



Checklist met spullen die je nodig hebt voor jezelf, je baby en de bevalling.

Benodigheden voor thuisbevalling

- matrasbeschermer *
- 10 celstofmatjes *
- 1 navelklem *
- 2 vuilniszakken
- 2 emmers
- 1 à 2 aluminium kruiken met hoezen
- bedklossen
- 70% alcohol *
- steriele gaasjes *
- desinfecterende zeep

Benodigheden ziekenhuis

- legitimatiebewijs
- erkenningsbewijs of trouwboekje (voor aangifte)
- zwangerschapskaart
- shirt/nachthemd
- ochtendjas met slippers
- toiletartikelen
- ondergoed
- sokken
- schone kleding voor na de bevalling
- voedingsbeha
- rompertje/ pakje/ sokjes/ muts/ jasje
- maxi cosi
- dekentje
- foto/videocamera
- geld (2 euro munt voor rolstoel)

Benodigheden voor de baby

- 6 rompertjes
- 6 truitjes en broekjes of boxpakjes
- 12 hydrofiel luiers
- 6 hydrofiel washandjes

- 6 spuugdoekjes
- 1 matrasje 6 cm (wiege)
- 1 matrasje 9 cm (ledikant)
- 1 molton of moltonhoes als matrasbeschermer
- 2 onderlakens of hoeslakens
- 3 bovenlakens
- 2 dekentjes (wol of katoen)
- 1 à 2 aluminium kruiken met hoezen
- 1 aankleedkussen met 2 hoezen
- 1 babybadje met standaard of tummy tub
- 1 babyshampoo
- 1 babyolie
- 1 badolie
- 1 babyzalf
- 1 haarborstel en kammetje
- 2 badcapes
- 2 kleine mutsjes
- 1 thermometer
- 1 nagelvijltje

Bij flesvoeding

- 2 flessen inclusief spenen
- 1 flessenrager / 1 flessenwarmer
- 1 pak flesvoeding; standaard nummer 1

Benodigheden voor de kraamvrouw

- 2 sets bed verschoning
- 1 digitale thermometer (geen oorthermometer)
- 1 pak kraamverband *
- 2 pakken maandverband *
- 1 pak zigzagwatten *
- 1 maatkan
- zoogcompressen

★ zitten in het kraampakket welke je krijgt van de zorgverzekeraar.