



## Checkliste für deine Kliniktasche

### 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"/> Versicherungskarte                             |
| <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                              |  |