

de realistische

STadse SPRUITEN Baby uITZETLIJST

Hoera! Je bent in verwachting, en eindelijk kan het shoppen voor de kleine spruit gaan beginnen! Er komen tig lijsten voorbij, en door de lijsten zie jij de goede lijst niet meer... Maar geen paniek, wij zijn er voor jou met een realistische uitzetlijst. Want eerlijk is eerlijk de helft van de traditionele (oude) lijsten ga je nooit gebruiken en is zonde van je geld. Dat kan je beter spenderen aan leuke jurkjes of adidas broekjes voor de kleine!

De Baby uITZETLIJST

Slaapkamer

Echt nodig

- ☐ Co-sleeper of ledikant
- ☐ Stevig matras passend in het bedje
- ☐ 2 moltons
- ☐ 3 hoeslakens
- ☐ 2 slaapzakjes (afhankelijk van seizoen en TOG)
- ☐ Babyfoon (hoeft niet direct als de baby bij jullie slaapt)

Handig

- ☐ Verduisterende gordijnen
- ☐ White noise apparaat (veel ouders zweren erbij)
- ☐ Nachtlampje

Niet (de eerste maanden) nodig voor iedereen, sommige zweren erbij:

- ☐ Bedbumper

Verzorging

Echt nodig

- ☐ Aankleedkussen
- ☐ 2 aankleedkussenhoezen
- ☐ Luiers (maat 1)
- ☐ Billendoekjes of wasbare doekjes
- ☐ Zinkzalf
- ☐ Babyolie of badolie (voor droge huid)
- ☐ Digitale thermometer
- ☐ Nagelvijl of baby nagelschaar

Handig

- ☐ Luiercaddy/opbergkratje/mandje voor beneden, scheelt enorm veel op en neertjes naar boven
- ☐ Verschoonmatje of extra aankleedkussen voor beneden, want eerlijk verschoenen op de tafel is best heel handig
- ☐ Mandjes of leuke Hema kratjes om alles te organiseren

Niet nodig voor iedereen, wij persoonlijk hadden gewoon luierzakjes en deden het in de afvalbak maar sommige zweren bij een:

- ☐ Luiieremmer

Badderer

Echt nodig

- ☐ Badcape met capuchon (2)
- ☐ Washandjes (6)
- ☐ Hydrofiele washandjes (6)

Handig

- ☐ Badstandaard (als je een badje gebruikt)

Niet nodig voor iedereen

- ☐ Tummy Tub
- ☐ Thermometer voor badwater

Textiel

Echt nodig

☐ 12 hydrofiele doeken (liefst XL én normaal formaat). Hydrofiele doeken zijn misschien wel het meest gebruikte item van de hele uitzet! Wij gebruiken ze thuis, de XL versies, na jaren nog steeds voor het afdrogen na het douchen, om mee te nemen naar het strand, vakantie of het zwembad.

Neemt geen ruimte in, werkt als een tjet.

- ☐ 6 spuugdoekjes/burp cloths
- ☐ 2 zachte dekentjes

Kleding

Begin klein, koop niet te veel want echt: veel baby's groeien sneller dan je denkt.

Maat 50/56

- ☐ 6 rompers
- ☐ 6 broekjes/leggings
- ☐ 6 shirtjes of boxpakjes
- ☐ 3 vestjes
- ☐ 3 mutsjes (voor de eerste dagen)
- ☐ 6 paar sokjes

Meer hoeft je meestal niet te kopen; je krijgt vaak veel kleding cadeau.

Voeding

Borstvoeding

- ☐ Voedings-BH (1-2)
- ☐ Zoogcompressen
- ☐ Lanolinezalf

Flesvoeding

- ☐ 2 maten fles, een hele kleine van 60 ml om mee te beginnen en eentje van 120 ml/150 ml is in het begin echt prima (liefst één merk voor de gewenning)
- ☐ Flessenborstel
- ☐ Flesvoeding

Handig voor beide

- ☐ Siliconen slabbetjes (pas vanaf enkele maanden)

Vaak overbodig

Sterilisator (uitkoken werkt ook prima)

Flessenwarmer (veel ouders gebruiken gewoon warm water uit de kraan, of een deel koud water en een klein deel kokend water)

Onderweg

Echt nodig

- ☐ Autostoeltje groep 0+ (als je met de auto reist)
- ☐ Kinderwagen
- ☐ Luiertas
- ☐ Regenhoes kindergewagen

Handig

- ☐ Draagzak of draagdoek (veel ouders gebruiken deze dagelijks)
- ☐ Voetenzak (winterbaby)
- ☐ Zonneschermb

Woonkamer

Handig

- ☐ Wipstoel
- ☐ Speelkleed
- ☐ Box (dit is z'n item die maanden voor de geboorte klaar staat, maar deze is vaak niet direct vanaf dag één nodig, en functioneert vooral als opslag haha)

Gezondheid

- ☐ Vitamine D druppels
- ☐ Paracetamol zetspillen (voor noodgevallen, in overleg met huisarts of volgens de richtlijnen)
- ☐ Neusaspirator

Onze tip

Koop in eerste instantie niet te veel. De moderne uitzet is vaak juist kleiner dan vroeger. Met ongeveer 40 à 50 goed gekozen items kom je de eerste weken uitstekend door. Veel producten blijken heel persoonlijk: waar de ene ouder dagelijks gebruik van maakt (zoals een wipstoel of white noise), raakt bij een ander nauwelijks uit de verpakking.

LIEFS, STADSE SPRUITEN