

CHECKLISTE FÜR DEIN

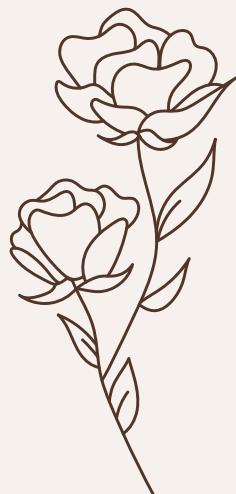
Wochenbett

PRODUKTE, DIE NÜTZLICH SEIN KÖNNTEN

- Eisbinden (Frag mich gerne bei Bedarf für eine Anleitung)
- Maxi-Binden in verschiedenen Größen + normale Binden
- große (Wochenbett-) Unterhosen ohne Gummizug
- Hämorrhoidensalbe
- Brustwarzensalbe
- Bondingtop
- Stilleinlagen
- Säuglings-Anfangs-Flaschennahrung
- Bauchweh-Öl zum Massieren
- kleines Wärmekissen
- Flaschenwärmer
- Thermoskanne
- Stilltee (wenn du nicht stillen möchtest: Pfefferminz- o. Salbeitee)
- Windeln Gr. 1
- Feuchttücher
- Kosmetiktücher o. Kompressen (für die Nabelpflege)

WAS ICH FÜR EINE ENTSPANNTE ZEIT ORGANISIEREN SOLLTE

- Unterstützung im Haushalt
- Essensplanung (Lieferdienste, Unterstützung beim Kochen, Vorräte)
- Unterstützung beim Einkaufen
- Ist Papas/Mamas Urlaub geregelt?
- Kontaktliste (Hebamme, Doula, Kinderärztin, Frauenärztin, ...)
- Elterngeld-Antrag vorbereiten
- Kindergeldantrag vorbereiten
- Antrag auf Feststellung der Kindererziehungszeiten
(Rentenversicherung) vorbereiten
- Wie soll der Besuch geregelt werden?
- Geschenkeliste erstellen
- Babyshooting besprechen
- Wer kümmert sich um die Geschwisterkinder?
- Wer kümmert sich um die Haustiere?
- Möchtet ihr eine Trageberatung?



DAS MÖCHTE ICH NOCH ORGANISIEREN

DIESE PRODUKTE MÖCHTE ICH NOCH BESORGEN