

Dyn oantekeningen

Boarstkolf

Miskien hast in boarstkolf nedich, mar dat kinst fan tefoaren noch net witte. It is dêrom net nedich om al in kolf oan te skaffen ast noch yn ferwachting bist. Docht bliken datst dochs in kolf nedich hast, dan kinst dy by Isis Kraamzorg hie en/of keapje. Tegearre mei dyn kreamfersoarger en/of dyn laktaasjedeskundige kinst oerlizze hokker kolf it bêste by dy past.

Kreambank

Ast dyn poppeútset net sels betelje kinst, dan kinst by ús kreambank terjochte. Sjoch dêrfoar op ús webside: kraambank.nl

Isis Kraamzorg
Postbus 190, 8440 AD It Hearrenfean
K.R. Poststraat 131, 8448 EB It Hearrenfean
(0513) 727 042
info@isiskraamzorg.nl
www.isiskraamzorg.nl

¹ www.veiligheid.nl/kinderveiligheid/slappen/veilig-slappen/veilig-slappen-tips

² www.veiligheid.nl/kinderveiligheid/slappen/beddengoed

³ Yn in kreampakket datst meastal fia de fersekering krigest, sitte in soad nedichheden foar de kreamtiid en de befalling. Sjoch foar de wissichheid even oft dat by dyn fersekerder ek sa is.



Leafs(t) Isis

Poppeútset checklist

Op dizze checklist fynst alle nedichheden foar de befalling thús of yn it sikehûs. Fynst hjir ek in oersjoch fan it guod datst nedich hast by it fersoargjen fan dyn bern yn de earste wiken.

Telefoannûmer fan
Isis Kraamzorg
0513-727042

Foar de kreamtiid

Sliepe¹²

- twa krûken
- twa krûkesekken
- bedsje en/of ledikantsje (twa by in twaling)
- matras², minstens 8 sm dik (twa by in twaling)
- twa tekkentsjes (fjouwer by in twaling)
- trije hoeslekkentsjes (seis by in twaling)
- trije boppelekkentsjes (seis by in twaling)
- trije molton ruften

Klean

Ast poppeklean oanskafst, tink der dan oan dat de maat ôfhinklik is fan hoe grut oft dyn poppe is. Ast in soad oanskafst fan de lytste maat, wylst in grutte poppe ferwachtest, dan rinst de kâns dat de kleantsjes net mear passe. Om oan te jaan hokker maat oft by hokker lingte past, hawwe wy de ûndersteande tabel taheakke.

Poppe

Oant 50 sm

51 oant 56 sm

57 oant 62 sm

Kleanmaat

maat 50

maat 56

maat 62

De maten falle trouwens ferskillend út. Klean dy't handich binne om yn 'e hûs te hawwen, binne:

- romperkes
- truijes/broekjes of bokspakjes
- sokjes
- festje of jaske
- twa mûtskes

Badguod

- badsje/badstandert/eventueel Tummy Tub
- twa omslachdoeken (fjouwer by in twaling)
- waskgel sûnder sjippe

Fersoarging

- kommoade (minimale hichte 90 sm)
- klossen of in ferhege bêd (minimale hichte 80 sm)
- oanklaaikessen + hoezen
- hierboarsteltsje/kamke
- 12 hydrofile rompers (18 by in twaling)
- hydrofile waskhantsjes
- spuidoekjes
- faseline
- twa termometers (geskikt om rektaal te brûken)
- in pak billedoekjes
- jiske-ammerke + jiskepûdsjes
- fuortsmuoftuften of foarfoarme katoenen ruften
- bidon of skjinne flesse (om te spielen neidatst nei it hûske west hast)

By boarstfieding

- sûchkompressen
- in bh, sûnder bûgel, dy't goed past ast dyn poppe hast krigest

By keunstfieding

- ien sûchflesse + bypassende sobber (twa by in twaling)
- in blik of pakje keunstfieding
- flesse- en sobbersboarstel

Hûshâldlik

- himmeldoekjes
- amer + húshimmelguod
- dweil mei stôk

Kreampakket³

- in kreammatras
- tsien matsjes fan selstof
- twa pakken kreamferbân
- twa doaskes sterile gaaskes
- in pak watten
- in fleske alkohol 70%
- in nâleklam

Foar de sikehûsbefalling

Klearsette fan wike 36 ôf, ek by in thúsbefalling

- toiletartikels
- twa pyama's
- badjas
- twa setsjes ûnderguod
- twa pear waarme sokken
- pantoffels/slippers
- rom shirt foar befalling
- maklike klean foar de weromreis
- spuidoek
- twa setsjes poppeklean
- poppejaske/-festje
- poppemûtske
- omslachtekkentsje foar ûnderweis
- kreamkaart
- registraasjesertifikaat foar kreamsoarch
- telefoan + oplader
- fototastel/fideokamera
- autostuoltsje
- munten foar rolstoel (faak € 2)
- jild foar parkearmeter
- eventueel skjinne klean foar partner

Foar de thúsbefalling

- genôch bêdeguod
- ekstra kessens
- opstapke/kruk
- ûnderstekker
- twa amers + jiskepûden
- plestik seil
- tobke, waskblik
- needferljochting (bûslampe)

Tip: Omdat de fluezen spontaan brekke kinne, is it ferstannich om dyn matras te beskermjen as it hast safier is dat de poppe komt.

Tip: Ast nei it sikehûs giest, beskermje dyn autostoel dan mei in matsje fan selluloaze út dyn kreampakket.

