



Checkliste für deine Klinktasche

Für Dich

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Kleidung zum Verlassen des Krankenhauses | <input type="checkbox"/> Kissen (auch Stillkissen) |
| <input type="checkbox"/> Still-Bh | <input type="checkbox"/> Stilleinlagen |
| <input type="checkbox"/> Bademantel | <input type="checkbox"/> Haargummis |
| <input type="checkbox"/> Hausschuhe (am besten rutschfest) | <input type="checkbox"/> Ladekabel für dein Handy (falls du einen Laptop mitnimmst, denke auch hier an das Ladekabel) |
| <input type="checkbox"/> Nachthemd (min. 3 Stk.) | <input type="checkbox"/> Kamera |
| <input type="checkbox"/> Schlafanzug zum Stillen (min. 2 Stk.) | <input type="checkbox"/> Wichtige Telefonnummern (Notfallkontakt & Besuch) |
| <input type="checkbox"/> Dicke Socken | <input type="checkbox"/> Kulturbeutel mit Hygieneartikeln (Duschgel, Shampoo, Seife, Deo, Zahnbürste, Zahnpasta) |
| <input type="checkbox"/> bequeme Unterwäsche (min. 10 Stk.) - Falls du einen Kaiserschnitt haben solltest, sollte deine Unterwäsche über die Narbe gehen) | |
| <input type="checkbox"/> Waschlappen | |

Weitere wichtige Ausstattung für dich

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Personalausweis oder Reisepass | <input type="checkbox"/> Versichertenkarte |
| <input type="checkbox"/> Einweisung für Krankenhaus | <input type="checkbox"/> Kleingeld |
| <input type="checkbox"/> Geburtsurkunde / Heiratsurkunde | <input type="checkbox"/> Handy |
| <input type="checkbox"/> Mutterpass | <input type="checkbox"/> Ladegerät fürs Handy, Kamera und Pad |
| <input type="checkbox"/> Urkunde zur Vaterschaftsanerkennung | <input type="checkbox"/> Getränke und Snacks (Riegel, Schokolade, etc.) |
| <input type="checkbox"/> Allergiepass (falls du Allergien hast) | <input type="checkbox"/> Brillenetui + Reinigungstücher |

Für dein Baby

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Mütze & Schal | <input type="checkbox"/> Jacke |
| <input type="checkbox"/> Warme Decke | <input type="checkbox"/> Spucktücher |
| <input type="checkbox"/> Handtuch (groß und klein) | <input type="checkbox"/> Babydecke |
| <input type="checkbox"/> Pullover | <input type="checkbox"/> Einmal-Waschlappen / Feuchttücher auf Wasserbasis |
| <input type="checkbox"/> 3 Body (Größe 50 - 68, je nach Größe deines Babys) | <input type="checkbox"/> Schnuller |
| <input type="checkbox"/> 3 Strampler | <input type="checkbox"/> Wundcreme |
| <input type="checkbox"/> 1 Hose | <input type="checkbox"/> Windeln |
| <input type="checkbox"/> 1 Paar Socken | |

Für deine Begleitperson

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Personalausweis | <input type="checkbox"/> Kulturbeutel mit Hygieneartikeln (Duschgel, Shampoo, Seife, Deo, Zahnbürste, Zahnpasta) |
| <input type="checkbox"/> Kamera mit Batterien / Akku + Ladekabel | <input type="checkbox"/> Bücher / Laptop / Pad zur Beschäftigung |
| <input type="checkbox"/> Bequeme Kleidung | <input type="checkbox"/> Getränke und Verpflegung |
| <input type="checkbox"/> Hausschuhe | <input type="checkbox"/> Handy + Ladekabel |
| <input type="checkbox"/> Unterwäsche | <input type="checkbox"/> Kleingeld |
| <input type="checkbox"/> Handtücher | |