

# Dit hoort er in je vluchttas

*Voor de geboorte*

## Voor je baby

- 2 rompertjes in maat 42-68
- 2 hemdjies in maat 42-68
- 1 lange katoenen broek in maat 42-68
- 2 paar sokken, afhankelijk van het jaargetijde: Muts en jasje voor onderweg naar huis
- 10 spugdoekjes
- 2-3 luiers maat 1 voor de dag van ontslag (kunnen ook op de dag van ontslag worden meegebracht)

## Voor jou tijdens de geboorte

- 1-2 comfortabele, wijde (sweat-)shirts of hemdjies
- 1-2 joggingbroeken of leggings met zachte broeksband
- 1 knus vest voor over je kleding
- Dikke sokken
- Pantoffels
- Kussen
- Massage- of lichaamsolie
- Lippenbalsem
- Lievelingsmuziek en -boek of tijdschriften
- Snacks om tussendoor kracht op te doen, bijv. mueslirepen, en theezakjes

## Voor het ziekenhuisverblijf

- Toilettas met föhn en alles wat je aan cosmetica nodig hebt.  
**Kleine tip:** Kies voor verzorgingsproducten met een neutrale geur
- 4 comfortabele, wijde nachthemden met knoopsluiting
- 2 voedingsbeha's en -compressen
- 1 groot pak kraamverband
- 4 kookvaste slips of wegwerpslips
- Badjas
- Handdoeken en vochtige cosmeticadoekjes
- 4 paar sokken of kniekousen
- Comfortabele feelgood kleding die je 2-3 maanden geleden goed paste
- Telefoonoplader

# Ontdek de juiste maat voor je baby

Lichaams grootte, leeftijd en gewicht zijn de belangrijkste factoren waarmee je de juiste kledingmaat voor je baby vaststelt. **Babyslaapzakken vormen daarop een uitzondering – daarvoor is alleen de lichaams grootte bepalend voor de juiste keuze.**

## Shirts en broeken

Lichaams grootte (in cm)	42	46	50	56	62	68	74	80	86	92	98
Leeftijd	pasgeborene	pasgeborene	pasgeborene	0 – 1 maanden	2 – 3 maanden	3 – 6 maanden	6 – 9 maanden	9 – 12 maanden	12 – 18 maanden	18 – 24 maanden	24 – 36 maanden
Gewicht	tot 3 kg	tot 3 kg	tot 3 kg	4,5 kg	6,5 kg	8 kg	9 kg	10 kg	11 kg	12,5 kg	16 kg

## Babyslaapzakken

Maat	50	60	70	80	90	100	110	120
Lichaams grootte (in cm)	50	60	70	80	90	100	110	120

