

COSA METTERE IN VALIGIA PER MAMMA E NEONATO

PER LA MAMMA

- **Cartellina completa di esami ed accertamenti eseguiti in gravidanza o documentazione clinica personale**
- Camicie da notte o pigiami in cotone con apertura davanti per l'allattamento
- **Vestaglia**
- **Pantofole da camera e calzatura per doccia**
- Biancheria personale (preferibili mutande a rete)
- Assorbenti grandi per il post-parto
- Occorrente per igiene personale quotidiana
- **Per il travaglio suggeriamo di portare qualche alimento energetico (succhi di frutta, miele, cioccolato fondente 70%, frutta secca)**

N.B. È opportuno non portare o tenere oggetti di valore

PER IL NEONATO

- Copertina e berrettino (una coppia per il "pelle a pelle" e una per la successiva degenza)
- 4 cambi di abbigliamento completi (tutina-body-calzini) di pesantezza differente in base alla stagione (è consigliato lavare gli indumenti prima dell'uso)
- Bavaglino
- Due asciugamani per fasciatoio

Al momento della dimissione al suo bambino servirà un abbigliamento adeguato alla stagione.

Le ricordiamo che, fin dal primo viaggio del suo bambino, dovranno essere rispettate le norme vigenti per il trasporto dei neonati (seggiolino o carrozzina con adeguato sistema di fissaggio ai sedili dell'auto).

