

Checkliste für die **Kliniktasche**

Wichtige Dokumente

- Mutterpass
- Krankenversicherungskarte
- Personalausweis
- Kliniküberweisung Deines Arztes
- Familienstammbuch oder Heiratsurkunde
- Allergieausweis



Für Dich

- Lange T-Shirts
- Eine Strickjacke
- Weite Jogginghosen
- Kuschelsocken
- Hygieneartikel
- Handtücher und Waschlappen
- Gemütliche Hausschuhe
- Bonbons, Kaugummis oder Schokolade als Energielieferant
- Kleidung für den Tag der Entlassung
- Schlafanzüge oder Nachthemden mit Stillfunktion
- Binden für das Wochenbett
- Stillhütchen
- Still-BHs

- Hörspiele
- Zeitschriften oder ein gutes Buch
- Beutel für Schmutzwäsche
- Ladekabel fürs Handy
- Bargeld



Für Dein Baby

- Spucktuch
- Wickel-Body, Jäckchen, Mützchen, Strampler und Söckchen
- Kuschelecke
- 2-3 Windeln für den Heimweg
- Je nach Jahreszeit auch einen Overall
- Einen Kinderwagen / eine Babyschale für den Transport nach Hause