

Bevallen; wat neem je mee naar het ziekenhuis

Voor jezelf

- › pasje zorgverzekering
- › identificatie (rijbewijs of paspoort)
- › een 2 euro munt voor in de rolstoel
- › toiletartikelen (zeep, kam, tandenborstel enz.)
- › t-shirt/nachthemden (waarvan 1 om te dragen tijdens de bevalling)
- › ruim zittende (jogging) broek
- › stevige (voedings) BH's
- › ondergoed (liever geen strings in verband met kraamverband)
- › sokken
- › badjas
- › pantoffels/ slippers
- › iets om te lezen
- › opladers voor je mobiele telefoon (of eventueel voor je laptop enz.)
- › eventueel iets te eten (een tussendoortje)

Voor je partner

- › nachtkleding en toiletartikelen (zeep, kam, tandenborstel enz.)

Voor de baby

- › 2 rompertjes (maat 50/56)
- › 2 pakjes (of broekjes met shirtjes) (maat 50/56)
- › een jasje (maat 50/56)
- › een mutsje
- › een dekentje of een reiszak
- › een autostoeltje voor vervoer naar huis
- › een (uitgekookt) flesje met speen (ook al wil je borstvoeding geven)

Tip

Print deze lijst uit en leg hem op je ziekenhuistas. Zo zie je meteen wat er al in zit en welke spullen er op het laatst nog bij moeten. Die zou je hieronder op kunnen schrijven.

- › mobiele telefoon (+ oplader)
- › fotocamera
- › pasje zorgverzekering
- › identificatie (rijbewijs of paspoort)
- ›

Laat waardevolle spullen zoals geld en sieraden zoveel mogelijk thuis. Het ziekenhuis is niet aansprakelijk voor eventueel verlies of diefstal.

