

Preparar a sua mala para a maternidade

Checklist

O que necessita para o nascimento

- Óleo para massagens
- Passaporte da mãe
- Cartão de identidade
- Certificado de residência da família
- Cartão do seguro de saúde
- Snacks para os papás
- Bebidas
- Máquina fotográfica para a primeira foto do bebé
- Livros & Co. para passar o tempo

O que necessita a nova mamã

Pantufas

1-2 Pijamas

Toalha de banho

Roupa cómoda

Roupas para a viagem de regresso a casa

2 sutiãs amamentação

Inserções de amamentação

8 cuecas descartáveis

Laços mensais

2 toalhas

Escova e pasta de dentes

Gel de duche & Shampoo

Cremes & produtos de cosmética

Escova de cabelo

Lenços de papel

Meias grossas

O que necessita para o bebé

- | | |
|---------------------------------|--------------------------|
| 2 Bodys, tamanho 56 ou 62 | <input type="checkbox"/> |
| 2 calças tipo pijama | <input type="checkbox"/> |
| Chucha com corrente | <input type="checkbox"/> |
| Casaco | <input type="checkbox"/> |
| Meias | <input type="checkbox"/> |
| Gorro | <input type="checkbox"/> |
| Fraldas de pano | <input type="checkbox"/> |
| Roupa para sair da maternidade | <input type="checkbox"/> |
| Cadeirinha de bebé para o carro | <input type="checkbox"/> |