

אמא

- תיק מעקב לידה ☐
- כרטיס קופת החולים ☐
- תעודת הזהות ☐
- סמארטפון ☐
- מטען סמארטפון ☐
- אוזניות ☐
- בקבוק מים מינרלים ☐
- כריך/ פירות/ נשנושים ☐
- ספר/ מוזיקה ☐
- שמן שקדים לעיסוי פרינאום (בקבוק סגור) ☐
- TRX ☐

אחרי הלידה

מגבת גוף	<input type="checkbox"/>	גרביים	<input type="checkbox"/>
מגבת פנים	<input type="checkbox"/>	כפכפים למקלחת	<input type="checkbox"/>
משאבת הנקה	<input type="checkbox"/>	נעלי בית להסתובב במחלקה	<input type="checkbox"/>
שמן קוקוס	<input type="checkbox"/>	שמפו	<input type="checkbox"/>
פדים להנקה	<input type="checkbox"/>	סבון	<input type="checkbox"/>
		מברשת שיניים	<input type="checkbox"/>
		משחת שיניים	<input type="checkbox"/>
		דאודורנט	<input type="checkbox"/>
		שפתון לחות	<input type="checkbox"/>
		מברשת לשיער	<input type="checkbox"/>
		פיג'מה נוחה	<input type="checkbox"/>
		סט בגדים נוח להסתובב במחלקה	<input type="checkbox"/>
		סט בגדים ליציאה מבית החולים	<input type="checkbox"/>
		חזיית הנקה	<input type="checkbox"/>
		תחתוני רשת/ תחתונים חד פעמיים שניתן לזרוק	<input type="checkbox"/>
		גומיות לשיער	<input type="checkbox"/>
		עדשות + מים לעדשות	<input type="checkbox"/>
		משקפיי ראייה	<input type="checkbox"/>
		תחבושות עבות (בית החולים מחלק. אבל אם את רוצה מהסוג שאת אוהבת)	<input type="checkbox"/>

מלווה

מברשת שיניים + משחה ☐

דיאודורנט ☐

סמארטפון ☐

☐ מטען סמארטפון

רשימת אנשי קשר - כולל מספרי טלפון ומיילים

ספר/ מגזין/ מוזיקה

☐ בקבוק שתיה/ כריך/ נשנושים

כסף מזומן ☐

תעודת זהות

מסמכים שילוב/מוצאים ☐

רשימת אנשי קשר

08-9404165 שילב

מוצצים 08-6269400

משפחה

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

לתינוק

בגדים ליציאה: (לא לשכוח לכבס לפני)

- חולצת מעטפה ☐
- מכנסיים עם רגלית ☐
- מכנסים נוספים ☐
- כפפות (שלא ישרוט את עצמו) ☐
- כובע פלנל או טריקו (לפי העונה) ☐

החלפת חיתול

- חיתולים חד פעמיים ☐
- מגבונים ☐
- משחה לטוסיק ☐

דברים חשובים נוספים

- שמיכה (לא לשכוח לכבס לפני) ☐
- מוצץ (שעשיתם לו עיקור) ☐
- חיתולי בד טטרה (לא לשכוח לכבס לפני) ☐
- כסא בטיחות (אי אפשר להשתחרר בלי זה מבית החולים) ☐
- סדין לעגלה ☐

רשימה ליום אחרי הלידה

- ☐ לאסוף כיסא בטיחות ממוצעים
- ☐ לאסוף קניות משילב
- ☐ לכבס כל דברי בד משילב
- ☐ להתקשר לסגל לתאם התקנה

רשימת קניות מחסני השוק

- ☐ חיתולים NB או שלב 1 (לשים לב לפי משקל)
- ☐ מגבונים לחים ללא אלכוהול
- ☐ תחליב לתינוק דר פישר
- ☐ אל סבון עדין דר' פישר
- ☐ ג'ל כביסה לתינוקות
- ☐ מרכך כביסה לתינוקות

רשימת קניות סופר פארם:

- ☐ מגבוני חיטוי ללא אלכוהול
- ☐ משחה קלנדולה חברת וולדה (צהוב)
- ☐ אלכוהול לחיטוי
- ☐ צמר גפן/ כריות קומסטיות
- ☐ חיתולי טטרה
- ☐ מדחום דיגיטלי ברקו