



## Voor mama TIJDENS DE BEVALLING



- \* Iets wat je afleiding geeft (tijdschrift, tablet, boeken, playlist, spelletjes)
- \* Tussendoortjes en drinken, licht verteerbaar
- \* Druivensuiker voor snelle energie
- \* Timer voor de weenen
- \* Fotocamera, mobiel om foto's te maken
- \* Pen en papier
- \* Klein geld voor drank/ snack automaat, rolstoel en parkeren
- \* Donker shirt- pyjama om te beval
- \* Badjas en warme sokken
- \* Flesje om uit te drinken
- \* Lippenbalsem
- \* Kruik waterzak - pittenzak

## Voor mama NA DE BEVALLING



- \* Schone, comfortabele kleding en schoenen om naar huis te gaan
- \* Slippers -pantoffels
- \* Pyjama, badjas
- \* Toiletpullen
- \* Ondergoed en stevige-voedings BH
- \* Oplader mobiel - tablet



## Voor partner OPTIONEEL



- \* Schone kleding
- \* Deodorant, tandenborstel
- \* Versnaperingen
- \* Boek -laptop -tablet

## Voor je baby



- \* 2 Rompertjes
  - \* 2 Setjes kleding
  - \* 2 Mutjes
  - \* 2 paar Sokjes
  - \* Jasje
- \* Dekentje / omslagdoek
  - \* Autostoel (test van tevoren hoe deze vast moet in de auto!!!)

## Belangrijk DOCUMENTEN



- \* ID bewijs
- \* Verzekering gegevens / pas
- \* Controle kaart Verloskundige
- \* Geboorteplan
- \* .....
- \* .....



# Lijst van laatste spullen TOEVOEGEN VOOR VERTREK:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---