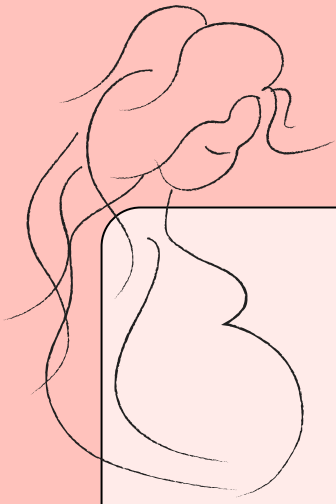


מה לקחת ללידה?



תיק לתינוק:

- ☐ 2-3 סטים להחלפה
- ☐ חיתולים NB
- ☐ כובע
- ☐ שמירה
- ☐ מוצץ
- ☐ חיתולי טטרה
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

תיק קטן עם דברים בשלופ:

- ☐ תעודות זהות של שניכם
- ☐ מסמכים של ההריון כולל בדיקות דם
- ☐ כרטיס קופת חולים
- ☐ תוכנית לידה אם הכנתם
- ☐ אוזניות
- ☐ משקפי שמש לשלבים עד הכניסה לחדר לידה
- ☐ שמירה/עליונית נעימה

תיק לחדר לידה:

- ☐ בגדים נוחים חם וקר, שיהיה לך את שתי האפשרויות.
- ☐ שמלה/טוניקה/עליונית נעימה
- ☐ טופ נוח
- ☐ גרביים
- ☐ כפכפים לשניכם
- ☐ לבן/בת הזוג: סווצ'רט, בגדים להחלפה, מברשת שיניים ודברי הגיינה נוספים
- ☐ תיק רחצה עם מברשת ומשחת שיניים
- ☐ גומייה לשיער
- ☐ חלוק/מגבת
- ☐ 2 בקבוקי שמן שקדים
- ☐ שפתון
- ☐ דיפיוזר
- ☐ רמקול
- ☐ מים מבקבוק עם קש
- ☐ ערכת טנס
- ☐ נשנושים לך ולבן/בת הזוג: חטיפי אנרגיה, שוקולד, פירות יבשים, אגוזים.. (מומלץ להביא סנדוויץ או משהו נוסף לבן/בת הזוג)
- ☐ ארנק
- ☐ מטען
- ☐ שקית לכביסה

תיק למחלקת ילדות:

- ☐ תחתונים חד פעמיים/תחתוני רשת
- ☐ פדים למחזור
- ☐ תחתונים פשוטים ונוחים שיהיה אפשר לזרוק
- ☐ פיג'מה ובגדים נוחים, גדולים, רופפים
- ☐ שנוחים להנקה
- ☐ נעלי בית
- ☐ מגבת גדולה
- ☐ סווצ'רט
- ☐ גרביים
- ☐ בגדי יציאה הביתה
- ☐ פדים להנקה
- ☐ משחה לפטמות
- ☐ כרית שנוחה לך
- ☐ שמירה נעימה
- ☐ אלופירסט
- ☐ כלי רחצה- מברשת ומשחת שיניים, שמפו, סבון, דורדורנט

דברים נוספים:

- ☐
- ☐