

PRAKTICKÝ CHECKLIST

Výbavička pro miminko



Praktický checklist pro budoucí rodiče.

Co připravit • co opravdu potřebujete • co může počkat.

01

PŘIPRAVTE

kočárek • spaní • oblečení

02

VYBAVTE

hygiena • krmení • ven

03

ZKONTROLUJTE

porodnice • poslední kontrola

Tenhle checklist si vyplňte přímo v telefonu nebo tabletu.

Odškrtněte, doplňte poznámky a kdykoliv se k němu vraťte.

JAK NA TO

Jak checklist používat

Klikněte na políčka a postupně si odškrtnějte připravené věci.

Do textových polí si můžete doplnit vlastní poznámky, značky nebo položky.

Množství je pouze orientační – přizpůsobte výbavičku sezóně a vašemu způsobu života.

Předpokládaný termín porodu

Moje hlavní poznámka

MOJE TOP 5 PRIORIT

1.
2.
3.
4.
5.

TIP Checklist je orientační. Přizpůsobte jej potřebám miminka, ročnímu období a doporučením porodnice i lékaře.

01 • KAPITOLA

Kočárek a autosedačka

✓ CO POŘÍDIT

Kočárek / hluboká korba

Sportovní nástavba podle potřeby

Autosedačka pro novorozence

Adaptéry, pokud jsou potřeba

Pláštěnka

Moskytiéra

Taška / organizér

Fusak podle sezóny

Zvolený kočárek – značka / model

Zvolená autosedačka – značka / model

Co ještě potřebujeme vyřešit?

TIP Výběr kočárku může navazovat na samostatný checklist výběru kočárku na našem blogu.

02 • KAPITOLA

Spaní miminka

✓ CO POŘÍDIT

Postýlka / místo ke spaní

Matrace vhodná do zvoleného lůžka

Prostěradla

Chráníč matrace podle potřeby

Spací pytel / vhodná alternativa

Noční světlo podle potřeby

Chůvička podle potřeby

TIP Checklist nenahrazuje odborná doporučení. U vybavení ke spánku se řiďte aktuálními doporučeními pro bezpečný spánek dítěte a pokyny výrobce konkrétního vybavení.

Moje poznámka

03 • KAPITOLA

Oblečení pro miminko

✓ ZÁKLADNÍ OBLEČENÍ

Body

Overaly / dupačky

Kalhoty

Trička / košilky podle potřeby

Ponožky

Čepička

Mikina / svetřík podle sezóny

*** PODLE SEZÓNÝ**

Zimní kombinéza / teplé oblečení

Fusak

Teplejší čepice

Rukavičky

Lehké letní oblečení

Klobouček / pokrývka hlavy

TIP Množství oblečení je záměrně orientační. Záleží na ročním období, četnosti praní, způsobu oblékání a rychlosti růstu miminka.

Co ještě potřebujeme?

04 • KAPITOLA

Přebalování a hygiena

✓ PŘEBALOVÁNÍ

Pleny

Přebalovací podložka

Ubrousky / vhodná alternativa

Ochranná péče podle potřeby

Koš / nádoba na pleny

♥ KOUPÁNÍ A HYGIENA

Vanička / vhodné místo ke koupání

Osušky

Žínky

Jemná kosmetika podle potřeby

Kartáček / hřebínek

Nůžky nebo pilník na nehty

Moje poznámka

05 • KAPITOLA

Krmení

✓ KOJENÍ / KRMENÍ

Podprsenky pro kojení podle potřeby

Vložky do podprsenky podle potřeby

Lahvičky podle způsobu krmení

Kartáč / pomůcky k mytí lahví

Sterilizace podle potřeby

Odsávačka podle potřeby

TIP Ne každá maminka bude potřebovat odsávačku, lahvičky nebo sterilizátor. Vyberte jen to, co odpovídá vašemu způsobu krmení.

Moje poznámka

06 • KAPITOLA

Výbava na ven a podle ročního období

✓ VÝBAVA NA VEN

Fusak podle sezóny

Pláštěnka

Moskytiéra

Sluneční clona

UV ochrana podle počasí a situace

Taška / organizér

Náhradní oblečení

Deka podle potřeby

*** CO JE NAVÍC PODLE SEZÓNY?**

Jaro

Podzim

Léto

Zima

Co ještě připravit?

07 • KAPITOLA

Porodnice, první dny a finální kontrola

✓ DO PORODNICE

Doklady a dokumenty
Oblečení pro miminko na cestu domů
Pleny
Základní hygienické potřeby
Autosedáčka připravená na cestu domů

△ DOMA PŘED PORODEM

Připravené místo ke spaní
Připravené oblečení
Připravené pleny
Připravená základní hygiena
Připravený kočárek
Připravená autosedáčka

CO JEŠTĚ POTŘEBUJEME DOKOUPIT?

1.
2.
3.
4.
5.

TIP Checklist je orientační. Přizpůsobte jej potřebám miminka, ročnímu období a doporučením porodnice.

♥ POTŘEBUJETE S VÝBĚREM PORADIT?

Přijďte se poradit osobně do Berušky v Mostě, nebo si naskenujte QR kód a prohlédněte si kompletní nabídku vybavičky pro miminko na našem webu.

www.beruskakocarky.cz



Pro nejlepší zobrazení a ukládání otevřete tento PDF v aplikaci Adobe Acrobat Reader (zdarma pro Windows, iOS i Android).