



ΤΙ ΘΑ ΠΑΡΕΤΕ ΜΑΖΙ ΣΑΣ ΣΤΟ ΜΑΙΕΥΤΗΡΙΟ		✓
ΤΑ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ:		
Τρεις πυτζάμες ή νυχτικά (ελαφριά), έχοντας κατά νου ότι πρέπει να διευκολύνουν τον θηλασμό.		
Ελαφριά ρόμπα		
Παντόφλες ή σαγιονάρες		
2-3 σουτιέν θηλασμού(να είναι άνετα ώστε να συγκρατούν το στήθος χωρίς να το πιέζουν)		
Επιθέματα για το στήθος		
5-6 πανάκια ώμου και βαμβακερά γάντια για το μωρό		
Φωτογραφική μηχανή και τον φορτιστή της		
Κινητό τηλέφωνο και τον φορτιστή του		
Οδοντόβουρτσα και οδοντόπαστα		
Βούρτσα ή χτένα μαλλιών		
Αφρόλουτρο, σαμπουάν και μαλακτικό		
Αποσμητικό		
Κρέμα προσώπου και ματιών		
Γαλάκτωμα ή μαντηλάκια για ντεμακιγιάζ		
Εάν παίρνετε φάρμακα για τον θυρεοειδή ή αντιπηκτική αγωγή να τα έχετε μαζί σας		
ΚΑΛΟ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΕΧΕΤΕ:		
Liposan		
Λαστιχάκια μαλλιών		
Τα απαραίτητα για το μακιγιάζ σας		
Σημειωματάριο και στυλό		
Κατάλογο με τα τηλέφωνα συγγενών και φίλων που θα θέλατε να ανακοινώσετε την γέννηση του μωρού σας		
Βιβλίο, περιοδικά		



ΤΙ ΘΑ ΠΑΡΕΤΕ ΜΑΖΙ ΣΑΣ ΣΤΟ ΜΑΙΕΥΤΗΡΙΟ



ΠΡΟΑΙΡΕΤΙΚΑ:

Λάπτοπ και DVDs

Μαξιλάρι θηλασμού

Πλαστικά καλύμματα μιας χρήσεως για την τουαλέτα

Σακούλα για τα άπλυτα

ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΟΔΟ ΣΑΣ ΑΠΟ ΤΟ ΜΑΙΕΥΤΗΡΙΟ:

Τα ρούχα που θα φορέσετε

Φορμάκι του μωρού, σκουφάκι

Το καλάθι ή το καθισματάκι αυτοκινήτου του μωρού σας με σεντόνι ή κουβέρτα

ΠΡΟΣΘΕΣΘΕ ΚΑΙ ΟΤΙ ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΘΕΛΕΤΕ ΕΔΩ:

**Ληξιαρχική πράξη γάμου με πρόσφατη
ημερομηνία έκδοσης(τελευταίου 6 μήνου)
Αστυνομικές ταυτότητες και των δύο γονέων**