

Listă

Pentru geanta bebelușului tău

- Cardul de asigurări de sănătate, cartea de identitate și albumul de familie sau certificatul de căsătorie
- Geanta de toaletă cu cosmetice (ulei de corp, balsam de buze, șervețele cosmetice umede etc.)
- 4 cămăși de noapte largi și confortabile
- 2 sutiene pentru alăptare și pernuțe detașabile
- 1 pachet de tampoane pentru flux abundent
- 4 perechi de chiloți rezistenți sau de unică folosință
- Halat de baie
- Șervețele pentru mâini și șervețele cosmetice umede
- 4 perechi de șosete sau ciorapi până la genunchi
- Îmbrăcăminte lejeră și confortabilă care ți-a venit bine cu 2-3 luni în urmă
- Încărcător pentru telefonul mobil

Pentru tine, în timpul nașterii

- 1-2 tricouri (hanorace) sau cămăși largi sau cardigane confortabile
- 1-2 pantaloni de trening sau colanți
- șosete groase
- Papuci de casă
- Perne
- Muzica și cartea preferată, precum și reviste
- Gustări pentru un plus de energie, de ex. batoane de cereale



Listă

Pentru primele haine ale bebelușului

- 2 body-uri
- 2 bluzițe
- 1 pereche de pantaloni lungi din bumbac
- 2 perechi de șosete
- Căciuliță pentru bebeluși și jachetă pentru drumul spre casă
- 10 bavete
- 2-3 scutece, mărimea 1, pentru ziua externării

Pentru îmbrăcămintea post-partum

- Pijamale pentru alăptare
- Îmbrăcămintă vaporosă și ușoară pentru gravide, sau tricouri pentru alăptare
- Bluze pentru alăptare
- Un poncho pentru alăptare de luat pe deasupra
- Genți cu necesarul pentru alăptare

