

# Lista per l'ospedale



## Per te

- Piano del parto e documentazione dell'ospedale
- Cuscini
- Spruzzatore (per rinfrescarti!)
- Oli o lozioni da massaggio
- Qualcosa da leggere o da guardare
- Fazzoletti
- Burro cacao
- Vestaglia e pantofole
- La tua musica preferita e un lettore
- Apparecchio TENS (se ne usi uno)
- Una camicia da notte o una vecchia t-shirt da indossare durante il travaglio
- Assorbenti post-parto

## Biancheria intima di ricambio

Beauty con l'essenziale: spazzolino, dentifricio, sapone liquido, bagnoschiuma e shampoo

- Pigiama o camicia da notte da indossare dopo la nascita del bebè
- Fotocamera
- Telefono e caricabatterie
- Vestiti per tornare a casa



## Per il bebè

- Pannolini
- Body
- Paggiaccetti/Tutine
- Cappellino
- Calzini
- Copertina o lenzuolino
- Salviettine per il cambio
- Lavette



## Aggiungi altri oggetti

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

