



## Tip

Neem altijd je luiertas mee. Ook als je denkt dat je 'even snel' de deur uitgaat. Een ongelukje zit in een klein hoekje!

## Luiertas

Als je op stap gaat met je kleintje is dat altijd een ware volksverhuizing. Je moet namelijk best wel heel veel meenemen. Wij maakten voor jou deze handige paklijst voor je luiertas.

### De basis

- Verschoningsmatje (zit meestal bij de luiertas als je deze koopt)
- Luiers (5 stuks)
- Billendoekjes
- Billenzalf
- Plastic zakjes (voor vieze luiers of vieze kleding)
- Spuugdoekjes / slabbertjes
- Setje schoene kleding incl. sokken
- Speen (hygiënisch verpakt)
- Speeltje en/of knuffel
- hygiënische handgel

### Bij het geven van borstvoeding

- Borstkompresen
- Omslagdoek (i.v.m. privacy)
- Extra BH

### Bij het geven van flesvoeding

- Melkpoeder
- Water (bronwater of gekookt water)
- Fles



## Luiertas

### Seizoensgebonden producten

- Zonnebrandcrème
- Zonnebril
- Hoedje / pet
- Wanten en muts

### Altijd handig

- Medicijnen / vitamines (voor jezelf of je kindje)
- Een draagdoek
- Hydrofiele doek
- Een schoon shirt voor jezelf

### Als je kleintje geen baby meer is

- Voeding
- Gezond tussendoortje (bijvoorbeeld fruit, rozijntjes of een soepstengel)
- Plastic lepeltje
- Drinkbeker met water
- Brood
- Snoetenpoetsers (evt. kunnen billendoekjes ook)
- Vallen- en stotenzalf
- Pleisters

### Tip

In plaats van een luiertas kun je ook een verzorgingsrugzak gebruiken. Fijner voor je rug als je zonder wandelwagen op pad gaat.