

EQUIPATGE DE LA MARE I DEL NADÓ

Per a la mare

- Camises de dormir: a poder ser obertes pel davant per facilitar l'alletament
- Bata
- Sabatilles
- Calces
- Compreses
- Sostenidor especial per a l'alletament
- Medicació habitual
- Boligraf
- DNI, NIE o passaport
- Aigua
- Necesser:
 - Sabó líquid
 - Xampú
 - Raspall de dents i dentífric
 - Pinta o raspall
 - Mocadors de paper

És convenient no dur les ungles pintades ni llargues.
Aconsellem no dur joies ni grans quantitats de diners.

Per a l'acompanyant

- Coixí
- Llençols
- Manta

Per al nadó

- Barret
- Mudes interiors ("bodies" o samarretes de cotó i calcetes)
- Conjunts de roba (jerseis i pantalons o pijames amb peus o mitjons)
- Arrullo
- Una tovallola suau per fer pell amb pell
- Un canviador o tovallola per canviar-lo
- Necesser:
 - Raspall
 - Tovalloles humides
 - Bolquers
 - Crema hidratant sense perfum
 - Un pot petit d'alcohol de 70°

És convenient descosir les etiquetes de la roba, prèviament rentada.