

BabySam ✓ Checklisten för bebis!

Förlossningsväskan

Till mamman:

- ☐ ID-handling
- ☐ Förlossningsbrev till barnmorskan (om det finns)
- ☐ 2-3 ombyten lösa och bekväma kläder och ev. tofflor
- ☐ Rejälä trosor för tiden efter förlossningen
- ☐ Necessär – hårborste, tandborste, tandkräm, deo m.m.
- ☐ Hårsnoddar/klämmor
- ☐ Läppbalsam (för alla flämtningar under förlossningen)
- ☐ Eventuellt en rulle mjukt toalettpapper (allt är mjukare än sjukhusets)
- ☐ Amnings-BH och amningsinlägg (engångs- och eventuellt ullinlägg)
- ☐ Eventuellt amningskudde (för att sitta bekvämt vid amning)
- ☐ Bröstvårkräm
- ☐ Mobil + laddare
- ☐ Hörlurar/högtalare + ev. en spellista till förlossningen
- ☐ Favoritsnacks och gärna något "riktigt" att äta

Till bebis:

- ☐ 2-3 ombyten kläder
- ☐ 2 mössor (det är kallt att komma ut ur magen, därför får bebisen mössa på)
- ☐ Ulloverall / åkpåse till hemresan (beroende på årstid)
- ☐ 2-3 små filter
- ☐ Gosedjur eller snuttefilt (sov gärna med den innan, så att den luktar som er)
- ☐ Babytäck / filt (beroende på årstid)
- ☐ Extra påslakan till babytäck vid olyckor
- ☐ Babyskydd (bilbarnstol)

Till partnern:

- ☐ ID-handling
- ☐ 2-3 ombyten
- ☐ Ev. en skjorta – snabb och enkel för hud-mot-hud-kontakt
- ☐ Necessär: deo, schampo, tandborste, tandkräm osv.
- ☐ Mobil och laddare
- ☐ Ev. hörlurar
- ☐ Favoritsnacks & dryck (snabb energiboost)
- ☐ Tuggummi (det brukar glädja den födande)

TIPS!

Kom ihåg att du har **365 dagars öppet köp** – om du köper något som inte kommer till användning.

Fjärde trimestern

Till mamman:

- ☐ Bekväma kläder och ev. tofflor
- ☐ Kläder som enkelt kan öppnas (amning och hud mot hud)
- ☐ Hårsnoddar/-klämmor
- ☐ Stora bindor
- ☐ Isbindor
- ☐ Stora trosor
- ☐ Intimusch/sköljflaska
- ☐ Ev. smärtstillande för eftervärkar
- ☐ Vattenflaska (man blir väldigt törstig av att amma)
- ☐ Snacks (man blir också sötsugen)
- ☐ 10-20 små muslin/bomullsfiltar
- ☐ 2-3 amnings-BH:ar
- ☐ Amningsinlägg
- ☐ 2-3 amningstoppar
- ☐ Amningskudde

- ☐ Bröstvårkräm
- ☐ Bröstpump
- ☐ Ev. amningsnapp
- ☐ Ev. ventilerande bröstskydd
- ☐ Små koppar för nedfrysning av mjölk
- ☐ Värmekudde (värme kan lösa upp mjölkstockningar)
- ☐ Ev. torrschampo (det gäller att prioritera sin tid)
- ☐ Mobil & powerbank
- ☐ White noise-app/gör en spellista

Till bebis:

- ☐ Nappflaskor
- ☐ Nappar & ev. napphållare
- ☐ Bärsele eller sjal (ger trygghet att vara helt nära)
- ☐ 5-10 dregglisar (bra att fånga upp lite kräk)
- ☐ Omlottbodys (enkla att ta på)
- ☐ Massor av blöjor
- ☐ Mild och parfymfri hudvård
- ☐ D-vitaminsdroppar
- ☐ Nagelsax
- ☐ Koksaltlösning för snuvig näsa
- ☐ Termometer
- ☐ Matstol med nyföddinsats
- ☐ Babygym samt leksaker
- ☐ Lekmatta, gärna med filt ovanpå i början

