יש מי שדואג לי ושיכול לנחם ולהרגיע אותי

יש לי עם מי לדבר ולשתף בחוויותיי

האנשים הקרובים אליי מבינים שזה בסדר שאני זקוקה לעזרה

יש לי עם מי לדבר על מה שאני מרגישה

יש מי שמראה הערכה כלפיי

יש מי שיעזור לי אם אני זקוקה לעצה

יש לי על מי לסמוך כאשר משהו משתבש

לא אטפל בתינוק לבדי

יש מי שיעזור לי בעבודות הבית השוטפות

יש לי אפשרות לקבל מידע על דרכים להרגיע/להרדים את התינוק

יש לי אפשרות לקבל מידע על הלבשת התינוק / החלפת חיתולים

יש לי אפשרות לקבל עזרה בפועל בהרגעת התינוק

יש לי אפשרות לקבל עזרה בפועל בהלבשת התינוק / בהחלפת חיתולים

יש לי אפשרות לקבל עזרה בפועל בהאכלת התינוק

יש לי אפשרות לקבל מידע על האכלת התינוק

יש לי אפשרות לקבל מידע על רחיצת התינוק

יש לי אפשרות לקבל עזרה בפועל ברחיצת התינוק

יש לי אפשרות לקבל מידע עקבי על טיפול בתינוק

יש לי אפשרות לקבל מידע על אופן הטיפול בגוף שלי לאחר הלידה