



Checkliste

BABYS ERSTAUSSTATTUNG

Babys Erstausrüstung

BABYS KLEIDUNG

- 8x mitwachsende Bodys (kurz- oder langarm) aus Bio-Baumwolle
- 6x Flügelhemdchen in Wolle/Seide
- 6x Strampler aus Bio-Baumwolle ohne Fuß (v.a. für Trageeltern)
- 4x Söckchen aus Wolle, z.B. von Hirsch Natur (oder gestrickt von Oma)
- 2x Baby-Stulpen (im Winter)
- 3x Lätzchen oder Dreieckstuch aus Bio-Baumwolle
- 1x Mützchen (gefüttert je nach Jahreszeit)
- 1x Jäckchen, der Jahreszeit angepasst
- 1x mitwachsender Wollwalk-Overall für Winterbabys

BABYS ZUHAUSE

- 1x Mobile (kann man ganz einfach selber basteln aus Naturmaterial)
- 1x Babydecke aus Wolle oder Bio-Baumwolle
- 1x kuscheliges Lammfell als Krabbeldecke und Spielunterlage
- 1x Krabbeldecke aus Baumwolle gefüttert (wer kein Fell möchte)
- 1x Stillkissen in Bio Qualität gefüllt mit Dinkespelz / Schurwollkügelchen

FÜR STILLENDE

- 2x Still-BH
- 6x Stilleinlagen, z.B. aus Wolle-Seide
- 1x Stillkissen (siehe oben)
- 1x Stilleinlagen mit Silber (bei Entzündungen)
- 1x Stilltee
- 6x Spucktuch

KRANKHEIT UND FIEBER

- 1x Fieberthermometer
- 1x Erkältungszeit-Set von der Bahnhofsapotheke Kempten
- 1x Fingerling zur Zahnreinigung (wenn die ersten Zähnen kommen!)
- 1x Sicherheitsnagelschere für Babys
- 1x eBook „Natürlich durch die Erkältungszeit“

GUTE NACHT BABY

- 1x mitwachsender Schlafanzug aus besonders kuscheligen Materialien
- 2x Babyschlafsack zum Beispiel von Zizzz oder Nordwolle
- 1x Beistellbett aus unbehandeltem Holz
- 1x Babymatratze mit Kokoskern (kbA) und Baumwollbezug (kbA)

PFLEGEN, WICKELN UND BABYPO

- 1x Moltonauflage für's Bett oder die Couch (wo gewickelt wird)
- 8x Waschlappen
- 1x Naturschwamm
- 1x Kapuzenhandtuch
- 6x Spucktücher (Mullwindel) aus Musselin
- 1x Naturhaarbürste mit weichen Borsten
- 1x ein Set aus Stoffwindeln und essenziellem Zubehör

UNTERWEGS MIT DEM BABY

- 1x Autoschale, wenn die Eltern mit dem Auto unterwegs sind
- 1x Tragetuch oder Ring Sling und/oder
- 1x Kinderwagen
- 1x Still-BH und Still-Shirt für die Mama

Du siehst, nur Weniges ist wirklich essenziell (z.B. Spucktücher und Babyschlafsack). Viele der Listen im Netz zum Thema Erstausrüstung fürs Baby sind viel zu vollgestopft und sollen wohl weniger uns Mütter helfen - sondern möglichst vieles Verkaufen. Wenige Produkte braucht man wirklich, denn das Wichtigste hat man schon von Anfang an: den Hautkontakt, den Herzschlag und die Körperwärme.

Silvia Rabensteiner

natürlich-glücklich.com