

Winterbaby Erstaussstattung

MUST-HAVES + OPTIONEN NACH BEDARF

**Gut vorbereitet.
Mit weniger Chaos im Kopf.**

Eure Checkliste für einen entspannten Start. Mit Mengen, Wintertipps und Platz für Entscheidungen, die zu eurer Familie passen.

So nutzt ihr die Liste

Kästchen direkt in den Kategorien abhaken – digital je nach PDF-App oder auf Papier. Vorhandenes zählt mit. Optionale Extras sind ausdrücklich gekennzeichnet.

EURE SECHS KATEGORIEN

1 Kleidung

2 Pflege

3 Ernährung

4 Schlafen

5 Unterwegs

6 Sonstiges

Die Mengen reichen als Startorientierung, wenn ihr etwa alle 2–3 Tage wascht. Jedes Baby und jede Familie ist anders – es sind alles Richtwerte, kein striktes Muss.

Warm, weich, kombinierbar

- ☐ 6–8 Langarmbodys, gern Wickelbodys (Bio-Baumwolle/Wolle-Seide)
- ☐ 3–4 Strampler und 2–3 Schlafanzüge
- ☐ 3–4 weiche Hosen oder Strumpfhosen insgesamt
- ☐ 2–3 Pullover, Wickelshirts oder Jäckchen ohne Kapuze
- ☐ 2–4 Paar Socken, für draußen oder bei Kälte
- ☐ 1–2 gut sitzende Mützen für draußen
- ☐ 1 Overall (Wollwalk oder Wollfleece)

Passform vor Vorratskauf

Klein in 50/56 starten; größere Babys brauchen direkt 56/62. Secondhand lohnt sich besonders in kleinen Größen. Hautnahes vor dem Tragen unbedingt waschen.

Materialien zum Wohlfühlen

Weiche Bio-Baumwolle ist unkompliziert. Wolle/Seide oder feine Merinowolle sind Alternativen. Auf weiche Nähte, passende Bündchen und die Waschanleitung achten.

Draußen nach Bedarf: warmer Overall, Wollwalk-Füßlinge und Fäustlinge, wenn die Kleidung Hände und Füße nicht abdeckt. Wagen- und Trageschutz zählen als Wärmeschichten mit.

Wenige Dinge. Viel Zuwendung.

- ☐ 1 abwischbare Wickelunterlage
- ☐ 2–3 Packungen Windeln in passender Startgröße
- ☐ 5–10 weiche Waschlappen + Wasserschale (am besten Mullwaschlappen)
- ☐ 2 weiche Kapuzenbadetücher (besser als normale Handtücher, da Babys die meiste Wärme über den Kopf verlieren)
- ☐ 1 digitales Babyfieberthermometer (achtet dabei auf die flexible Spitze)

Lauwarmes Wasser und Muttermilch

Lauwarmes Wasser reicht für die tägliche Reinigung. Muttermilch beruhigt bei Reizungen und hilft bei Trockenheit: Sie hat entzündungshemmende Eigenschaften und tut gut bei einem wunden Po (Windeldermatitis), Hautrötungen oder Baby-Akne. Die enthaltenen Fette und Nährstoffe spenden Feuchtigkeit und halten die zarte Babyhaut weich und geschmeidig. Verzichtet auf Seifen und Öle.

OPTIONAL – WENN ES EUCH HILFT

Babybadewanne, weiche Babybürste (Naturhaarbürste), Badethermometer. Für unterwegs Feuchttücher oder feuchte Waschlappen.

Sicher wickeln und baden

Auf erhöhten Flächen immer eine Hand am Baby lassen. Beim Baden ständig festhalten und nie allein lassen. Wasser vorab prüfen; etwa 36–37 °C.

Euer Alltag. Eure Ausstattung.

- ☐ 10 Mull- oder Spucktücher für Alltag und Ausflüge (je nach Baby kann hier mehr oder weniger Bedarf bestehen)
- ☐ Stillkissen (schon vor der Geburt Gold wert – so lässt sich der Babybauch im Schlaf besser lagern)

STILLEN UND ABGEPUMPTER MUTTERMILCH

Still-BHs, Stilleinlagen und Stilltücher/Stillshirts nach Bedarf. Pumpe erst gezielt auswählen; beim Abpumpen geeignete Behälter oder Muttermilchbeutel einplanen. Lagerung und Reinigung beachten.

