

Cistella per al naixement

Pel nadó

- Tres mudes completes o body
- Una muda externa
- Dos gorros
- Mitjons
- Canviador
- Bolquers
- Tovallotes o esponja
- Muselines de cotó
- Xumet en cas d'alletament artificial
- Manta suau (segons estació)
- Cadira de cotxe homologada per a la sortida

Per a la mare

- Dos o tres pijames (valorar obert si es desitja alletament matern)
- Calcetes de cotó o d'un sol ús
- Sostenidors de lactància, en cas d'alletament matern.
- Sabatilles
- Necesser per a la higiene personal
- Tovallola de bany
- Compreses de postpart de cotó
- Bata o dessuadora còmoda
- Sac de llavors si es desitja
- Ampolla d'aigua reutilitzable
- Snacks saludables (fruita seca, barretes,...)
- Auriculars o altaveu petit
- Llibre d'embaràs i targeta sanitària
- Bàlsam labial
- Pinça del cabell o goma
- Llum petita per l'habitació

Recomanacions per a la mare

- S'aconsella portar les ungles despintades
- Joies que es puguin retirar fàcilment

Per a l'acompanyant

- Roba còmoda i sabatilles
- Matalàs inflable, si es desitja
- Ampolla d'aigua i menjar