

rencana aksi setelah kelahiran



kehamilan & persalinan anda



NOMOR TELEPON

NOMOR KONTAK - BIDAN DI RUMAH SAKIT

NOMOR KONTAK - PASANGAN

NOMOR KONTAK - SUPIR

NOMOR KONTAK - BABYSITTER JIKA DIPERLUKAN

CADANGAN MITRA MELAHIRKAN

CADANGAN SUPIR

PERRUSAHAAN TAKSI

AMBULANS

Pastikan anda memiliki:

- Tas persalinan dan selama di rumah sakit (jangan lupa kamera, filmnya, dan baterai ekstra)
- Peta menuju rumah sakitl (Termasuk jalan alternatif atau jalan masuk lain saat jam sibuk)
- Lokasi untuk memarkir mobil anda