BEI REGELMÄSSIGEM FLÄSCHCHENGEBEN

- ☐ 4–6 Flaschen mit passenden Saugern
- ☐ 1 eigene Flaschenbürste
- ☐ 1 Packung Anfangsnahrung, nur wenn ihr sie füttert

Fläschchen sind auch für Muttermilch geeignet. Bei gelegentlicher Nutzung kleiner starten. Elektrischer Sterilisator oder Sterilisierbeutel sind im normalen Privathaushalt keine Pflichtkäufe, machen das Sterilisieren im Alltag aber um einiges einfacher.

Pulvermilch frisch zubereiten

Hände waschen, Mengen exakt nach Packung dosieren. Jede Mahlzeit frisch zubereiten, Reste entsorgen. Flaschen und Sauger direkt gründlich reinigen.

Nach Bedarf füttern: Suchen und Schmatzen können Hunger zeigen. Sauger loslassen oder Kopf abwenden können Sättigung zeigen. Nicht zum Austrinken drängen.

Sicher schlafen. Auch im Winter.

- ☐ 1 Babybett, Beistellbett oder geeigneter Stubenwagen mit fester, ebener Matratze (Matratzen bitte neu kaufen – Flüssigkeiten, Bakterien oder Milben sind mit bloßem Auge nicht sichtbar)
- ☐ 2–3 straff sitzende Spannbettlaken
- ☐ 1–2 passende Schlafsäcke zum Wechseln

Passform und Wärme zusammen betrachten

Der Kopf darf nicht durch den Halsausschnitt rutschen. Größe und Mindestgewicht beachten. Die TOG-Angabe beschreibt die Wärmeisolierung. Kleidung und Ärmel zählen mit: Herstellerempfehlung und Wärme-Check nutzen. Etwa 16–18 °C als Schlafraum-Orientierung; regelmäßig lüften.

OPTIONAL – KEIN PFLICHTKAUF

Raumthermometer, gedimmtes Nachtlicht, Babyphone sowie Mobile oder Spieluhr außerhalb der Reichweite. Nässechutz nur passend zur Matratze und nach Herstellerangabe; keine weiche Zusatzaufgabe.

Bei jedem Schlaf: Rückenlage, ohne Mütze.

Eigener Schlafplatz im Elternschlafzimmer, rauchfreie Umgebung. Bett frei von Kissen, losen Decken, Nestchen, Fellen, Kuscheltieren und Wärmequellen halten.

Passend zu eurem Alltag

- ☐ Kinderwagen mit flacher Liegewanne
- ☐ Tragetuch bzw. Trage ab Geburt
- ☐ Passende rückwärtsgerichtete Babyschale nach UN R129 (empfehlenswert sind Babyschalen mit Liegeposition)
- ☐ Passender Fußsack für den Kinderwagen (später auch im Buggy oder Sportsitz nutzbar)

Nach Bedarf: Regen- und Sonnenschutz für den Wagen, Sonnenschutz fürs Auto oder Tragecover für kalte Tage. Isofix-Basis nur passend zu Schale und Auto; korrekter Gurteinbau kann eine Alternative sein.

Im Auto: dünne Kleidung unter den Gurten

Keine dicke Jacke und keinen wattierten Overall unter den Gurten. Körpernah anschnallen; bei Bedarf erst danach eine Decke darüberlegen. Es gibt auch Einschlagdecken für die Babyschale – hier unbedingt beraten lassen, da diese unter die Neugeboreneneinlage gelegt werden müssen.

In der Trage: Atemwege immer frei

Mund und Nase frei; Kinn weg von der Brust – Köpfchen zur Seite legen. Elternkörper und Tragecover wärmen mit. Jacke oder Cover dürfen das Gesicht nicht verdecken.

