Vluchttas

|  |  |
| --- | --- |
|  |  **Belangrijk** |
|[ ]  Telefoon en oplader |
|[ ]  Portemonnee |
|[ ]  Identiteitsbewijs  |
|[ ]  Zorgpas |
|[ ]  Verloskundigen papieren |
|[ ]  Geboorteplan |
|[ ]  Muntgeld voor een rolstoel |
|  |  |
|  | **Kleding voor jou** |
|[ ]  Een luchtig shirt om in te bevallen |
|[ ]  Warme sokken *Vrouwen krijgen vaak koude voeten* *tijdens de bevalling* |
|[ ]  Voedingsbeha |
|[ ]  T-shirts of hemdjes |
|[ ]  Trui of vest |
|[ ]  Comfortabele broek |
|[ ]  Badjas |
|[ ]  Pyjama |
|[ ]  Pantoffels of slippers |
|  |  |
|  | **Kleding voor je partner** |
|[ ]  Broek |
|[ ]  Trui |
|[ ]  T shirt |
|[ ]  Ondergoed |
|[ ]  Zwembroek en handdoek *Als jullie samen in een bevalbad willen.* |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Toilettas** |
|[ ]  Tandenborstel en tandpasta *Voor jou en je partner* |
|[ ]  Deodorant *Voor jou en je partner* |
|[ ]  Haarborstel en elastiekjes |
|[ ]  Make-up remover en watjes |
|[ ]  Bril, lenzen en/ of lenzenvloeistof |
|[ ]  Lippenbalsem*Van het puffen en persen krijg je droge lippen*  |
|  |  |
|  | **Kleding voor je kindje** |
|[ ]  Twee rompertjes Maat 50 en 56 |
|[ ]  Twee shirtjes Maat 50 en 56 |
|[ ]  Twee broekjes Maat 50 en 56 |
|[ ]  Jasje Maat 50 en 56 |
|[ ]  Newborn luiers |
|[ ]  Omslagdoek of dekentje |
|[ ]  Twee paar sokjes |
|[ ]  Twee mutsjes |
|  |  |
|  | **Ook handig** |
|[ ]  Kraamverband *Deze zit in je kraampakket* |
|[ ]  Zoogkompressen |
|[ ]  Tussendoortjes |
|[ ]  Druivensuiker *Voor extra energie* |
|[ ]  Tijdschriften of een boek |
|[ ]  Fototoestel |