



*O nosso incrível*  
**PRIMEIRO ANO**

DO PRIMEIRO DIA  
AO PRIMEIRO ANIVERSÁRIO  
DO BEBÊ

ÁLBUM DE RECORDAÇÕES

INFLUÊNCIA

# QUEM SOU EU?

A DATA DE HOJE: .....

O MEU NOME: .....

A MINHA IDADE: .....

TORNEI-ME MÃE A: .....

(PREENCHA A DATA)

É O MENINO

O MENINA

ELE/ELA CHAMA-SE: .....

SOU MÃE PELA ..... VEZ.

(PRIMEIRA, SEGUNDA, TERCEIRA, QUARTA, QUINTA, ETC.)

COMPRI ESTE LIVRO ESTE LIVRO FOI-ME OFERECIDO POR:

.....

SIM/SOCORRO TENHO UM BEBÉ E SINTO-ME:

(PODE SELECIONAR VÁRIAS RESPOSTAS)

O FELIZ

O AVASSALADA

O INCRIVELMENTE ORGULHOSA

O TONTA DE ALEGRIA

O NEM POSSO ACREDITAR

O FISICAMENTE MISERÁVEL

O INSEGURA

O NESTE MOMENTO NÃO SINTO

NADA

O OUTRA COISA:

.....

# SOBRE O PAI

O PAI DO MEU BEBÉ CHAMA-SE:

.....

A IDADE DELE: .....

ELE É PAI PELA PRIMEIRA/SEGUNDA/TERCEIRA/QUARTA/QUINTA/... VEZ.

COMO É QUE ELE ESTÁ A REAGIR À PATERNIDADE?

(PODE SELECIONAR VÁRIAS RESPOSTAS)

- FELIZ
- AVASSALADO
- INCRIVELMENTE ORGULHOSO
- TONTO DE ALEGRIA
- NEM CONSEGUE ACREDITAR
- INSEGURO
- NESTE MOMENTO NÃO SENTE NADA
- OUTRA COISA: .....



COMO É QUE ELE REAGIU QUANDO VIU O BEBÉ PELA PRIMEIRA VEZ?

.....  
.....  
.....



# Sentimentos de Pai



QUERIA UM BEBÉ HÁ MUITO TEMPO?

SIM       NÃO

ESTEVE MUITO PRESENTE DURANTE A GRAVIDEZ?

.....

O QUE É QUE ELE FEZ DURANTE O PARTO?

.....

ESTAVA:

(PODE SELECIONAR VÁRIAS RESPOSTAS)

NERVOSO

AUSENTE (LITERALMENTE)

CALMO

EXAUSTO

CALADO

OUTRA COISA:

IRRITANTE

.....

FOI UM APOIO INCRÍVEL

PORQUE É QUE ACHA QUE

ELE É UM PAI ESPETACULAR?

.....  
.....  
.....  
.....



COLE AQUI UMA FOTO DO PAI  
COM O RECÉM-NASCIDO





COLE AQUI  
UMA FOTO DO BEBÉ

# COMO NASCEU O MEU BEBÉ

O MEU BEBÉ NASCEU COM ... SEMANAS

E ... DIA/DIAS.

O PARTO FOI

O EM CASA

O NO HOSPITAL

O NUMA MATERNIDADE PRIVADA

O A CAMINHO

O NOUTRO SÍTIO: .....

PASSEI ... HORAS EM TRABALHO DE PARTO.

## FOI:

(PODE SELECIONAR VÁRIAS RESPOSTAS)

O DIFÍCIL

O TERRÍVEL

O OUTRA COISA:

O LINDO

O ESPECIAL

.....

O DOLOROSO

O DEVASTADOR

O DEMORADO

O STRESSANTE

## QUEM ESTEVE PRESENTE DURANTE O PARTO:

O NINGUÉM

O A MINHA MÃE

O O MEU COMPANHEIRO

O A MÃE DELE

O A PARTEIRA

O OUTRA PESSOA:

O PESSOAL DO HOSPITAL

.....

SIM/SOCORRO.

TENHO UM BEBÉ!

PREENCHA, SELECIONE  
OU RISQUE O QUE NÃO INTERESSA.  
REGISTE TODOS OS MOMENTOS ÚNICOS  
DO PRIMEIRO ANO DE VIDA DO SEU BEBÉ.

CRIE UMA MEMÓRIA ESPECIAL  
DE UM ANO ÚNICO!

**INFLUÊNCIA**

um outro olhar

20|20 editora

ISBN 978-989-564-097-3



9 789895 640973

Puericultura