



Puuwai Familienbegleitung

Checkliste Kliniktasche



Für Dich

- ♥ Kulturbeutel mit den üblichen Reiseprodukten (möglichst duftneutral)
- ♥ Handtuch, Duschtuch, (Einweg-)waschlappen
- ♥ Hausschuhe & (dicke) Socken
- ♥ Jogginganzüge / Schlafanzüge / Nachthemden – Oberteile stillfreundlich wählen
- ♥ Still BH's & gemütliche Slips (wenn man nicht die Netz-Slips tragen möchte)
- ♥ Strickjacke o.ä.
- ♥ evtl. Bademantel
- ♥ Schmutzwäschebeutel
- ♥ Lieblingsmusik/Buch/Zeitschrift
- ♥ Handy & Ladekabel
- ♥ Kleingeld
- ♥ Ohrstöpsel
- ♥ Gemütliche Kleidung zur Entlassung

Zur Entbindung

- ♥ hochwertiger Aromaduft (für gute Laune, Kraft tanken oder einfach wohlfühlen)
- ♥ Labello
- ♥ Brille (bei Kontaktlinsenträgerinnen)
- ♥ Verpflegung (süße / herzhafte / frische Snacks & Getränke)
- ♥ Baumwoll Shirts / Nachthemden, die auch dreckig werden dürfen
- ♥ Igelball zur Massage plus Öl
- ♥ eigenes Still-/Kuschelkissen

Für Deine Begleitperson

- ♥ Bequeme Kleidung & Schuhe
- ♥ Snacks & Getränke
- ♥ Handy & Ladekabel
- ♥ Kleingeld

Für Dein Baby (zur Entlassung)

- ♥ Babyschale / Kinderwagen / Tuch oder Trage – nach Wahl
- ♥ Spucktuch
- ♥ Babys „erstes Ausgeh-Dress“ je nach Jahreszeit
- ♥ Babydecke

Wichtige Dokumente

- ♥ Mutterpass (+ ggf. Allergiepass)
- ♥ Versichertenkarte
- ♥ Stammbuch inkl. Heiratsurkunde / Geburtsurkunde / ggf. Vaterschaftsanerkennung
- ♥ Personalausweis
- ♥ Einweisung vom Gynäkologen
- ♥ Geburtsplan (wenn vorhanden)

Nicht zwingend notwendig aber eine nette Geste –
ein kleines Dankeschön für Hebammen, Schwestern, Mitarbeiter.

