Hebamme Anne Haese

Gut vorbereitet fuer die ersten Tage zu Hause

Meine Checkliste zum Abhaken

Ruhe und Unterstuetzung

[ ] Hilfe bei Haushalt und Einkaeufen organisieren
[ ] Einfache Mahlzeiten vorkochen oder vorbereiten
[ ] Besuch nach eigenen Beduerfnissen planen

Praktisches

[ ] Wochenbettbinden und bequeme Kleidung
[ ] Wickelplatz und Babybekleidung vorbereiten
[ ] Wichtige Telefonnummern griffbereit halten

Begleitung

[ ] Hebammenkontakt und erste Besuchsabsprache klaeren
[ ] Fragen fuer die Hebamme notieren

Hinweis: Die Liste ist eine Orientierung und kann individuell angepasst werden. Bitte beachte die Hinweise deiner Geburtsklinik.

hebamme-anne.de | Sömmerda