

CHECKLISTE HAUSGEBURT

Für die Geburt:

- Abdeckfolie o. Malerplane o. altes Laken
- heizbares Geburtszimmer
- abdunkelbares Geburtszimmer
- Getränke und Snacks
- optional: Geburtspool
- optional: Poolfolie für Geburtspool

Für nach der Geburt:

- (alte) Handtücher (5-10 Stück)
- (alte) Waschlappen
- Mülltüten
- Wärmflasche
- große Schüssel
- Pelz Protect- Vlieseinlagen
- Wöchnerinnenslips
- Kühlpads (im TK oder Kühlschrank)
- frisches Bettlaken u. frische Bettwäsche
- helle Lampe (für das Nähen eines Dammrisses)
- Kleidung für Neugeborenes

Für den Notfall:

- gepackte Kliniktasche für dich
- gepackte Kliniktasche für dein Kind
- Baby- Autoschale
- fahrtüchtiges Auto vor der Haustür

Wichtige Papiere:

- Mutterpass
- Personalausweis
- Krankenversicherungskarte