Packt aus eurem Bestand: Windeln, Reinigungstücher, Unterlage, 1 Wechsel-Outfit, 2 Mulltücher, Schmutzbeutel und Nahrung nach Bedarf. Ein Rucksack ersetzt die spezielle Wickeltasche.

Schön zu haben. Später zu brauchen.

Optional für euren Alltag

Ein normaler, gut schließender Windeleimer reicht. Schnuller nach Bedarf in passender Größe wählen; nicht mehrere Größen vorab kaufen.

- ☐ Windeleimer
- ☐ Schnullerkette
- ☐ Schnuller

Schnullerkette: kein Must-have. Wenn genutzt, nur unter Aufsicht, nie im Bett oder beim Schlafen und niemals selbst verlängern.

Spielen und Kuscheln

Eine Rassel oder wenige einfache Spielsachen genügen. Kuscheltiere und Schnuffeltücher nur im wachen, beaufsichtigten Kontakt nutzen; der Schlafplatz bleibt frei.

- ☐ Schmusetuch
- ☐ Kontrastkarten
- ☐ Spieluhr
- ☐ Rassel

Das kommt erst mit dem nächsten Schritt.

Lätzchen, Teller und Löffel zur Beikost; Buggy passend zur Entwicklung und Herstellerfreigabe. Steckdosen und Schränke rechtzeitig sichern, bevor euer Baby mobil wird. Babybuch oder Fotobuch zum Festhalten der schönen Momente.

- ☐ Lätzchen
- ☐ Becher
- ☐ Teller
- ☐ Kindersicherung für Steckdosen und Schränke
- ☐ Schüssel
- ☐ Buggy
- ☐ Besteck
- ☐ Babybuch oder Fotobuch

Lasst Platz für das, was ihr erst im Alltag entdeckt. Nicht alles muss schon vor der Geburt bereitstehen.

Schichten verstehen. Wärme prüfen.

Es gibt kein Outfit, das bei einer bestimmten Temperatur für jedes Baby passt. Wind, Material, Fußsack und Körperwärme verändern den Bedarf.



1 • Direkt auf der Haut

Wickelbody oder andere weiche Basiskleidung.



2 • Wärme nach Bedarf

Strampler, Hose oder dünnes Oberteil. Nicht jede Schicht ist immer nötig.



3 • Schutz für draußen

Overall, Fußsack oder Tragecover mitdenken. Nicht alles pauschal kombinieren.

Der Wärme-Check am oberen Rücken / Nacken

Warm und trocken: passend. Heiß oder feucht: Schichten reduzieren. Rumpf kühl: Wärme ergänzen. Kühle Hände allein sind kein Maßstab. Drinnen Mütze und Außenschicht ablegen. Drinnen die Füße ruhig frei lassen – Babys tasten ganz viel mit ihren Füßen.

Gut vorbereitet. Wir helfen euch dabei.

Nicht jede Familie braucht dieselben Dinge. Wir helfen euch, passende Größen, sichere Produkte und eine Ausstattung für euren Alltag auszuwählen. Vor allem bei Matratzen, Babyschalen und Tragehilfen – lasst euch beraten und habt ein gutes Gefühl vor der Entbindung.

Persönlich. Kompetent. Für euch.

Vor Ort in Dresden oder online.

BERATUNG VEREINBAREN

Papstdorfer Straße 1–7 · 01277 Dresden

babybrands.de · service@babybrands.de · 0351 20634993

ZUM NACHLESEN · FACHQUELLEN

BIÖG: sichere Schlafumgebung

BIÖG: das Baby baden

Lullaby Trust: Raumtemperatur und Kleidung

NHS: Tragen und Sicherheit im Alltag

Gesund ins Leben: Fläschchen zubereiten

Gesund ins Leben: Füttern nach Bedarf

Gesund ins Leben: Muttermilch abpumpen

ADAC: Winterkleidung im Kindersitz

Mengen sind praxistaugliche Richtwerte. Allgemeine Orientierung für gesunde, reif geborene Babys. Bei Frühgeburt oder medizinischen Fragen mit Hebamme oder Kinderarzt abstimmen.