

Erstaustattungsliste – MAMA APPROVED

KLEIDUNG

Für Neugeborene benötigst du Kleidung in der Größe 50/56. Es ist empfehlenswert, auch gleich Kleidung in der Größe 62 zu besorgen, dann bist du für die ersten Monate gut versorgt. Tipp: Du musst nicht alles neu kaufen. Gebrauchte Kleidung ist schadstoffärmer weil sie schon häufig gewaschen wurde. Frag deine Freundinnen, oder kauf Kleiderpakete auf Willhaben oder im Second Hand Shop! Beachte, dass du sicher einiges an Kleidung geschenkt bekommst!

- o 6 Bodys (Wickelbodys sind leichter anzuziehen, Winter: Langarm, Sommer: Kurzarm)
- o 3 Strampler (mit Füßen)
- o 2 Hosen (im Winter mit Füßen)
- o 5 Oberteile (Westen besser mit Knöpfen, Pullis)
- o 4 Paar Babysocken
- o 2 Pyjamas
- o 2 Strumpfhosen
- o 1 Overall (Sommer: dünn, Winter: dick aus Fleece oder Walk + Schneeanzug)
- o 2 Hauben (Sommer: dünn, Winter: dick)
- o Halstuch
- o Handschuhe

WICKELN

Überleg dir, wo du dein Baby wickeln möchtest. Es gibt Wickelkommoden in verschiedenen Ausführungen. Achte dabei darauf, dass du sie ev. nach dem Gebrauch noch weiterverwenden kannst und bedenke, dass es bei Wickelkommoden immer eine Absturzgefahr gibt. Das Baby darf nie unbeaufsichtigt auf der Wickelkommode liegen! Du kannst dein Baby auch auf einer Wickelauflage am Boden wickeln.

- o Wickelaufgabe
- o Windeleimer oder Windelbeutel (nur für das große Geschäft notwendig)
- o Windeln: Größe 1 für Neugeborene passen nur sehr kurz, am besten auch gleich Größe 2 kaufen. Neben "normalen" Windeln gibt es jetzt auch schon praktische Stoffwindelsysteme. Damit schützt du die Umwelt und sparst noch dazu Geld! Informiere dich am besten bei einer Stoffwindelberaterin!
- o Feuchttücher: Achte auf Feuchttücher ohne Zusatzstoffe! "Konsument" prämiert hier immer die Testsieger. Du kannst auch einfach kleine Stofftücher mit Wasser verwenden.
- o Heizstrahler: Schaffe dir ein warmes Plätzchen zum Wickeln.
- o Creme für den wunden Popo

BABYPFLEGE

Die meisten Babys lieben es zu baden! Als Badezusätze sind Mandelöl oder Muttermilch sehr sanft zu Babys zarter Haut.

- o Babybadewanne
- o Badethermometer: Die optimale Wassertemperatur liegt zwischen 35 und 37 Grad.
- o Waschlappen oder Mullwindel
- o Mandelöl für trockene Hautstellen
- o Babynagelschere: Achtung erst nach 6 Wochen darfst du die Nägel deines Babys schneiden!
- o Badehandtuch: Mit Kapuze sehr praktisch

STILLEN / FLÄSCHCHEN

- o 2-3 Still BHs
- o Stillkissen
- o Still Einlagen: Kauf dir am besten einige verschiedene damit du rausfindest, welche am besten für dich sind. Es gibt auch wiederverwendbare Stilleinlagen.
- o Brustwarzensalbe gegen wund Brustwarzen
- o 5 Mullwindeln
- o Fläschchen mit Sauger: Man bekommt sehr viele verschiedene Fläschchen in diversen Mutter Kind Boxen, am besten das Baby ausprobieren lassen, welches ihm am besten gefällt und dann Papa einkaufen schicken. Ca. 4 Stück werden benötigt.
- o Flaschenbürste zum Reinigen
- o Sterilisator
- o Flaschenwärmer: sehr praktisch

SCHLAFEN

- o Beistellbett
- o Gitterbett inkl. Matratze und Bettschlange oder Babynest
- o Leintuch und Bettdecke inkl. Bezug (ein Polster ist am Anfang noch nicht notwendig)
- o Schlafsack: ev. statt der Bettdecke
- o Spieluhr oder Mobile zum Einschlafen
- o Babyphone
- o Schnullis, die in der Nacht leuchten
- o Nachtlicht zum Stillen in der Nacht
- o Pyjama mit Knöpfen der sich zum Stillen eignet

UNTERWEGS

- o Kinderwagen: Achte auf eine gute Federung und je nachdem wo du unterwegs bist auf die Reifen (Luftreifen eignen sich gut fürs Gelände) wichtig auch: Passt das gewünschte Modell in deinen Kofferraum?
- o Fellsack für den Kinderwagen
- o Babyschale: Hier gibt es jedes Jahr neue Testberichte vom ÖAMTC
- o Decke oder Fußsack für die Babyschale
- o Babytrage oder Tragetuch: Lass dich am besten beraten und probier die Tragen aus, so weißt du, welche für dich am angenehmsten ist.
- o Wickeltasche: Tasche für Wickelutensilien: 3-4 Windeln, Feuchttücher, Creme für den Popo

SONSTIGES

- o Stubenwagen (oder etwas mit Rollen) für die ersten 3 Monate
- o 2-3 Babydecken
- o Schaffell (zum Spielen, Hinlegen)
- o Schnuller (hier bekommt man auch viele in den Testpaketen, es ist hilfreich verschiedene auszuprobieren, jedes Baby hat da seine eigenen Vorlieben)
- o Baby Buch zum Dokumentieren der ersten Monate