

Cosa mettere in valigia?

Mamma

- Cartella con tutti gli esami eseguiti in gravidanza
- Fotocopia carta d'identità, tessera sanitaria e gruppo sanguigno
- Camicia da notte per il parto (apribile sul davanti e con maniche non strette)
- Pigiama o camicia da notte (per la degenza)
- Vestaglia
- Pantofole e infradito per la doccia
- Panni assorbenti bianchi
- Beauty con occorrente per l'igiene personale
- Accappatoio o asciugamano per doccia
- Detergente antisettico per l'igiene intima
- Asciugamani
- Salviette disinfettanti per il bagno
- Carta assorbente
- Asciugacapelli
- In questo periodo ricordarsi la mascherina FFP2

Bimbo/a

- 3 / 4 body (in base alla stagione maniche lunghe o corte)
- Calzine e cuffietta
- Tutina per la dimissione