Die große Checkliste

KLINIKKOFFER

Etwa einen Monat vor der Geburt solltet ihr euren Klinikkoffer packen. In den gehören neben Sachen für euch auch die ersten Strampler fürs Baby. Damit ihr nichts vergesst, gibt es hier eine Checkliste mit den wichtigsten Dingen für Mama und Kind.
Und keine Angst: Alles, was ihr vergessen habt, kann euch der frischgebackene Papa ins Krankenhaus bringen.

Alles für die Geburt

- [ ] 1 Nachthemd oder langes Shirt, etwa knielang
- [ ] 1 Bademantel
- [ ] dicke Socken
- [ ] Massage-Öl
- [ ] 1 Haargummi bei langen Haaren
- [ ] kleine Schwämme zum Befeuchten des Gesichts
- [ ] Snacks für die werdende Mama und den aufgeregten Papa
- [ ] Säfte und andere Getränke
- [ ] nach Belieben was zu Lesen, Musik oder Rätselhefte für die Wartezeit
- [ ] Handy und Ladekabel
- [ ] .....

Alles für die Mama

- [ ] Hausschuhe / Schlappen
- [ ] 1–2 Nachthemden oder Schlafanzüge, am besten zum Knöpfen, damit ihr es beim Stillen leichter habt
- [ ] bequeme Kleidung, zum Beispiel eine Wohlfühlhose
- [ ] samt Sweatshirt oder ein Jogginganzug
- [ ] Kleidung für die Heimfahrt
- [ ] 2 Still-BHs
- [ ] Stilleinlagen
- [ ] 8 Einmalslips
- [ ] weiche Monatsbinden
- [ ] 2 Waschlappen
- [ ] Zahnbürste und Zahnpasta
- [ ] Duschgel und Shampoo
- [ ] Cremes und Kosmetika
- [ ] Haarbürste
- [ ] Taschentücher
- [ ] Bücher, Musik & Co. gegen Langeweile
- [ ] Ohrenstöpsel, falls die Zimmernachbarn schnarchen
- [ ] .....

Die große Checkliste

KLINIKKOFFER

Alles fürS Baby

- [ ] 2 Bodys (Größe 56 oder 62)
- [ ] 2 Strampler
- [ ] 1 Outfit für den Heimweg
- [ ] Söckchen
- [ ] Schnuller
- [ ] Jäckchen
- [ ] Mütze
- [ ] Spucktücher
- [ ] .....

Papierkram

- [ ] Mutterpass
- [ ] Personalausweis
- [ ] Familienstammbuch bzw. die eigene Geburtsurkunde bei ledigen Müttern
- [ ] Krankenkassen-Versicherungskarte
- [ ] .....

Weitere Notizen:

.....

.....

.....