# Listă de verificare pentru spital, pentru viitoarele mame

| **Da/Nu** | **Pentru mamă** |
| --- | --- |
| Da/Nu | Pijama |
| Da/Nu | Halat |
| Da/Nu | Șosete |
| Da/Nu | Papuci |
| Da/Nu | Lenjerie pentru lăuze |
| Da/Nu | Sutien pentru alăptat |
| Da/Nu | Tampoane pentru sân |
| Da/Nu | Haine de schimb și pantofi comozi de purtat acasă |
| Da/Nu | Articole de toaletă, inclusiv periuță de dinți |
| Da/Nu | Bentiță pentru păr, dacă este cazul |
| Da/Nu | Balsam de buze |
| Da/Nu | Șervetele sanitare |
| Da/Nu | Uleiuri sau loțiuni de masaj |
| Da/Nu | Bomboane mentolate și gustări |
| Da/Nu | Materiale de relaxare: cărți, reviste, muzică |
| Da/Nu | Ochelari, dacă este cazul |
| Da/Nu | Telefon mobil și lista cu numerele de telefon importante |

| **Da/Nu** | **Pentru partener** |
| --- | --- |
| Da/Nu | Ceas cu secundar pentru a cronometra contracțiile |
| Da/Nu | Cameră foto/video și film/casetă |
| Da/Nu | Articole de toaletă, inclusiv periuță de dinți |
| Da/Nu | Haine de schimb |
| Da/Nu | Gustări și materiale de citit |
| Da/Nu | Bani mărunți sau bancnote mici pentru automate |
| Da/Nu | Telefon mobil/cartelă preplătită |
| Da/Nu | Listă cu numerele de telefon importante |

| **Da/Nu** | **Pentru bebeluș** |
| --- | --- |
| Da/Nu | Scutece pentru nou-născuți |
| Da/Nu | Pături |
| Da/Nu | Îmbrăcăminte pentru nou-născuți |
| Da/Nu | Șosete sau botoșei |
| Da/Nu | Căciuliță |
| Da/Nu | Scaun pentru mașină |