

OCCORRENTE CONSIGLIATO PER LA MAMMA

In travaglio

- Camicia da notte (o maglietta)
- Vestaglia
- Ciabatte lavabili
- Mutandine monouso a rete
- Acqua minerale
- Caramelle zuccherate o al miele
- Elastico o mollettone per capelli
- Libri, giornali e musica...in attesa delle contrazioni
- Ventaglio
- Burrocacao
- **Una buona dose di calma e tranquillità**

Nel puerperio

- Occorrente per la toilette (detergente intimo a Ph acido da 3.5 a 4.5)
- Asciugamani e salviette da bidet
- Camicie da notte (o pigiami) con bottoni
- Mutandine monouso a rete
- Salviette umidificate
- Acqua minerale

OCCORRENTE CONSIGLIATO PER IL NEONATO

- Quattro body di cotone
- Quattro tutine di cotone o di ciniglia secondo la stagione
- Quattro paia di calzine
- Copertina di cotone o di lana
- Federina già lavata
- Bavagline
- Un asciugamano
- **Una mamma solo per lui**



Non dimenticate la vostra cartellina ostetrica con tutta la documentazione della gravidanza (esami del sangue, ecografie, il documento d'identità e la tessera sanitaria).
E' sconsigliato portare in ospedale denaro e oggetti di valore.