PLANTILLA PARA LA HISTORIA DEL PARTO

La historia del día en que naciste

Llena los espacios a lápiz, sin orden si quieres, y sáltate lo que no quieras conservar. Es un primer borrador, no uno definitivo: siempre puedes reescribirla después o contarla en voz alta.

TandemBirth
tandembirth.com/es/plantilla-historia-de-parto

Los datos, antes de que se borren

Tu nombre	Naciste el (fecha)	A las (hora)
Dónde	Peso y talla	Quién estaba en el cuarto
El clima de ese día	Qué música sonaba, o qué se oía	Las primeras personas a las que les avisamos

Antes

En las semanas antes de que llegaras, estábamos _____.

Pensábamos que ibas a llegar _____.

Todo empezó el _____, como a las _____. Yo estaba _____ cuando noté por primera vez _____.

Lo primero que pensé fue _____. La primera persona a la que le avisé fue _____, que _____.

Antes de salir hacia _____, nosotros _____.

Durante

La parte que recuerdo con más claridad es _____.

Lo que más me ayudó fue _____. _____ estuvo ahí todo el tiempo, y lo que hizo que no voy a olvidar es _____.

El momento más difícil fue _____. Lo que me sacó adelante fue _____.

Algo que no salió como lo planeamos fue _____. Viéndolo ahora, eso me hace sentir _____.

Algo que oí decir a alguien y que se me quedó: "_____".

El momento

Naciste a las _____ del _____. Lo primero que vi fue _____. Lo primero que oí fue _____.

Las primeras palabras que alguien dijo fueron "_____". Lo primero que te dije fue "_____".

Cuando te cargué por primera vez, _____.

Después

En la primera hora, nosotros _____. Pesaste _____ y _____.

Te pusimos _____ porque _____.

La primera noche, _____. Lo primero que noté de ti fue _____.

Lo que no entendí de ese día sino hasta después fue _____.

Lo que quiero que sepas del día en que naciste es _____ _____ _____.

Guarda esto con las fotos, y ponle fecha. Si prefieres platicar que escribir, la Historia de Parto en **tandembirth.com/es/historia-de-parto** te hace estas preguntas en voz alta (en inglés por ahora), en una caminata o mientras das de comer al bebé, y convierte lo que dijiste en una historia escrita y terminada que apruebas palabra por palabra. Los dos pueden contarla. Más preguntas: **tandembirth.com/es/preguntas-para-tu-historia-de-parto**.