

## Checkliste: Wickeltasche gut gepackt für den Tagesausflug

Es muss nicht immer gleich die große Ausrüstung sein. Manchmal reicht auch eine gut gepackte Wickeltasche für den Tagesausflug.

Wenn du weiter weg fährst, dann kannst du sicher sein, dass diese Wickeltasche eine gutes Back-up ist, wenn du doch einmal etwas vergessen haben solltest.

Sie wird dir helfen, so lange auszukommen, bis du ein Geschäft findest, um das zu besorgen, was partout nicht mitgehen wollte.

Ich hab die Liste so gegliedert, dass du die Bereiche, die nicht auf dich und deine Familie zutreffen, jederzeit wegstreichen kannst und nicht lange herumsuchen musst.

Wickelkram:

- 5 – 6 Windeln
- 2 leere Plastikbeutel (je eines für volle Windeln und eines für nasse Kleidung)
- Feuchttücher
- Wundcreme
- Wickelaufgabe

Ersatzkleidung

- Mind. Eine Garnitur Ersatzkleidung
- Zusätzlicher Ersatzbody
- Socken

Nützliche Kleinigkeiten

- 1 Plastikbeutel mit einem feuchten Waschlappen (zum Reinigen von Gesicht und Händen)
- Ersatzschnuller
- Taschentücher

## Nahrungsaufnahme

- 1 – 2 Stoffwindeln (als Sichtschutz beim Stillen und als Fleckenschutz für das Bäuerchen)

## Für Stillkinder

- Stilleinlagen
- Wasser für die stillende Mutter

## Fläschchen-Kinder

- Ev. ungezuckerten Fencheltee
- 2 Portionen Flaschennahrung (für nicht gestillte Babys)
- 1 Thermoskanne mit warmen Wasser (für die Milzubereitung)
- 2 sauber Fläschchen inkl. Sauger

## Beikost Kinder

- 1-2 Portionen Brei gläser
- Löffel
- Lätzchen
- Ev. Tupperdose mit geschnittenem Obst
- Ev. Tupperdose mit Keksen, Hirsebällchen oder Dinkelstangen

## Wenn die Sonne scheint

- Sonnencreme
- Sonnenhut für das Baby

## Für Notfälle

- Pflaster
- Pinzette
- Ev. homöopathische Globuli nach Empfehlung des Arztes  
Ich hatte immer Arnika (Schock, blaue Flecken, Beulen), Ledum (blaue Augen) und Apis (Insektenstiche) dabei