Wat stop ik in mijn vluchttas voor de bevalling?

Als je op het punt staat om te bevallen, wil je niets liever dan voorbereid zijn en zorgen dat je alles bij de hand hebt wat je nodig hebt. Het hebben van een goed samengestelde vluchttas voor de bevalling kan ervoor zorgen dat je je meer op je gemak voelt en dat je goed voorbereid bent op de komst van je baby. In dit artikel geef ik je een complete lijst met alle items die je moet meenemen in je vluchttas.

VOOR MAMA

- Comfortabele kleding om in te bevallen - wijde bevallingsjurk
- 2x setje schone kleding
- Nachtkleding - wijde pyjama
- Badjas
- Pantoffels/slippers
- Ruim ondergoed - Ik kocht XL oma onderbroeken :P
- Zwangerschaps-/voedingsbeha
- Warme sokken
- Toiletartikelen, cosmetica
- Bril of lenzen + lenzenvloeistof
- Flesje water en snack/druivensuiker en dadels.
- Opgeladen camera/telefoon (met oplader + geheugenkaart)
- Pinpas en kleingeld
- (euromuntstuk voor rolstoel)
- Identiteitsbewijs
- Zorgpas
- Papieren van de verloskundige
- Lijst met contactgegevens
- Geboorteplan

VOOR DE BABY

- 4 rompertjes in maat: 54, 56 en 58
- 4 shirtjes in maat: 54, 56 en 58
- 4 broekjes in maat: 54, 56 en 58
- 4 paar sokjes
- 4 mutsjes
- 2 Jasjes en/of vestjes in maat:54, 56 en 58
- 1 Omslagdoek
- 1 Dekentje
- 1 Fopspeen (ik neem er altijd meerdere mee voor de zekerheid)
- Maxi-Cosi

EXTRA TIPS

- Voedingskussen, om borstvoeding te geven
- Iets om jezelf mee te vermaken - Sudoku, woordpuzzel, e-reader etc.
-