CHECKLISTE

DIE PERFEKTE KLINIKTASCHE

MUST HAVE:

- Mutterpass (+ evtl. Allergiepass)
- Personalausweis
- Versichertenkarte (falls privat versichert: Versicherungsnachweis)
- Einweisungsschein
- Handy + Ladekabel (o. wichtige Rufnummern + Adressen)
- Geld
- evtl. Brille

KULTURTASCHE:

- Deo
- Shampoo + Duschgel (evtl. Föhn)
- Haarbürste + Haargummis
- Schminktasche (Kosmetiktücher)
- Zahnbürste + Zahncreme
- Taschentücher
- Handtücher + Waschlappen
- Schmutzwäsche Beutel
- neutrale Hautcremes (Brustwarzencreme, Lippenbalsam)

KLAMOTTEN:

- Hausschuhe
- Bademantel
- 2 Still-BHs
- bequeme Jogginghosen
- 2 Schlafanzüge (besser Nachthemden zum Stillen)
- Unterwäsche (Einmalunterhosen, Binden, Stilleinlagen)
- Strümpfe / warme Socken (kalte Füße vermeiden)
- (Baumwoll-) Shirts (gerne älter, lang und weit)
- bequeme Kleidung (auch für den Entlassungstag)
- FÜR EUER KIND: Body, Jacke, Strampler (Gr. 50/56), Mütze u. Spucktücher, Decke
  Babyschale, Kindersitz zum sicheren Heim-Transport, Fläschchen mit Milchnahrung (solltet ihr nicht stillen)

SONSTIGES:

- Süßigkeiten (Kaugummis, Bonbons, Traubenzucker, Riegel, Kekse)
- Musikplayer + Kopfhörer (Hörbuch)
- Kamera + Akku + Speicherkarte
- Bücher oder Zeitschriften
- Stillkissen