# Topošās mātes slimnīcas kontrolsaraksts

| **Jā/Nē** | **Mātei** |
| --- | --- |
| Jā/Nē | Naktsveļa |
| Jā/Nē | Peldmētelis |
| Jā/Nē | Zeķes |
| Jā/Nē | Čības |
| Jā/Nē | Grūtnieces apakšveļa |
| Jā/Nē | Pēcdzemdību krūšturis |
| Jā/Nē | Krūštura ieliktņi |
| Jā/Nē | Maiņas apģērbs un ērti apavi valkāšanai mājās |
| Jā/Nē | Vannas istabas piederumu komplekts, tostarp zobu suka |
| Jā/Nē | Matu gumija, ja nepieciešams |
| Jā/Nē | Lūpu mitrinātājs |
| Jā/Nē | Antibakteriālās salvetes |
| Jā/Nē | Masāžas eļļas vai losjoni |
| Jā/Nē | Elpas atsvaidzinātāji un uzkodas |
| Jā/Nē | Atpūtas līdzekļi: grāmatas, žurnāli, mūzika |
| Jā/Nē | Brilles, ja nepieciešams |
| Jā/Nē | Mobilais tālrunis un svarīgi tālruņa numuri |

| **Jā/Nē** | **Trenerim** |
| --- | --- |
| Jā/Nē | Pulkstenis ar hronometru |
| Jā/Nē | Kamera/videokamera un filmiņa/kasete |
| Jā/Nē | Vannas istabas piederumu komplekts, tostarp zobu suka |
| Jā/Nē | Apģērbu maiņa |
| Jā/Nē | Uzkodas un lasāmviela |
| Jā/Nē | Dolāra banknotes vai sīknauda uzkodu automātiem |
| Jā/Nē | Mobilais tālrunis/priekšapmaksas tālruņa karte |
| Jā/Nē | Svarīgu tālruņa numuru saraksts |

| **Jā/Nē** | **Bērnam** |
| --- | --- |
| Jā/Nē | Jaundzimušā autiņi |
| Jā/Nē | Bērna sedziņas |
| Jā/Nē | Jaundzimušā drēbes |
| Jā/Nē | Zeķes vai zābaciņi |
| Jā/Nē | Bērna cepurīte |
| Jā/Nē | Bērna sēdeklītis |