

Checklist bevalling

kraampakket (via je verzekering of te koop bij de thuiszorgwinkel)

- vuilniszakken
- emmer
- felle verplaatsbare lamp
- klossen (vanaf 37 weken op te halen bij Evean winkel)
- ondersteek (zie klossen)
- 2 kruiken met kruikenzak
- ca. 10 hydrofiele luiers
- aankleedkussen met hoes
- minstens 2 mutsjes
- ca. 6 rompertjes maat 50/56
- ca. 6 pakjes
- spuugdoekjes
- luiers (newborn)
- billendoekjes
- vaseline
- digitale thermometer (geen oorthermometer)
- babybadje/-emmer
- wieg/bedje
- molton onderlegger voor in bedje
- 2 hoeslakens
- dekenkje (geen dekbed)

Zowel voor een thuisbevalling als een poliklinische bevalling is het handig om een koffertje met de volgende dingen klaar te hebben staan.

- nachthemd of shirt om in te bevallen
- nachthemd of shirt voor na de bevalling
- ondergoed
- toiletartikelen, tandenborstel, zeep enzovoorts
- warme sokken
- (lippenbalsem en druivensuiker)
- babykleertjes: romper, pakje, 2 mutsjes, sokken, warme deken of jasje
- fototoestel
- verzekeringsgegevens en ponskaartje/stickers van het ziekenhuis waar je wilt bevallen