

## **Packliste für die Geburt**

### **Für die Mama**

- Dokumente: Niederlassungsbewilligung, Familienbuch oder Vaterschaftsanerkennung, Mutterpass, Blutgruppenkarte, Krankenkassenkarte,
- Ausländische Staatsangehörige benötigen einen Familienausweis oder ein Familienbüchlein sowie eine Wohnsitzbescheinigung, eine Passkopie und den Ausländerausweis sowie falls vorhanden die Heiratsurkunde
- Bequeme Kleider
  - für die Geburt: weite und bequeme Kleider, die sich gut an- und ausziehen lassen und schmutzig / nass werden dürfen. Bustier / Bikinioberteil/Tanktop für in die Badewanne
  - Wochenbettaufenthalt: weite und bequeme Kleidung mit Oberteilen, die sich leicht öffnen / verschieben lassen zum Stillen.
- Warme Socken für die Geburt
- Toilettenartikel, insbesondere Haargummi und Lippenpflegestift sowie verschriebene Medikamente
- Brille / Kontaktlinsen / Reinigungsflüssigkeit
- Persönliche Artikel für die Geburt z.B. Düfte, Öle, Musik
- Mobiltelefon und andere Multimediageräte (z.B. Musikbox) mit Ladekabel
- Snacks und bei Bedarf Lieblingsgetränke für Mama (UND Papa)
- Hausschuhe oder ABS-Socken

### **Für das Baby**

- Kleider für den Austrittstag
- Bei Bedarf Kinderautositz für den Heimweg

### **Im Spital vorhanden**

- Für das Baby: Kleider, Windeln
- Für die Mama: Unterhosen, Binden, Stilleinlagen
- Für beide: Stillkissen, Handtücher