



Výbava pro miminko 2026



Co opravdu využiješ.
A co může v klidu počkat.

Praktický průvodce od
Marcey Sekerkové
Polštáře Matýsek



♥ Když jsem čekala svého prvního syna, měla jsem pocit, že musím mít doma snad celý dětský obchod.

Dnes už bych nakupovala jinak.

Méně věcí.

Více klidu.

Proto vznikl tento přehled.

Ne proto, aby Ti přidal další seznam.

Ale aby Ti pomohl odlišit to, co opravdu využiješ, od toho, co může ještě chvíli počkat.



Protože miminko nepotřebuje
dokonalou výbavu.
Potřebuje hlavně Tebe.



Co miminko opravdu potřebuje

Než začneš odškrtnávat seznamy, zkus si připomenout jednu důležitou věc.

Miminko nebude řešit, jakou značku mají dupačky. Nebude počítat hračky. Nebude vědět, kolik věcí jsi nakoupila.

Bude hledat hlavně:

- ♡ Tvoji náruč
- ♡ Tvoji blízkost
- ♡ Pocit bezpečí



A právě proto nemusíš mít všechno připravené do posledního detailu.

Začni základem.

Zbytek poznáš postupně.



Marcela radí

Pokud si nejsi jistá, nekupuj další věc. Počkej pár dní. **Často zjistíš, že ji vůbec nepotřebuješ.**



Praktický checklist výbavy

Základ, se kterým první týdny v klidu zvládneš. Odškrtněvej v klidu — nic nemusí být hotové naráz.

Do porodnice

- Doklady — občanka, kartička pojišťovny, průkazka
- Pro Tebe — košile na kojení, župan, ponožky, hygiena, nabíječka
- Pro miminko — 2–3 body, dupačky, čepička, zavinovačka
- Pleny (vel. 1) a vlhčené ubrousky
- Autosedačka skupiny 0+

Oblečení

- 5–6 body (zapínání na ramínkách)
- 5–6 dupaček nebo overalů
- 2 čepičky a několik párů ponožtiček
- Zavinovačka nebo spací pytel

Spánek

- Postýlka s pevnou rovnou matrací
- 2–3 prostěradla na výměnu
- Spací pytel místo volné deky
- Pelíšek — na relaxaci a hluboký odpočinek přes den

Kojení a krmení

- Kojicí polštář MAXI — opora při kojení i v těhotenství
- Podprsenky na kojení a prsní vložky
- Pár láťových plenek (na ramena, na otření)
- 2–3 lahvičky a kartáč na lahvičky (při krmení z lahve)

Péče a koupání

- Vanička a měkká osuška s kapucí
- Teploměr (na tělo i na vodu)
- Dětský krém, nůžičky se zaoblenými hroty, vata
- Přebalovací podložka



Pelíšek dopřeje miminku relaxaci a hluboký odpočinek přes den. Jak na klidné pelíškování, najdeš i v online kurzu **Pelíškování®**.

Co nemusíš mít hned

Ne proto, že jsou to špatné věci. Jen proto, že většina z nich může počkat, až poznáš svoje miminko.



Bodýčka velikosti 56

Některá miminka ji nosí pár týdnů, jiná ji skoro vůbec neunosí.



Pleny jedné značky do zásoby

Ne každému miminku sedí stejné — vyzkoušej, než nakoupíš víc.



Police plná dětské kosmetiky

Na začátku často stačí opravdu základ.



Několik lahviček různých typů

Pokud je budeš potřebovat, dokoupíš je později.



Kolotoč nad postýlku

První týdny je pro miminko nejzajímavější Tvůj obličej.



Chůvička do malého bytu

V menším bytě ji možná první měsíce vůbec nevyužiješ.



Ohříváč lahví

Pro někoho skvělý pomocník, pro jiného věc, co zůstane ve skříni.



Hromada hraček pro novorozence

Největší radost mu zatím děláš Ty.



Marcela radí

Pokud si nejsi jistá, kup nejdřív základ. **To, co bude tvoje miminko opravdu potřebovat, poznáš nejlépe až doma.**




Na co maminky často zapomenou

Tyto věci bývají malé. Ale v porodnici je oceníš možná nejvíc.

- ✓ Dlouhá nabíječka k telefonu
- ✓ Žabky do sprchy
- ✓ Vlastní ručník
- ✓ Balzám na rty
- ✓ Pití s brčkem
- ✓ Malá svačina pro sebe i doprovod

Mysli i na sebe

Prvních pár týdnů patří hlavně miminku. Ale Tvoje tělo i hlava potřebují péči stejně tak — pár věcí, které Ti to usnadní.

-  **Poporodní vložky a pohodlné spodní prádlo**
První dny bývají vydatnější, ať máš klidnou zásobu.
-  **Kojicí podprsenka a balzám na bradavky**
Pro pohodlnější a klidnější start kojení.
-  **Měkké pohodlné oblečení na vrstvení**
Snadno se v něm kojí a příjemně hřeje.
-  **Dostatek pití a něco dobrého po ruce**
Kojení i hojení berou hodně energie.
-  **Odpočinek a opora blízkých**
Není to luxus, ale součást uzdravení. Dovol si ho.



Nemusíš mít všechno připravené.

Miminko nepotřebuje dokonalou výbavu. Potřebuje hlavně Tebe.

A většinu věcí stejně objevíte společně až doma.

Marcela Sekerková

Polštáře Matýsek

Více rad a celý článek najdeš na matysek.cz