

LE PRIME USCITE con il neonato



Checklist per prime uscite a prova di imprevisto

GLI INDISPENSABILI



- **Ciuccio e porta ciuccio:** agganciato a bavaglio o maglietta. (Porta la sua scatolina)
- **Salviette:** (all'acqua) per pulire superfici, ciuccio e bocca al bambino
- **Bavagli:** più di uno è meglio
- **Disinfettante:** che sia gel o salviette, per le mani o qualcosa che cade
- **Mussole** di cotone o asciugamanino per rigurgiti

ALLATTAMENTO



Porta uno zaino, una felpa o qualcosa da mettere sulle tue gambe che sollevi il bambino (es. cuscino da viaggio) e aiuti ad allattare più comodamente possibile.

Al seno: porta una mussoia, para capezzolo se lo usi.

Artificiale: se conti di stare fuori non più di 2 ore, preparalo a casa e portalo già nel biberon. Se l'uscita è più lunga porta la dose di polvere a parte, un thermos di acqua bollente e un termometro da cucina. La polvere va sterilizzata a 70*.

ABBIGLIAMENTO



Vesti il tuo neonato **sempre a strati**. In modo da poterlo spogliare di uno strato o aggiungerne uno. Non esagerare negli strati da indossare. Porta sempre:

- Cambio di scorta completo di calze, body, vestiti esterni
- Cappellino, copertina/sacco termico/copertura solare a seconda della stagione

PANNOLINO



Porta il **fasciatoio portatile** con:

- salviette, sacchettino emergenze e traversa
- pannolini di scorta (almeno 3)
- crema cambio

LE TUE COSE



Ricordatevi l'occorrente anche per voi!

Portafoglio

Chiavi

Fazzoletti

Telefono

Eventuali medicine

Acqua (soprattutto se allattamento al seno)

Snack

Per comodità usa la stessa borsa per tutto e tieni per te solo una pochette o un marsupio con dentro telefono, chiavi e portafoglio.

Per leggere l'articolo completo con i link ai prodotti più utili, [clicca qui!](#)

Buona passeggiata!

