

Kliniktasche für den werdenden Papa

- Getränke
- gesunde Snacks wie Obst, Nüsse oder Müsliriegel als Nervennahrung
- etwas zu lesen für ruhige Phasen
- Entspannungsmusik, inklusive Kopfhörertragbare (Musikbox / CD Player / MP3 Player)
- Massageöl für Massagen der werdenden Mutter
- Kleingeld fürs Parkhaus sowie für den Getränke- oder Snackautomaten
- Hygieneartikel wie Deo, Zahnbürste und Zahnpasta
- Handtücher
- Wechselwäsche
- Handy und Ladegerät
- Kamera und Ladekabel für erste Schnappschüsse als kleine Familie
- Wichtig ist auch bequeme Kleidung, denn es kann unter Umständen ein langer Tag oder eine lange Nacht werden.
- Badehose, Badeschuhe und Handtuch falls ihr eine Wassergeburt plant