

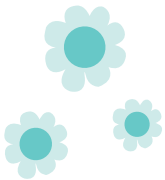


Wat moet er in de vluchtkoffer?



Belangrijke documenten

- Identiteitsbewijs
- Verzekeringpapieren
- Papieren van de verloskundige of zwangerschapskaart



Overige

- Tijdschriften of een boek
- Liefelingsmuziek & koptelefoon
- Smartphone & oplader
- Kleingeld voor parkeren en drank- of snackautomaat
- Massageolie
- Oordopjes om even tot rust te kunnen komen
- Dagboek om de eerste herinneringen in op te schrijven
- Waszak



Mama

Kleding voor mama

- Een (oud) nachthemd of een lang shirt voor de bevalling
- 4-5 nachthemden of pyjama's met voedingsfunctie
- 2-3 voedingsbeha's
- 6-8 katoenen slips, geschikt voor kookwas
- Badjas
- Slippers of pantoffels
- Dikke, warme sokken
- Joggingpak
- Een aangenaam, gebreid vest

Toiletartikelen voor mama

- Handdoeken & washandjes
- Tandborstel & tandpasta
- Douchegel & shampoo
- Deodorant & bodylotion
- Dagcrème & lippenbalsem
- Haarborstel, elastiekjes & reisföhn
- Kraamverband en borstcompressen



Baby

Voor de baby

- Spuugdoekjes
- Rompertjes & kruippakjes in maat 56 / 62
- Luiers
- Een vestje
- Mutsje
- Dekentje
- Speen
- Draagbaar autostoeltje



Info

De meeste spullen stelt het ziekenhuis ter beschikking. Het is alleen belangrijk om een kruippakje, een vestje, een mutsje, een dekentje en een luier klaar te leggen voor het vertrek uit het ziekenhuis. Maar al deze dingen kunnen ook op de laatste dag door papa worden meegebracht.



Papa

Voor papa

- Identiteitsbewijs
- Een set schone, comfortabele kleding & comfortabele schoenen
- Handdoek en douchegel
- Verkoelingspray of een waaier om mama in spé een beetje af te koelen
- Druivensuiker voor snelle energie ;)





A series of horizontal red lines for writing, spanning the width of the page.

