

Schwangerschaft und Geburt

Checkliste

Vor der Geburt

- Ist der Geburtsort des Babys ausgewählt (Klinik, Geburtshaus, etc.)? Sind Sie dort angemeldet?
- Falls das Kind zu Hause zur Welt kommen soll: Ist für eine Hausgeburt alles Nötige vorbereitet?
- Haben Sie entschieden, wie Sie zum Geburtsort kommen? Steht ein Auto bereit, haben Sie die Taxinummer greifbar?

Der Tag der Geburt

- Ist die Kliniktasche gepackt?
- Sind Geschwisterkinder vorhanden? Ist geklärt, wer sich während der Geburt um diese kümmert?
- Ist geklärt, wer die Haustiere in Ihrer Abwesenheit betreut?
- Haben Sie alle wichtigen Nummern von Personen, die Sie über die Geburt informieren müssen in Ihrem Telefon gespeichert?

Die Zeit nach der Geburt

- Haben Sie eine Nachsorge-Hebamme für Hausbesuche nach der Geburt?
- Haben Sie eine vollständige Erstausrüstung für Ihr Baby?
- Ist Elterngeld beantragt? Steht Ihnen Mutterschaftsgeld zu, wenn ja haben Sie es beantragt?
- Haben Sie sich bei der Krankenkasse erkundigt, wie das Kind nach der Geburt versichert werden kann?
- Ist entschieden wie Sie die Elternzeit aufteilen wollen, bzw. wurde mit dem Arbeitgeber über die geplante Elternzeit gesprochen?
- Kann Ihr Partner nach der Geburt Urlaub nehmen?
- Liegen alle nötigen Unterlagen für die Anmeldung des Kindes nach der Geburt bereit?
- Haben Sie alles, was Sie in den ersten Tagen zuhause brauchen eingekauft? Wichtig wären ausreichend Vorräte an Lebensmitteln und Getränken, Binden für den Wochenfluss, Stilleinlagen, Windeln und Pflegeutensilien für Ihr Baby.
- Haben Sie sich für einen Rückbildungskurs angemeldet?