



# Vluchtbox

## Belangrijke papieren:

- Papieren van de verloskundige
- Identificatiebewijs
- Zorgpas
- Lijst met belangrijke telefoonnummers

## Voor de bevalling:

- Nachthemd / T-shirt met knoopsluiting (oud, het wordt vies)
- Ter ontspanning: boek, muziek
- Warme sokken
- Haarband / Haarelastiekje
- Eten en drinken
- Fototoestel of Filmcamera (opgeladen)
- Badjas (eventueel)
- Massageolie (eventueel)
- Lippenbalsem (eventueel)
- Onderlegger/ matje voor in de auto (in kraampakket)

## Eigen dingen:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

## Voor in het ziekenhuis:

- Wijde, comfortabele kleding
- Nachthemden en pyama's
- 2-3 (voedings)beha's of Beha's zonder beugels
- Zoogkompresen
- Ruim ondergoed
- Kraamverband
- Toilettas
- Oordopjes voor muziek
- Mobiele telefoon + oplader
- Geld
- Kraamzorgwijzer
- Sloffen / badslippers
- Tepelcrème (eventueel)
- Borstvoedingsthee (eventueel)

## Voor de baby:

- Rompers en pakjes in maat 50/56
- Sokjes
- Mutsje minimaal 3
- Kleding voor de reis naar huis
- Winter: Dikke jas, Babydekentje
- Zomer: Jasje, Babydekentje
- Autostoeltje / Maxi Cosi

## Hét expertisecentrum rondom zwangerschap, bevalling en kraamtijd!

Verkrijgbaar in onze webshop: [www.elliashop.com](http://www.elliashop.com)

en in onze expertisecentra te Naaldwijk (Prins Hendrikstraat 39-41) en Voorburg (Julianaplein 21a).

[www.elliashop.com](http://www.elliashop.com)

[www.moederkindpunt.nl](http://www.moederkindpunt.nl)

[info@elliashop.com](mailto:info@elliashop.com)



- In ons assortiment
- Niet in ons assortiment

