

Checkliste für Frühchen & erste Zeit zu Hause

Weniger ist oft mehr. Diese Liste gibt dir eine ruhige Orientierung für den ersten Start.

— chillnfeel.com —

Frühchen

- ✔ Wickelbody's Gr. 42/44 (wenige)
- ✔ adaptive Hosen mit Zugang für Schläuche
- ✔ weiche Mütze Gr. 38 und Gr. 42/44 (keine Etiketten, keine Bündchen)
- ✔ weiche Decke (z.B. aus Pima Baumwolle)
- ✔ Mini-Windeln (besonders soft, ggf. Sondergröße)
- ✔ max. 1-2 Strampelsäcke
- ✔ Pflegeprodukte ohne Duftstoffe
- ✔ Mini-Oktopus zur Beruhigung

Frühchen – besonders wichtig:

- ✔ sanfte Kleidung ohne Hautreizungen
- ✔ wenige feste Bündchen oder Etiketten
- ✔ adaptive Größen, die auch für die Klinik geeignet sind

Für Zuhause

- ✔ bequemer Kurzarm-/Langarmbody Gr. 44/50
- ✔ Wickel- oder Schlafsack Gr. 44/50, atmungsaktiv und gut regulierend
- ✔ Pflegebereich:
Wickelauflage + mildes Waschmittel
- ✔ Schlafplatz:
Babybettchen, Federwiege oder Beistellbett
- ✔ Tragehilfen:
Kuscheltücher stärken die Bindung



chillnfeel.com

Diese Checkliste ist als Orientierung gedacht –
nicht als Pflicht. Nimm dir daraus, was zu euch passt.