

## TORBA DO SZPITALA DLA MAMY - LISTA

### ARTYKUŁY I ŚRODKI HIGIENICZNE

papier toaletowy	
ręcznik papierowy	
chusteczki higieniczne	
podpaski poporodowe	
płatki kosmetyczne	
chusteczki nawilżane	
żel do mycia twarzy	
woda micelarna	
krem do twarzy	
krem pod oczy	
podkładki na toaletę	
woda termalna	
maść na brodawki	
szare mydło	
pasta do zębów, szczoteczka	
kosmetyki do makijażu	
suchy szampon	

### UBRANIA I TEKSTYLIA

ubranie do porodu	
ręczniki do porodu	
szlafrok	
koszula nocna rozpinana	
skarpetki	
bielizna	
ubranie na wyjście	
ręcznik kąpielowy	
ręcznik do rąk	
klapki pod prysznic	
obuwie zamienne na salę	
majtki poporodowe	
ściereczka do naczyń	
koc	
jasek	
rogal do karmienia	

### TALERZE I SZTUŹCE

talerzyk mały, duży, głęboki	
łyżeczka, łyżka, widelec, nóż	
kubek	

### ELEKTRONIKA

telefon	
ładowarka do telefonu	
aparat	
słuchawki	
laptop/tablet	

### WODA I PRZEKĄSKI

woda niegazowana 0,5l	
czekoladowa przekąska	
napoje i przekąski dla partnera	

### PORÓD RODZINNY

woda i przekąski (partner)	
ubranie ochronne	
odzież i obuwie zamienne	

### DODATKOWE

lekarstwa	
laktator	
worki na brudne rzeczy	
monety i banknoty	
sylikonowe nakładki	

### NOTATKI


