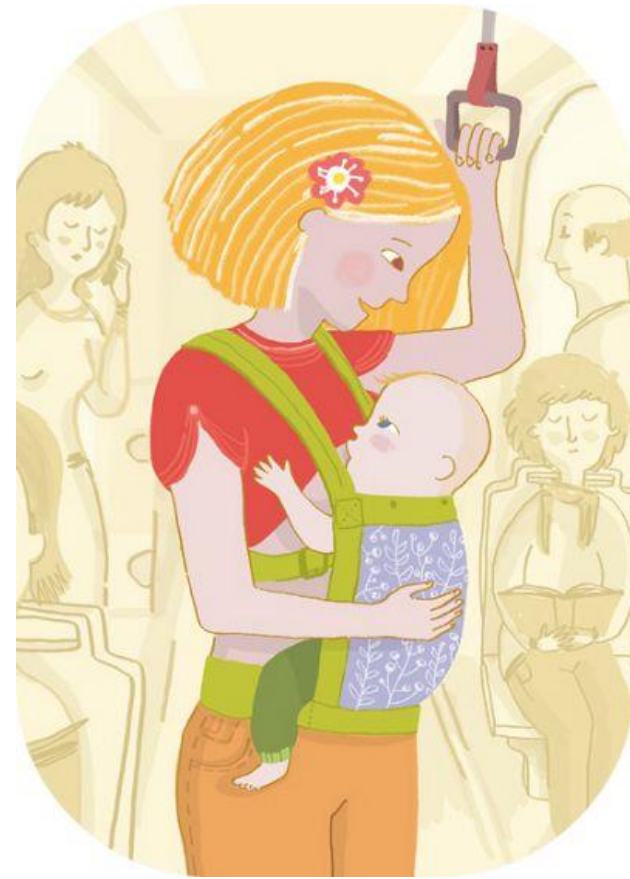
Meet with other breastfeeding mothers



Go to the park



Eat some yummy ice cream



Take the bus to head downtown to buy fresh fruits and vegetables



Cook some delicious home made baby food



Work from home



Sleep and rest at the end of the day

Only for personal use please

Στον Νόλαν, τον τρυφερό νεαρό μέντορα για τη συνεχόμενη και αλάνθαστη καθοδήγηση.

Με αφορμή την προσπάθεια που κάνουν όλες οι έμπειρες θηλάζουσες μαμάδες που ανιδιοτελώς παραχωρούν το χρόνο τους για να συμβουλέψουν νέες μανούλες που θηλάζουν (Θεσσαλονίκη: ομάδα Μητρικού Θηλασμού και Μητρότητας και Αττική: ομάδα υποστήριξης μητρικού θηλασμού και μητρότητας).

I need to thank great designers Afra, Anne and Mikel that offered me the rights to use their amazing images for this idea.

You can find more of Afra Sole's lovely images here <http://www.soleafra.blogspot.be> or like her book <https://www.facebook.com/The-Mystery-of-the-Breast-168139066573312/timeline> , from Mikel Fuentes here <http://mifupa.com/index.html>. You can also buy their colourful books here <http://www.pinterandmartin.com/you-me-and-the-breast.html> and here <http://www.pinterandmartin.com/the-mystery-of-the-breast.html>

Other lovely breastfeeding designs and short French tales you can see from Anne here <http://korriganne.com> and here <https://www.facebook.com/KorrigAnne-343762949048091/timeline>.

Gracias a los maravillosos diseñadores gráficos que desinteresadamente han cedido los derechos de autor (copyright) para preparar este folleto. Muchísimas gracias a Afra y Mikel!

Merci à Korrig'Anne car elle a généreusement cédé ses droits d'auteur pour développer cette idée!

Σε περίπτωση που δεν αναφέρεται όνομα σας είναι επειδή δεν έχω εντοπίσει ακόμα την πηγή.