



VÝBAVIČKA PRO MIMINKO



HAVÍŘOVSKÉ CENTRUM
PÉČE O MATKU A DÍTĚ

CO MÍT PRO MIMINKO NACHYSTÁNO PO PŘÍCHODU DOMŮ?

Po návratu z porodnice budete potřebovat hodně času na péči o miminko a svůj odpočinek. Některé věci je proto dobré mít připraveny ještě před příchodem domů. Kromě čistě uklizeného domova je nejdůležitější mít připravenou základní "výbavičku" pro miminko.

ZÁKLADNÍ VÝBAVOU JE KOČÁREK A AUTOSEDAČKA

Kočárek – je vhodný s odnímatelnou korbičkou nebo vloženou taškou (už dnes příliš nebývá k vidění), ve které po návratu domů můžete ještě dítě nechat dospát.



KE KOČÁRKU MŮŽETE DÁLE POŘÍDIT:

- ❏ přebalovací tašku, která je umístěna na rukojeti kočárku
- ❏ pláštěnku pro hlubokou korbu i sportovní kočárek (jedná se o základní vybavení ke kočárku pro nepříznivé počasí)
- ❏ síťku proti hmyzu pro období od pozdního jara do podzimu
- ❏ clonu proti slunci
- ❏ nánožník, který již často bývá součástí kočárku (někdy maminkám stačí v prvních měsících pouze fusak, je spíše určen „větším miminkům“ a pro sportovní kočárky)
- ❏ rukávník pro mrazivé dny, kdy rukavice pro ruce nestačí
- ❏ fusak (jarní, zimní, mohou být obojetné - vícevrstvé, kdy jednu z vrstev na jaro odepnete)
- ❏ deku k přikrytí miminka
- ❏ držák na pití na kočárek (využijete jak pro dítě nebo pro maminku na kávu a další)

AUTOSEDAČKA

Dnes je již standardem nákup jednotného podvozku, který je použitelný jak pod autosedačku, tak pod kočárek, dítě v sedačce s přibývajícím věkem „těžkne“, záda se ničí. Pro krátkodobé nošení dítěte můžete pořídit ještě ergonomické nosítko nebo šátek.

- ❑ adaptéry na autosedačku budete potřebovat k použití na podvozek kočárku
- ❑ isofix báze do auta vám usnadní manipulaci při cestování s dítětem, kdy jej nemusíte složitě poutat v autě, ale vše si připravíte doma a autosedačku pouze v autě „zacvaknete“ do isofix báze (u starších vozů ještě nebyly sedadla na isofix koncipovány, je nutné to nejdříve ověřit)
- ❑ fusak do autosedačky
- ❑ zpětné zrcátko



KOJENECKÉ OBLEČENÍ

- ❑ týdenní sada oblečení pro miminka (č. 50 nebo 56 - velikost udává délku vašeho dítěte v cm)
- ❑ 8 body, příp. dříve používaných košilek
- ❑ 8 dupaček bez rukávů nebo overalů s rukávy
- ❑ 2 noční košilky nebo overaly na spaní (dbejte na jejich praktičnost, abyste dítě v noci snadno přebalila)
- ❑ 2 svetříky nebo bavlněné kabátky
- ❑ látkové botičky / capáčky
- ❑ 2 bavlněné čepičky
- ❑ 4 páry ponožek



ZIMA:

- ❑ body s dlouhým rukávem
- ❑ teplejší svetřík nebo kabátek
- ❑ zimní kombinézu nebo fleecový overal s ohrnujícími rukávy a nohavicemi, které plní roli rukaviček a botiček
- ❑ zimní čepice
- ❑ botičky (nejlépe kožešinové papuče)
- ❑ rukavičky

LÉTO:

- ❑ letní body s krátkým rukávem
- ❑ kraťasy
- ❑ klobouček
- ❑ tenkou čepičku





SPANÍ

- ❏ dětská postýlka s matrací a matrace do dětské postýlky, příp. pojízdný košík pro miminko s matrací. v Potřeby pro dítě
- ❏ příp. nebesa a tyč na nebesa
- ❏ kolotoč nad postýlku
- ❏ 2 prostěradla (nejlépe nepropustné či nepromokavé, kdy již nepotřebujete chránič matrace, který je uveden níže; můžete také pořídit prostěradlo z ovčí vlny s termoregulační schopností)
- ❏ zavinovačka pro miminka, nejlépe na suché zipy (je vhodné do ní dítě balit při spaní během prvních týdnů)
- ❏ spací pytel (polštářek zpočátku 1. rok dítěti nedáváme)
od 1 roku lůžkoviny se 2-3 ks ložního prádla – povlečení do postýlky
- ❏ mantinel do postýlky (ochranná látková bariéra kolem postýlky, aby dítě hlavičkou nenaráželo do dřevěného hrazení postele, příp. si do něj nezapletlo nožičky)
- ❏ chránič matrace (nepropustná podložka pro případ úniku moče, je možno ji prát při vysokých teplotách, pokud ji perete s jinými věcmi, je často nutno tyto věci po vyjmutí chrániče z pračky ještě jednou vyždímat)
- ❏ klín pod matraci (slouží k polohování miminka proti ublinkávání po kojení a pro lepší dýchání při rýmě)
- ❏ monitor dechu (sleduje dechovou činnost miminka, při vynechání dechu hlasitě píská)
- ❏ elektronická chůvička (k monitorování spánku dítěte, pokud je maminka v jiné místnosti)
- ❏ noční světlo (nebo lampička pro noční kojení nebo přebalování)



PŘEBALOVÁNÍ

- ❏ přebalovací podložka nebo přebalovací pult (samostatný nebo společný přebalovací pult s vaničkou), příp. přebalovací komoda