

# ĐẢM BẢO 90 PHÚT DA KÈ DA SAU SINH:

## 9 BƯỚC BẢN NĂNG CỦA TRẺ

1 | KHÓC



2 | THƯ GIÃN



3 | TỈNH TÁO



4 | VẬN ĐỘNG



5 | NGHỈ NGƠI



6 | TRƯỜN



7 | LÀM QUEN VÚ MẸ



8 | BÚ MẸ



9 | NGỦ



Mẹ ơi, con cần được da kề da với mẹ ít nhất 90 phút ngay sau sinh để tự mình trải qua 9 bước bản năng đầu đời.

Được ở bên cạnh mẹ, con cảm thấy an tâm, ấm áp và bú mẹ sớm.