

De (nood)tas voor de bevalling

Wat is belangrijk om mee te nemen in de (nood)tas?

Voor moeder:

Kleding:

- ☐ Kleding om in te bevallen,
(een longshirt bijv. wat makkelijk uit kan)
- ☐ Extra T-shirt
- ☐ Nachthemd
- ☐ Sokken
- ☐ Makkelijke kleding voor het naar huis gaan
- ☐ Ruime slips of netbroekjes
- ☐ Voedingsbh
- ☐ Pantoffels en/of slippers

Persoonlijke verzorging:

- ☐ Toiletartikelen
- ☐ Bril / lenzen + benodigdheden
- ☐ Lippenbalsem
- ☐ Evt. medicijnen

De spullen die je zelf graag nog meeneemt:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Voor de baby:

Kleding:

- ☐ Eerste pakje van de baby
- ☐ Mutsjes (3x)
- ☐ Rompertjes maat 50-56 (2x)
- ☐ Kleertjes maat 50-56 (2x)
- ☐ Sokjes (2x)
- ☐ Jasje

Praktisch:

- ☐ Maxi-Cosi
- ☐ evt. Maxi-Cosi voetenzak voor in de winter
- ☐ Dekentje (bij voorkeur wol in de winter)
- ☐ Omslagdoek

Eten en drinken:

- ☐ Druivensuiker
- ☐ Kauwgom of verfrissende pepermuntjes o.i.d.
- ☐ Snelle snacks
- ☐ Flesje met drinktuit of rietje

Divers:

- ☐ Telefoon, evt. tablet en opladers
- ☐ Evt. muziekboxje
- ☐ Verloskundige-kaart
- ☐ ID-bewijs, pinpas, zorgpas
- ☐ Ziekenhuisregistratiepas
- ☐ Sleutels
- ☐ Celstofmatje voor op de autostoel
(voor als de vliezen breken/gebroken zijn)