

# Mamma

## *valigia per il parto*

---

### **Vestiti e comfort**

- 2 o 3 pigiama o indumenti da notte
- vestiti comodi per il giorno
- diverse mutandine (usa e getta o no)
- un reggiseno per allattamento
- un paio di calzini
- un cardigan caldo

### **Igiene e cura**

- un beauty case (gel doccia, shampoo, spazzola...)
- assorbenti igienici speciali per maternità
- una crema per il corpo
- crema alla lanolina per l'allattamento
- coppette per la gola se necessario