På promenaden

- ☐ Barnvagn/kombivagn (madrass kan behöva köpas separat)
- ☐ Lift (finns både som mjuk och hård)
- ☐ 2-3 lakan till madrassen och ev. också lakan till liften
- ☐ Babytäck/filt (beroende på årstid)
- ☐ Sov- eller åkpåse (beroende på årstid)
- ☐ Insektsnät och regnskydd
- ☐ Paraply eller solskärm till vagnen (om inte inbyggd)
- ☐ Barnvagnssele
- ☐ Kedjelås till barnvagnen
- ☐ Skötväska: skötoverlägg, blöjor, våtservetter, extra kläder osv.
- ☐ Barnvagnskudde (om inte inbyggd)
- ☐ Barnvagnshänge

Extra utrustning:

- ☐ Mugghållare
- ☐ Mobilhållare
- ☐ Shoppingnät till vagnens handtag
- ☐ Organizer till handtaget
- ☐ Snacksbricka
- ☐ Handvärmare (fästs på handtaget)
- ☐ Baby Rocker (kan vagga barnvagnen när den står stilla)

Sommarbebis

- ☐ 10 bodys i bomull, blandat kort- och långärmade
- ☐ 2-4 tröjor/koftor
- ☐ 2-4 t-shirts
- ☐ 3-4 par byxor
- ☐ 1-2 par shorts
- ☐ 2-3 par strumpbyxor
- ☐ 4-6 par strumpor
- ☐ 2-4 heldräkter/pyjamasar, både kort- och långärmade
- ☐ 2 tunna bomullsmössor
- ☐ 1 solhatt
- ☐ 1-2 stickade tröjor och/eller 1 jacka
- ☐ 5-10 dregglisar

På språng

- ☐ En bilbarnstol som passar barnets ålder och vikt
- ☐ Solskydd till bilens fönster
- ☐ Babyspegel
- ☐ Åkpåse/ulloverall (beroende på väder)
- ☐ Ulltofflor/hemmaskor (beroende på väder)
- ☐ Leksak + clips att fästa den med
- ☐ Vattenflaska eller nappflaska och ev. snacks

Extra tillbehör:

- ☐ Bilbarnstolsåkpåse
- ☐ Sätesskydd
- ☐ Organizer för förvaring & underhållning
- ☐ Adapter för att flytta bilbarnstolen till barnvagnen (OBS: inte möjligt med alla vagnar)

KOM IHÅG!

Du kan **boka en rådgivnings-session** i din lokala butik. **Det är gratis och helt utan förpliktelser**, och du får hjälp att hitta den utrustning som passar bäst för era behov. **Boka din tid på BabySam.se**

Vinterbebis

- ☐ 10 bodys, både kort- och långärmade
- ☐ 3-4 tröjor/koftor (kanske har turen att få hemstickat)
- ☐ 2-4 par byxor
- ☐ 2-4 par strumpbyxor
- ☐ 6-8 par ullstrumpor eller tjocka strumpor
- ☐ 2-4 heldräkter/pyjamasar
- ☐ 2 tunna mössor
- ☐ En mjuk overall (är lätt att röra sig i)
- ☐ Åkpåse/ulldräkt
- ☐ Vantar
- ☐ 5-10 dregglisar

Sovdags

- ☐ En säng samt madrass (en bedside crib/vagga/spjålsäng)
- ☐ Ev. hängvagga med motor
- ☐ Babynest (fungerar som en flyttbar sovplats)
- ☐ 3 set sängkläder + lakan
- ☐ Täcke (huvudkudde behövs först när barnet är äldre)
- ☐ Gosedjur/snuttefilt
- ☐ Sängskydd och ev. sänghimmel
- ☐ Mobil med lugn musik
- ☐ Nattlampa/nattbelysning (för att titta till barnet på natten)
- ☐ Babyvakt

Sköt- & vårdtid

- ☐ Skötbord eller byrå (i bra arbetshöjd)
- ☐ Skötbädd (ska vara lätt att rengöra)
- ☐ Blöjhink och refiller
- ☐ 10-20 tvättlappar/små filter
- ☐ Våtservetter/engångstvättlappar
- ☐ En termosflaska (om du inte har vattenkran i närheten)
- ☐ Korgar/lådor för förvaring
- ☐ En spännande mobil som barnet kan titta på
- ☐ Babybadkar, insats och ev. badkarstativ
- ☐ 2-3 handdukar / badponchos
- ☐ Filt att lägga över barnet i badet (gör badkaret mindre och mer tryggt)
- ☐ Badleksaker
- ☐ Babybadolja/-schampo
- ☐ Mild och parfymfri hudvård
- ☐ Finkam och borste (för skorv)