**Cosa mettere in valigia??**



**Per la mamma:**

Cartella della gravidanza

* contenente tutti gli esami
* Cartella dell’ anestesista per il parto analgesia
* Documentazione per la donazione cordonale
* Tessera sanitaria



**Per il travaglio ed il parto:**

* È utile una camicia di cotone leggero, non preziosa perché si potrebbe sporcare facilmente.
* Assorbenti post parto
* Ciabatte
* Calzini
* Vestaglia
* Accappatoio o telo spugna
* Cuffietta
* Succhi di frutta e snack
* Cd con musiche preferite



**Per i giorni successivi:**

* N° 3 camicie da notte o pigiami in cotone aperta fino a punto vita per agevolare l’allattamento.
* Mutandine comode o usa e getta (rete)
* Reggiseni (aspettate a comprare quelli per l’allattamento).



**Altri oggetti utili:**

* Beautycase con il necessario per l’igiene personale (detergente intimo,sapone, spazzolino,dentifricio, ecc.)
* Fazzoletti di carta
* Salviette umidificate
* Carta igienica
* Bicchieri di carta
* Tovaglioli, rotolo assorbente
* Sacchetti per mandare la biancheria sporca a casa



**Per il piccolo/a:**

* La lista dei vestitini dipende dalla stagione in cui ci troviamo!



* **Se siamo in inverno…**



Prevediamo tre cambi e per comodità li suddividiamo in tre buste.

**Prima busta.**

1. Accappatoio o telo spugna
2. Pannolino
3. Camicia porta fortuna (facoltativa)
4. Maglia interna manica lunga caldo cotone (mis. 1/3 mesi)
5. Calzini e scarpette
6. Completino due pezzi in lana caldo cotone o ciniglia pesante



**Seconda e terza busta………**

* Accappatoio o telo spugna
* Pannolino
* Calzini e scarpette
* Maglia interna anche a manica corta
* Completino due pezzi
* Parure lenzuola

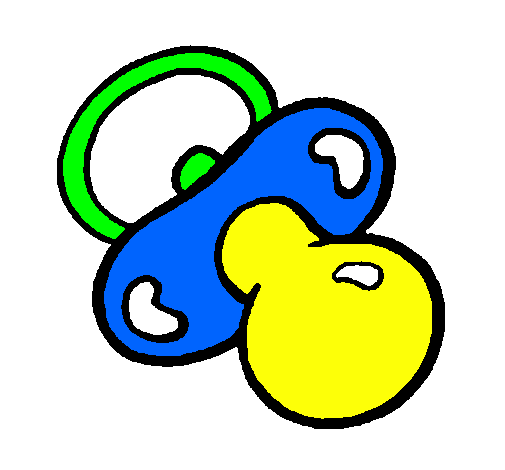
**Importante:**

Non è necessario portare:

Materiale per la medicazione del cordone

Fasce ombelicali

Biberon e ciuccio (fino all’avvio dell’allattamento)



**Per la culletta…**

* Parure lenzuola (sotto con angoli)
* 2 copertine in cotone una per la culletta e una per avvolgere il neonato

**Se siamo in estate…**



* Prevediamo tre cambi e per comodità li suddividiamo in tre buste.
* Prima busta:
* Accappatoio o telo spugna
* Pannolino
* Camicia porta fortuna (facoltativa)
* Maglia interna manica corta in cotone (mis. 1/3 mesi)
* Calzini e scarpette

Completino due pezzi in cotone.