

Vluchttas + baby uitzetlijst

Een praktische paklijst voor ziekenhuis, bevalling, partner, baby en de eerste kraamweek. Gebruik deze lijst als voorbereiding en stem medische of persoonlijke vragen af met je verloskundige of kraamzorgorganisatie.

Tip: zet de tas uiterlijk in de laatste weken klaar, maar begin eerder met spullen die je niet dagelijks gebruikt. Leg laatste-moment-items op een aparte kaart.

Ziekenhuistas in 4 vakken

Mama

- ID, zorgpas en eventueel bevalplan
- Comfortabele kleding en warm vest
- Toilettas, lippenbalsem, elastiekjes
- Slippers of sokken

Baby

- 2 setjes kleding in maat 50/56
- Mutsje, sokjes en omslagdoek
- Luiers en hydrofiele doek
- Autostoeltje klaar in auto

Partner

- Telefoon, oplader en betaalpas
- Snacks en drinken
- Extra shirt of vest
- Belangrijke telefoonnummers

Laatste moment

- Telefoon en oplader
- Medicijnen indien van toepassing
- Bril of lenzen
- Verse documenten of kaartjes

Baby uitzet: nodig, handig, later kopen

Nodig

Handig

Later kopen

Rompertjes, kleertjes, luiers, hydrofiele doeken, dekentjes, veilig slaapplek.	Extra doeken, voedingskussen, tweede thermometer, mandje voor verzorging.	Veel speelgoed, meerdere maten voorraad, dubbele gadgets, seizoensspullen die nog niet nodig zijn.
--	---	--

Kraamweek klaarzetten

- Kraampakket gecontroleerd
- Bedverhogers indien nodig geregeld
- Verzekeringsgegevens en kraamzorggegevens bij de hand
- Geboorteaangifte en babyverzekering als taak genoteerd

AanmeldenKraamzorg.nl geeft algemene informatie en geen medisch advies.