



Checkliste für deine Kliniktasche

Im Kreissaal

Dokumentenmappe

- Mutter-Kind-Pass
- Krankenversicherungskarte
- eure Geburtsurkunden in Kopie
- eure Personalausweise in Kopie
- Heiratsurkunde oder Vaterschaftsanerkennung

Bequeme Kleidung

- Hose mit weitem Bund
- Stillshirt oder ein Still-Nachthemd
- Nachthemd
- Pantoffeln
- warme Socken
- Strickjacke

Kulturbeutel

- Körperpflege- und Hygieneartikel
- Waschlappen, Handtuch
- Lippenbalsam
- Haarspange oder Haarband

Snacks & Getränke

- gesunde Snacks, die Energie liefern
- große Trinkflasche oder Thermosflasche mit Teebeuteln
- eventuell Kleingeld für den Snackautomaten

Zeitvertreib & Accessoires

- Buch oder Zeitung, Tagebuch
- Handy mit Ladekabel
- Laptop / Tablet mit Ladekabel
- Lautsprecherbox
- Raumduft oder eigene Lampe

Für deinen Partner

- bequeme Kleidung (T-Shirt, Jogginghose und Pantoffeln)
- Zahnbürste
- kleine Brotzeit, Snacks und ein Getränk

Im Wochenbett

Für dich

- 3 Hosen (Jogginghosen, Leggings)
- Morgenmantel
- 4 Still-Oberteile

Windelbär e.U.

Anton Renk-Straße 8
A-6330 Kufstein
Tel. +43 676 5768246
media@windelbaer.com

ökologisch und sozial nachhaltig für dein Baby
www.windelbaer.com



- 2 aufknöpfbare Nachthemden / Schlafanzugoberteile
- mehrere Still-BHs und Unterhosen
- Stilleinlagen & Brustwarzensalbe
- Handtücher, Waschlappen & Haarföhn
- Binden, Vlies- oder Flockenwindeln
- Bauchgurt
- Beutel für Schmutzwäsche
- Stillkissen

Für dein Baby

- In Gr. 50-56: mehrere Bodys, Wickeljäckchen, Strampler
- Kuschedecke
- mehrere Puck- und Spucktücher
- eventuell Stoffwindeln

Für den Heimweg

- Baby-Autositz
- weite frische Kleidung für dich
- Baby-Kleidung
- Wärmflasche / warmes Kirschkernsäckchen / warme Decke