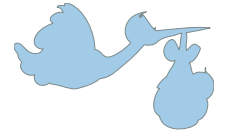


WOCHENBETTCKECKLISTE



Für die Mama

- Vorrat an gesundem Essen(Hühnersuppe, Studentenfutter...)
- Vorlagen ohne Folie
- MultiMam Kompressen
 - Arnica Tücher
 - Podusche
 - Stilleinlagen
- Stillbh gut sitzend(etwa 2 Nummern größer)

Für das Baby

- Palliativ Creme
- Bäuchlein Öl
- Heilwolle
- Kirschkernkissen

Für den Papa

- Ohropax :)