

WOCHENBETT CHECKLISTE



VORBEREITEN CA. 6-8 WOCHEN VOR ET

Dokumente:

- ☐ Anmeldung Kind: Unterlagen fürs Standesamt vorbereiten
- ☐ Antrag Elterngeld
- ☐ Antrag Kindergeld
- ☐ Anmeldung Krankenkasse
- ☐ Anmeldung Versicherung

TIPP:

Unterlagen für Anträge soweit wie möglich vorbereiten, ausdrucken und frankieren. Markieren, wo noch Daten eingefügt werden müssen, um dann im Wochenbett ganz unkompliziert alles fertig zu stellen :-)

FÜR GESCHWISTERKINDER:

Vorbereitend:

- ☐ Bücher zum Thema

Spielzeug:

- ☐ Beschäftigungsmöglichkeiten für ruhige Stillmomente

Kontakte:

- ☐ Hebamme
- ☐ Freunde & Familie
- ☐ Notfallnummern gut sichtbar aufhängen

Fürs Baby:

- ☐ Kleidung: siehe Checkliste "Babyausstattung"
- ☐ Wickelplatz
- ☐ Schlafplatz
- ☐ Tragemöglichkeit

Vorräte:

- ☐ Still-Kugeln oder Pralinen
- ☐ Knochenbrühe
- ☐ Quark
- ☐ leckere und gesunde Snacks
- ☐ Lieferdienste: für gesunde Zutaten und für Fast-Food

Hausapotheke

- ☐ Schmerzmittel
- ☐ Wundheilung (Sitzbad, Salben, Spray)
- ☐ Stillhilfen (Stilleinlagen,
- ☐ Brustwarzensalbe, Silberhütchen)