

Checkliste für die Geburt



Für die Mama

Für die Geburt

- Mutterpass u. Personalausweis
- Krankenkassenkarte
- T-Shirt für die Geburt
- Bademantel
- warme Socken
- Hausschuhe
- Haarband
- Brille, solltest du Linsen tragen
- Massageöl
- Pflege für trockene Lippen
- Musik (MP3 Player, Handy)
- Kamera
- kleine Snacks u. Getränke
- Traubenzucker

Wochenstation

- Nachthemd oder Schlafanzug
- Still-BHs
- Kulturbeutel (Zahnpasta, Shampoo etc.)
- große Unterhosen
- große Binden
- Adressbuch, Papier u. Stifte
- Buch oder Zeitschrift
- Handy u. Ladegerät
- Geld
- Kleidung, die im 5. u 6. Monat passte



Für den Papa

- Nervennahrung
- ausreichend Kleingeld
- Handy oder Kamera
- Zahnbürste
- Wechselkleidung
- Liste mit Telefonnummern (um die Geburt zu verkünden)



Für das Baby

- 2 Bodys, Gr. 50/56
- 2 Hemdchen
- Strampler
- Strampelhose
- Pullover und/oder Jäckchen
- Baumwollmütze
- Decke
- warme Söckchen
- Spucktücher
- Windeln (1-2 Stück)
- Kuscheltier
- Kindersitz für die Heimfahrt