



HAUSGEBURT CHECKLISTE

Du benötigst:

- min. 10 Handtücher
- 2-3 Bettlaken
- min. 10 Netzunterhosen oder große Baumwollunterhosen
- 2 Packungen Wickelunterlagen
- Binden 50Stk. (Pelzys oder Strampelpeter)
- Musik, Massageöle, Kerzen, Geburtsbad
- Totes Meersalz (2 Packungen)
- Isomatte oder Matten zum Knien
- Blaue Müllbeutel
- Reguläre Müllbeutel
- Wäschekorb zum Wäscheabwurf
- Schüssel (ca. 30cm Durchmesser)
- Tablett (für Medikamente)
- 3-5 Kondome mit Wasser gefüllt, gefroren
- 2 Packungen Erbsen in Gefrierbeuteln, gefroren
- Partybecher
- Schere
- Panzertape
- Malervlies

Aus Malervlies, Blauen Säcken und Panzertape werde ich eine Unterlage fürs Bett / Sofa basteln.

Vorsichtshalber sollte eine Kliniktasche gepackt werden. Und der Autositz mit einer Garnitur fürs Baby bestückt sein.

Bitte schaut auch, dass genügend Verpflegung und Getränke für die Geburt vorhanden sind.

Für nach der Geburt bräuchten wir sicherlich etwas zum Anstoßen

Am Besten ihr räumt alle Geburtsutensilien schonmal vorab an einen geeigneten Ort, dann habt ihr alles beisammen 😊

