

**Empower Mom**  
**SEMANA 1**

**Cosas que  
te recomiendo  
comprar**



Te doy la lista de cosas que a mí me sirvieron para mis bebés:

## 1. FRIDA MOM

Si aún no conoces esta marca, ¿qué estás esperando? Acaba de llegar a México y tiene cosas que te facilitarán muchísimo la vida. YO TENGO ESTOS PRODUCTOS:

- Saca mocos.
- Corta uñas.
- Dispensador de medicina.



## 2. HALO SLEEP

Yo usé un “angelito”; le llamo que es un saco para envolver como taco al bebé y todas las noches lo envolvía. También de esa marca es mi basinet, lo amo, porque el bebé está seguro y muy cerca de ti.



### 3. UPPA BABY

Después de investigar varias carriolas, la que más me gustó fue esta marca. Yo compré la grande porque puedes usarla para dos niños, la chiquita en cuanto tengas el segundo hijo, ya no va a caber.



### 4. DR. BROWN'S

Para mí son las mejores mamilas, porque ayudan a que el bebé coma intuitivamente en lugar de por inercia. Yo siempre comienzo con la mamila de PREMIE para que no le salga mucho al bebé.

### TIP PARA MAMÁ

La aventura de alimentar a tu bebé es resultado de...

Tus deseos + Tu biología + Biología de tu bebé + Tu tiempo + El cuidado de tu salud mental + Apoyo de tu ambiente



EMPOWER  
PROJECT

# Empower MOM

by Bettina Guisa

 @theempowerprojectt

 Empower Project by Bettina Guisa

 [contacto@bettinaguisa.com](mailto:contacto@bettinaguisa.com)