

COUPONS-RÉPIT

SOUTENIR LES NOUVEAUX PARENTS

L'arrivée d'un bébé peut venir avec son lot de beaux défis, mais il est possible pour vos proches de faciliter votre quotidien. Voici plusieurs coupons-répit que vous pourrez remettre à vos proches.

COUPON-RÉPIT

LAVER ET PLIER UNE BRASSÉE

Et si couches lavables: les monter



COUPON-RÉPIT

PRÉPARER UN BON REPAS MAISON

À congeler ou frais



COUPON-RÉPIT

FAIRE LES COURSES

Épicerie, pharmacie, etc.



COUPON-RÉPIT

LIRE UNE HISTOIRE

Ou jouer à un jeu en virtuel avec les enfants plus vieux



COUPON-RÉPIT

FAIRE DU PAYSAGEMENT

Ex: Passer la tondeuse ou déneiger l'entrée



COUPON-RÉPIT

PRÉPARER LES PURÉES MAISON

Ou des repas DME* maison

*Diversification alimentaire menée par l'enfant



COUPONS-RÉPIT

SOUTENIR LES NOUVEAUX PARENTS

L'arrivée d'un bébé peut venir avec son lot de beaux défis, mais il est possible pour vos proches de faciliter votre quotidien. Voici plusieurs coupons-répit que vous pourrez remettre à vos proches.

COUPON-RÉPIT

OFFRIR DES COLLATIONS NUTRITIVES

Fromages, fruits, noix, etc.



COUPON-RÉPIT

ALLER CHERCHER LES PLUS VIEUX

À l'arrêt d'autobus, à l'école, etc.



COUPON-RÉPIT

LAVER LA VOITURE

Ou la déneiger



COUPON-RÉPIT

RÉPARATION DE VÊTEMENTS

Couture ou les apporter chez le nettoyeur



COUPON-RÉPIT

J'AI BESOIN DE



Afin de soutenir les familles allaitantes des Laurentides en leur offrant un peu de répit lors de l'arrivée d'un premier ou d'un nouvel enfant dans la famille, Nourri-Source Laurentides a développé les Coupons-Répit.

