

## Für die werdende Mama: Die Kliniktaschen-Checkliste

Kinder Second-Hand - Eisenacher Str. 78 - 10823 Berlin - 030/37587445

<u>Wichtige Dokumente:</u>	<u>Menge:</u>	<u>Was ich schon habe:</u>
Mutterpass	1	<input type="checkbox"/>
Versicherungskarte	1	<input type="checkbox"/>
Personalausweis	1	<input type="checkbox"/>
WENN VERHEIRATET: Familienstammbuch & Heiratsurkunde	2	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
WENN UNVERHEIRATET: Geburtsurkunde von Mama & Papa & Vaterschaftsanerkennung	3	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Weitere Unterlagen (z.B. Allergiepass)		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

<u>Für das Baby:</u>	<u>Größe:</u>	<u>Menge:</u>	<u>Was ich schon habe:</u>
Bodys (Frühchen brauchen eine kleinere Größe: 32-50)	50-56	2 - 3	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Strampler & Shirts	50-56	2 - 3	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Overall (für den Heimweg)	50-56	1	<input type="checkbox"/>
Mützchen (unabhängig der Jahreszeit)	Newborn	1	<input type="checkbox"/>
Söckchen	Newborn	1 - 2	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Babyschuhe	Newborn	1	<input type="checkbox"/>
Babyschale (WICHTIG: selbst, wenn man mit dem Taxi nach Hause fährt, brauchst Du eine Autoschale.)		1	<input type="checkbox"/>
Fußsack für Babyschale		1	<input type="checkbox"/>
Windeln (falls nicht vom Krankenhaus gestellt)	Newborn	1 Packung	<input type="checkbox"/>

<u>Für die Mama:</u>	<u>Menge:</u>	<u>Was ich schon habe:</u>
Langes Oberteil (z.B. Nachthemd, langes Shirt, Kleidchen)	2 - 4	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Weite Jogginghose	1 - 2	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Warme Strickjacke	1	<input type="checkbox"/>
Warme Socken (oder Hausschuhe)	1 - 3	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Bequeme (große) Slips / Pants	2 - 3	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Einmal-Slips / Netzschlüpfer	3 - 5	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Still-BHs	2 - 3	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Stilleinlagen (Anzahl schwankt stark von Frau zu Frau)	1 - 5	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Handtücher	3 - 4	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Saugfähige Einlagen (Drogerie, Apotheke)	1 Packung	<input type="checkbox"/>
Bequemes Outfit für den Heimweg (Kleidung, die ungefähr im 5. oder 6. Monat noch gepasst hat)	1 Outfit	<input type="checkbox"/>
Kulturbeutel (mit Shampoo, Duschgel, Zahnbürste, Zahnpasta, Haarbürste, Föhn, Bodylotion oder Hautcreme, die nicht geruchsintensive sind.)	1	<input type="checkbox"/>

<u>Für die Entbindung:</u>	<u>Menge:</u>	<u>Was ich schon habe:</u>
Massageöl	1	<input type="checkbox"/>
Lippenbalsam	1	<input type="checkbox"/>
Kamera (wenn gefilmt werden darf; Blitzlicht vermeiden!)	1	<input type="checkbox"/>
Bequemes Kissen / Stillkissen	1	<input type="checkbox"/>
Haarband (für gebärende Mamas mit langen Haaren)	1 - 2	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Etwas zur Beschäftigung (z.B. ein Buch, Hörspiel, Musikplayer oder eine Zeitschrift)	1 - 5	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Weitere persönliche Dinge: _____		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

<u>Für die Begleitung:</u>	<u>Menge:</u>	<u>Was ich schon habe:</u>
Leichte Kleidung (falls Dein Partner gerade von der Arbeit kommt und kein entsprechendes Outfit dabei hat)	1 - 2	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Bequemes Paar Schuhe	1	<input type="checkbox"/>
Handtuch (für den Fall der Fälle)	1	<input type="checkbox"/>

<u>Sonstiges:</u>	<u>Menge:</u>	<u>Was ich schon habe:</u>
Snackbox für danach (für Dich und Deine Begleitung; inkl. Erfrischungen & Lieblingssüßigkeiten)	lieber zu viel, als zu wenig	<input type="checkbox"/>
Beutel für Schmutzwäsche	1	<input type="checkbox"/>
Handy mit Ladekabel (oder Powerbank)	2	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Geld & Adressbuch (falls Handys nicht erlaubt sind)	2	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>