

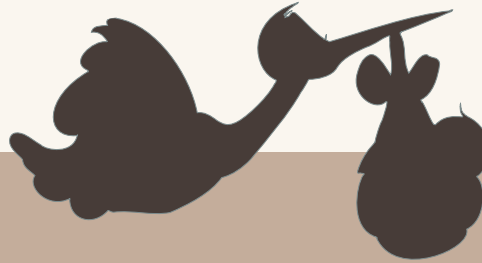
KRAAMWEEK

Check List



KRAAMKNUFFEL

Veel zorg en knuffels



Voor de baby

- ☐ 6–8 rompertjes (maat 50/56)
- ☐ 6–8 setjes kleding (pakjes, broekjes, shirtjes)
- ☐ 2 babymutsjes
- ☐ 3–4 babydekentjes
- ☐ 2 kruiken + kruikenzakken
- ☐ Wieg of ledikant met stevig matras
- ☐ 3 molton onderleggers
- ☐ 3 hoeslakens
- ☐ Aankleedkussen + hoezen (min. 2)
- ☐ Badje of Tummy Tub
- ☐ Badcape (min. 2)
- ☐ Luiers (newborn-maat)
- ☐ Billenzalf
- ☐ Babydoekjes of washandjes
- ☐ Zachte babyborstel
- ☐ Digitale thermometer
- ☐ Flesjes (indien geen borstvoeding)
- ☐ Speen (optioneel)
- ☐ Nagelvijl of babyvijl
- ☐ Autostoeltje (groep 0)

Vluchttas voor baby

- ☐ 2 rompertjes
- ☐ 2 pakjes maat 46/50/56
- ☐ Mutsje
- ☐ Jasje / dekentje

Voor de mama

- ☐ Kraamverband (min. 2 pakken)
- ☐ Netbroekjes of wegwerp onderbroeken
- ☐ Zoogcompressen
- ☐ Borstvoedingsbeha's
- ☐ Kolfapparaat (indien gewenst)
- ☐ Voedingskussen
- ☐ Comfortabele kleding en pyjama's
- ☐ Ochtendjas + pantoffels
- ☐ Tissues, snacks, waterfles naast het bed
- ☐ 10 celstofmatjes
- ☐ 2 pakken steriele gaasjes
- ☐ 1 flesje alcohol 70% (ook voor thuisbevalling)
- ☐ Thermometer (digitaal)
- ☐ Goed werkend toilet + warm water

Vluchttas mama

- ☐ Verzekeringspas + ID
- ☐ Zwangerschapskaart
- ☐ Nachtpajon of T-shirt (voor tijdens bevalling)
- ☐ Ochtendjas + sloffen
- ☐ Ondergoed + voedingsbeha's
- ☐ Kraamverband
- ☐ Toiletartikelen
- ☐ Flesje water / snacks
- ☐ Telefoon + oplader
- ☐ Kleingeld voor parkeerautomaat
- ☐ Kleding om in naar huis te gaan

Voor de thuisbevalling

- ☐ Matrasbeschermer (zeil of onderlegger)
- ☐ 2 emmers (1 voor water, 1 voor afval)
- ☐ Afvalzakken
- ☐ Voldoende handdoeken + washandjes
- ☐ Kraampakket (vaak via verzekering)
- ☐ Opgemaakt wiegje in de buurt

