

# Checkliste Kliniktasche für die Geburt

## Tipps für euch von littlegreenie

### FÜR DIE MAMA

#### ... für die Geburt:

- Bequeme, nicht zu warme Kleidung
- Ein bis zwei längere T-Shirts bzw. (Nacht-) Hemden
- Sweat- oder Strickjacke
- 2 Paar warme Socken
- Hausschuhe
- Bei langen Haaren: Haargummi oder Haarspange
- Lieblingsgetränk, Snacks und Nervennahrung
- Playlist mit deinen Lieblingsongs inkl. Kopfhörer
- Lippenbalsam

#### ... für die Zeit in der Klinik:

- Bequeme Kleidung für tagsüber
- Oberteile mit Stillfunktion
- Nachtwäsche, ebenfalls zum mit Knöpfen o.ä. zum Stillen
- Bademantel oder Strick- bzw. Sweatjacke
- Hausschuhe
- 2 Still-BHs ohne Bügel
- Stilleinlagen
- Kochfeste Baumwollslips oder Wegwerfslips
- Saugfähige, dicke Einlagen ohne Plastikfolie für den Wochenfluss
- Handtücher und Waschlappen
- Hygieneartikel nach deinem persönlichen Bedarf
- Kleidung für den Heimweg
- Handy und Ladekabel
- Bücher, Zeitschriften o.ä.
- Kleingeld



# Checkliste Kliniktasche für die Geburt

## Tipps für euch von littlegreenie

### FÜR DAS BABY

- Kleidung für den Weg nach Hause in Größe 56
- ggf. eine warme Decke, ein Overall und eine dicke Mütze
- Babyschale fürs Auto bzw. Kinderwagen oder Tragetuch
- Wenn gewünscht: eigene Windeln, Feuchttücher und/oder Wundschutzcreme
- Wenn gewünscht: eine Spieluhr o.ä.

### FÜR DEN/DIE PARTNER\*IN

- Leichte, bequeme Kleidung
- bequeme Schuhe
- Getränke und Snacks
- Handy und Ladekabel
- Falls zutreffend: Kleidung und Hygieneartikel für den Klinikaufenthalt

### DOKUMENTE

#### ... für die Zeit in der Klinik:

- Dein Mutterpass
- Deine Krankenversicherungskarte
- Falls vorhanden: Einweisung in die Klinik
- Falls vorhanden: Dein Geburtsplan
- Falls vorhanden: Dein Allergiepass

#### ... für die Beantragung der Geburtsurkunde

- Gültige Ausweisdokumente der Mutter bzw. beider Eltern
- Geburtsurkunde der Mutter bzw. beider Eltern
- Falls zutreffend: Familienbuch inkl. Heiratsurkunde
- Falls zutreffend: Urkunde über die Vaterschaftsanerkennung

