

# Checkliste

HOME

## FÜR DIE MAMA

- Plastikfreie Binden (z.Bsp. Samu Classic)
- Still-BH ( 1-2 Größen größer als vor der Geburt)
- Frauenmanteltee/ Hirtentäscheltee zur Rückbildung

## FÜR STILLENDE MÜTTER

- Stilltee
- Stillkissen
- Stilleinlagen
- Brustwarzenpflege: Lansinohsalbe
- Bei Milcheinschuss: Quark, Retterspitz, Kühlpacks oder Thermo-Perlen von Lansinoh
- PRE-Säuglingsnahrung (z.Bsp. HIPP Combiotic PRE), falls zugefüttert werden muss

## FÜR NICHT-STILLENDE MÜTTER

- Flaschen und Flaschensauger (z.Bsp. von Avent)
- PRE-Nahrung (z.BSP. HIPP Combiotik) keine 1er-Nahrung!
- Bei erhöhtem Allergierisiko in der Familie: HIPP Combiotic PRE HA
- ggf. Sterilisator
- Abgekochtes Wasser / geeignetes Trinkwasser für Säuglingsnahrung ( z.Bsp. Eiszeit / Saskia von Lidl) zur Nahrungszubereitung



## BABYGRUNDAUSSTATTUNG

- 5-6 Strampler (Gr.56-62)
- 2-4 Oberteile mit kurzen Ärmeln (Gr.56-62) am Besten zum Aufknöpfen
- 2-4 dünne Pullover (Gr.56-62)
- 5-6 Bodys am Besten mit seitlichen Druckknöpfen oder zum Binden (Gr.56-62), mindestens 2 Bodys aus Wolle / Seide und mindestens 2-3 mit langen Ärmel
- 2 Strumpfhosen / 2 Hosen aus leichtem Strick
- Pucksäckchen
- Schlafanzug (Gr. 62/68)
- Strickdecke (am Besten aus Wolle, Alpaka oder Cashmere)
- 2-3 Wollsocken
- 1-2 Mützen: Im Sommer aus Wolle/Seide, im Winter nur aus Wolle
- Fleece-oder Woll-Overall für den Winter
- Schlafsack (am Besten mit Ärmeln& aus Strickoder weichem Wollfleece) z.Bsp. von Alvi
- 1-2 Sommerhüte
- 1-2 Halstücher
- Windeln Gr. 1
- Fließ für den Kinderwagen im Winter
- Waschlappen und eine Schale für Wasser
- Zinksalbe / Calendula Wundschutzcreme von Weleda
- Mandelöl für trocken Haut / zum Baden (z.Bsp. von Lillydoo)
- Weiche Bürste / Kamm
- Thermometer für den Po
- Babynagelschere
- 15-20 Spucktücher
- Wind&Wettercreme (am Besten ohne Zusatz von Wasser)



- Sonnencreme 50+,z.Bsp. Paediprotect / Dermasence
- UV-Kleidung für Sommerkinder
- ggf. Babytrage / Tragetuch
- Weithalssauger Schnuller (Phillips Avent 0-6 Monate) ab 12.Woche  
Dentistar
- Babybadewanne / Wasserthermometer

