

CÓMO PREPARARTE PARA TENER UN BEBÉ

LA GUÍA DEFINITIVA
de tu amiga Lux Meteora

Ayuntamiento de Madrid

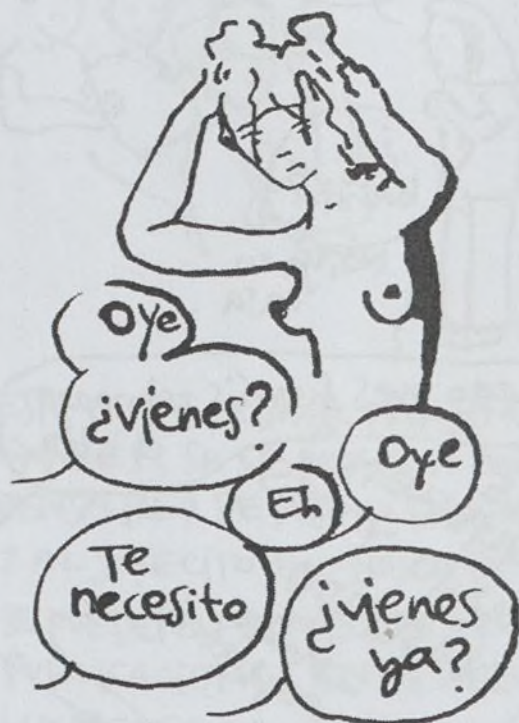
HAZ TODO CON UNA SOLA
MANO MIENTRAS SOSTIENES
EN LA OTRA UN SACO DE PATATAS



ABRAZA LA ATENCIÓN DE
LA GENTE POR LA CALLE



DÚCHATE EN DOS MINUTOS
MIENTRAS TE RECLAMAN
INSISTENTEMENTE



CADA VEZ QUE SALGAS DE CASA
LLÉVATE UNA MOCHILA EXTRA



HAZ LA COMIDA Y DEJA QUE SE
ENFRÍE. COME POR TURNOS
CON TU PAREJA MIENTRAS SE
OS OLVIDA TENDER LA LAVADORA.



qué rico
huevo frito
frío

INTENTA PONERLE CAMISETA
Y PANTALONES A UN PULPO



Táte quieto

PONTE ALARMAS CADA TRES HORAS Y PASA
30 MINUTOS MIRANDO AL VACÍO MIENTRAS
TE PELLIZCAS EL PEZÓN CON UNA PINZA



4 AYUNTAMIENTO DE MADRID



1402171942

PILLA UNA DE ESAS PLACAS QUE DAN
EN ALGUNOS BARES Y QUE PITAN
CUANDO ESTA LISTO TU PEDIDO.
ENFÁDATE CON TU PAREJA POR NO
SABER PARARLO



SIMPLIFICA TU RUTINA DE SKINCARE

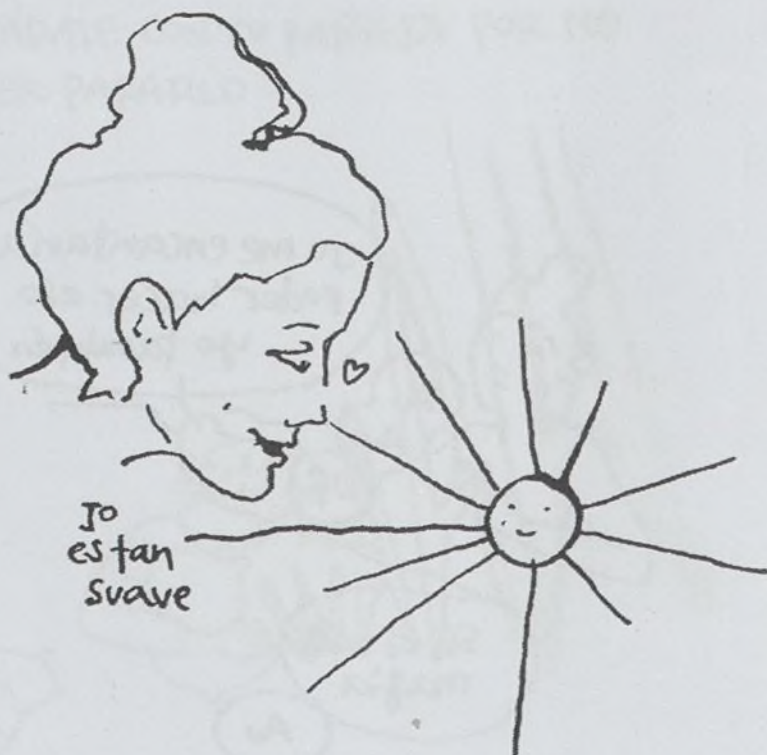


: splash :



pues
ya estaría

ENAMÓRATE MUY FUERTE
DE ALGUIEN Y OBSERVA
COMPULSIVAMENTE
MIENTRAS DUERME



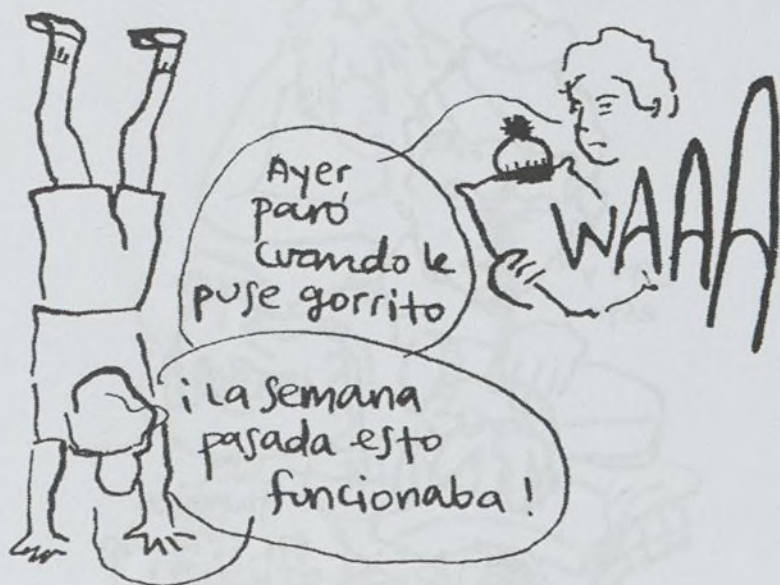
HAZ SCROLL A LAS TANTAS DE
LA MADRUGADA PARA AMPLIFICAR
LOS TEMAS QUE TE PREOCUPAN
DE DÍA



PRACTICA EL TRABAJO EN EQUIPO



ENTRÉGATE A LA FALTA DE
LÓGICA DEL PROCESO



DEFIENDE TUS POSICIONES IDEOLÓGICAS



¡EXTRA!
CÓMO PREPARARTE
PARA PARIR



ESTE ES MI PRIMER FANZINE
EXPRES. SE LO DEDICO A MI
DENSA RED DE APOYO FAMILIAR
Y AL SOLECITO QUE NOS UNE.

SE PUEDEN VER MIS OTRAS
PUBLICACIONES EN MI WEB

LUXMETEORA.COM

@LUXMETEORA EN LA RED

© 2025