

*ASPETTANDOTI...COSA METTO IN VALIGIA???*

CONSIGLI:

- Lavare con disinfettante tutti gli indumenti che andranno a contatto con la cute del neonato
- Scegliere per la degenza ospedaliera un abbigliamento pratico (tutina o due pezzi) possibilmente di taglia adeguata al peso del bambino ed alla stagione (ciniglia/lana o cotone)
- Dividere tutto in pratici sacchetti

PER LA MAMMA:

- Documenti e cartellina della gravidanza
- Camicie da notte (possibilmente aperte davanti e a maniche corte)
- Mutande assorbenti usa e getta bianche
- Ciabatte

Potrebbe anche essere utile in travaglio:

- Idratante per labbra
- Olii essenziali preferiti e lozioni per massaggi
- Pallina da tennis per massaggio alla schiena
- Caramelle, spuntini, acqua e succhi di frutta o bevande a scelta non gassate

PER IL BAMBINO:

Preparare 4 cambi distinti contrassegnati con il nome del vostro bambino con all'interno:

- Camicino della fortuna (se si desidera)
- Body a maniche corte
- Tuta intera o spezzata
- Cappellino
- Calzini

Una Copertina di lana o cotone a seconda della stagione

DA CONSEGNARE ALL'OSTETRICA AL MOMENTO DEL PARTO:

- SACCHETTO di PRIMO CAMBIO con cappellino per il neonato
- 2 Mutande assorbenti usa e getta per la mamma

