



VARDA GEN I EN FLERLINGSFAMILJ

En bra start på föräldrarskapet i en flerlingsfamilj



MONIKKOPERHEVALMENNUS



BEAKTA FLERLINGSFAMILJENS ANSKAFFNINGAR

- Barnvagnar
- Säng
- Babyskydd
- Sitter
- Skötbord
- Amningshjälpmedel
- Dra nytta av loppisar, flerlingsfamiljeföreningens rabatter och köp endast det nödvändigaste





KRAFT I VARDAGEN

- Regelbundna rutiner
- Barnen har samma rytm
- Hjälp till hemmet
- Stöd från andra flerlingsfamiljer
- Tid åt parrelationen
- Egentid
- Njut av vardagens små stunder





GE BARNET DEN INDIVIDUELLA UPPMÄRKSAMHETEN

- Undvik liknande namn åt barnen
- Klä dem i olika kläder
- Ta vara på tumistiden t.ex vid påklädningen, badstunden, amningen
- Stöd barnens egna intressen
- Fira deras namnsdagar





GE SYSKONEN UPPMÄRKSAMHET

- Låt barnen vara delaktiga under graviditeten och i barnskötseln
- Uppmärksamma barnen i vardagen; vid matningen, badstunderna, sagostunderna, lekstunderna, butiksbesöken
- Trots och gnäll hör till det normala, ge plats åt barnens känslor
- Dra nytta av de vuxna som är viktiga i barnens liv

