



# ARONS ZORG.

persoonlijke kraamzorg op maat

## Mama's vlucht tas

De bevalling komt steeds dichterbij. Ook al heb je niet gepland om in het ziekenhuis te bevallen, het kan zo maar zijn dat je er onverwachts naar toe moet. Het is dan wel zo fijn dat je al een aantal spulletjes zelf bij elkaar hebt gezocht en de belangrijkste spullen zijn ingepakt. Klaar voor het grijpen als het zo ver is, zodat jullie zonder stress jullie kleine wonder welkom kunnen heten!

### Kleding

- Makkelijke kleding om in te bevallen
- Makkelijk kleding voor na de bevalling
- Warme sokken
- Badjas
- Pyjama
- Sloffen/ Slippers
- Ondergoed
- Voedingsbeha

### Toiletartikelen

- Toiletpullen (denk ook aan een haar-elastiekje of een haarband)
- Cosmetica (denk ook aan lipbalsem)
- Eventuele medicijnen

### Overig

- Mobiele telefoon en oplader
- Foto- en/of videocamera (denk aan extra batterijen of de oplader)
- Iets om te lezen, iPod, notebook etc.
- Iets om te eten en/of drinken (ook voor de kraamvisite)
- Muntgeld (o.a. voor de rolstoel)

### Kleding voor de baby

- Rompertjes (2x)
- Setje kleren
- Sokjes
- Jasje
- Mutsje
- Omslagdoek
- Luiertjes

### Voor de baby

- Maxi Cosi
- Autostoeltje
- Fles

### Belangrijke papieren

- ID-bewijs (paspoort, rijbewijs)
- Gegevens van de verloskundige
- Zwangerschapskaart van de verloskundige
- Verzekeringsbewijs
- Ziekenhuispasje met correcte gegevens
- Eventueel trouwboekje
- Adresboekje met belangrijke telefoonnummers

### Bereikbaarheid Arons Zorg

Indien je naar het ziekenhuis gaat, verzoeken wij je dat aan Arons Zorg spoedig te melden. Wanneer je weet dat je het ziekenhuis mag verlaten, neem je zo snel mogelijk opnieuw contact op met Arons Zorg.

Telefoonnummer: (073) 631 23 42  
(24/7 bereikbaar bij urgentie)



(073) 631 23 42  
kraamzorg@aronszorg.nl  
www.aronszorg.nl

# ARONS ZORG.