

LA BORSA PER IL PARTO

Il momento della nascita è un'emozione indescrivibile, ma può arrivare in modo inaspettato. Preparare la borsa in anticipo (indicativamente intorno alla 37^a settimana di gestazione) vi permetterà di affrontare il momento della partenza per l'ospedale in totale serenità, evitando che la fretta o la concitazione del momento vi facciano dimenticare a casa cose essenziali per voi e per il vostro bebè.

PER LA MAMMA

- ❑ **2/3 camicie da notte:** la parte superiore preferibilmente apribile per facilitare l'allattamento al seno.
- ❑ **Vestaglia**
- ❑ **Pantofole e calzini**
- ❑ **Mutandine di rete per il post parto**
- ❑ **Mutande in cotone**
- ❑ **Assorbenti specifici per il post parto**
- ❑ **Beauty per l'igiene personale**
- ❑ **Detergente intimo a pH acido:** per evitare la proliferazione di germi patogeni nella zona perineale.
- ❑ **Asciugamani**
- ❑ **Reggiseni per l'allattamento**
- ❑ **Cuffiette o auricolari per la musica**
- ❑ **Cartellina della gravidanza**
- ❑ **Documenti:** documento d'identità e codice fiscale della mamma e del papà, più fotocopie.

PER IL NEONATO

Prepara 4-5 sacchetti con i cambi di ciascun giorno etichettati con numero del cambio, nome e cognome del neonato. In ogni sacchetto inserisci una tutina, un body e un paio di calzini.

- ❑ **Body e tutine:** a manica lunga di cotone in autunno/inverno e a manica corta in primavera/estate.
- ❑ **Calzini - Guantini - Cappellino**
- ❑ **Bavaglino**
- ❑ **1 copertina**

Nota sui pannolini: I pannolini per il neonato vengono solitamente forniti dall'ospedale. Si consiglia tuttavia di chiedere conferma alla sala parto della struttura dove si ha intenzione di partorire.
