

מה ניקח בתיק לידה?

לחדר לידה-

- כפפים נוחות
- קופסא למשקפיים/עדשות+תמיסה
- תחתונים חד פעמיים או תחתונים ישנים
- פירות יבשים וחטיפי אנרגיה
- אוכל לבעל
- מיץ ענבים או תפוחים טבעי
- מים
- קשיות
- מוזיקה בכל מיני סגנונות
- תיק מעקב הריון וכל מסמך רלוונטי
- תעודות זהות של שניכם
- אם רוצים תחבושות ספציפיות (בבית חולים בד"כ יש עבות גדולות)
- גומיה לשיער
- סידור, שמות לתפילה
- כסף קטן למכונות אוכל ושתייה (רצוי לא להביא דברים יקרי ערך כמו כרטיס אשראי וכו')
- שמן שקדים (רצוי להביא סגור)
- מצלמה
- כרית חימום

למחלקה-

- שמפו וסבון
- מברשת שיער
- מברשת שיניים
- חזיית הנקה
- כיסוי ראש נח
- חלוק נח משלך אם את אוהבת
- מטען לפלאפון
- תחתונים להחלפה-או ישנות או חד"פ
- אם חשוב לך מגבת גדולה

ליציאה מבית חולים-

- סלקל
- בגד נח בשבילך
- אם יש תפרים-כרית לשבת עליה ברכב
- בחורף- 2 שכבות ביגוד לתינוק
- בקיץ- רגליות 21 גופיות לתינוק
- שמיכה לתינוק
- כובע לתינוק