# Контрольний список речей майбутніх мам

| **Так/Ні** | **Мама** |
| --- | --- |
| Так/Ні | Нічна білизна |
| Так/Ні | Халат |
| Так/Ні | Шкарпетки |
| Так/Ні | Капці |
| Так/Ні | Нижня білизна для вагітних |
| Так/Ні | Післяпологовий бюстгальтер |
| Так/Ні | Вкладиші для бюстгальтера |
| Так/Ні | Змінний одяг і зручне взуття |
| Так/Ні | Туалетні приналежності, зокрема зубна щітка |
| Так/Ні | Резинка для волосся, якщо потрібно |
| Так/Ні | Зволожувальний засіб для губ |
| Так/Ні | Гігієнічні прокладки |
| Так/Ні | Масажні масла або лосьйони |
| Так/Ні | Освіжальні м’ятні льодяники та їжа |
| Так/Ні | Засоби релаксації: книги, журнали, музика |
| Так/Ні | Окуляри, якщо потрібно |
| Так/Ні | Мобільний телефон і список важливих телефонних номерів |

| **Так/Ні** | **Партнер** |
| --- | --- |
| Так/Ні | Годинник із секундною стрілкою, щоб спостерігати за появою переймів |
| Так/Ні | Відеокамера та плівка |
| Так/Ні | Туалетні приналежності, зокрема зубна щітка |
| Так/Ні | Змінний одяг |
| Так/Ні | Закуски та матеріали для читання |
| Так/Ні | Розмінні гроші для торгових автоматів |
| Так/Ні | Мобільний телефон або телефонна картка з попередньою оплатою |
| Так/Ні | Список важливих телефонних номерів |

| **Так/Ні** | **Дитина** |
| --- | --- |
| Так/Ні | Підгузки для новонароджених |
| Так/Ні | Пелюшки |
| Так/Ні | Одяг для новонародженого |
| Так/Ні | Шкарпетки або пінетки |
| Так/Ні | Дитяча шапочка |
| Так/Ні | Дитяче автокрісло |