



LA VALISE DE MATERNITÉ

Le séjour dure en général 3 à 5 jours. Nous vous conseillons de faire un sac pour la salle d'accouchement et une valise de maternité.

LES DOCUMENTS ADMINISTRATIFS

- Dossier médical **COMPLET**
- Carte d'identité
- Carte vitale

LE SAC POUR LA SALLE D'ACCOUCHEMENT

POUR VOUS :

- brumisateur
- 1L d'huile de pépin de raisin (rayon alimentaire en supermarché)
- de la musique, de la lecture (de quoi vous occuper)
- des boissons non gazeuses
- une serviette de toilette si vous envisagez d'utiliser la baignoire
- brosse à dent, lingette pour vous rafraîchir

POUR LE BÉBÉ :

- body
- pyjama (en velour)
- gilet
- bonnet, chaussettes
- gigoteuse

N'oubliez pas vos chargeurs de téléphone!

LA VALISE POUR LE SÉJOUR

POUR VOUS :

- 1 jeton de caddie pour le placard
- 1 stylo
- nécessaire et serviettes de toilette
- coussin d'allaitement
- 6 slips à usage unique (un seul fourni à la maternité)
- protections périodiques spéciales nuit
- thermomètre électronique
- vêtements confortables pour le séjour

Si vous souhaitez allaiter:

- soutien-gorge d'allaitement (sans armature)
- coussinets, coquillages d'allaitement
- crème de prévention des crevasses
- vêtements ouverts sur le devant (chemise, tee-shirt d'allaitement)

Si vous ne souhaitez pas allaiter:

- soutien-gorge serré ou brassière de sport (sans armature)

POUR LE BÉBÉ :

- pyjamas, bodies, bavoirs, bonnets, gilets en laine (1 à 2 par jour)
- gigoteuse (pas de couverture)
- savon/shampooing liquide hypoallergénique
- crème pour le corps "cold cream"
- couches 1er âge (non fournies par le service)
- carrés de coton (2 à 3 paquets)
- 2 ou 3 serviettes de toilette
- thermomètre électronique
- sérum physiologique unidoses

Pour la taille des vêtements prévoyez du 1 mois +/- du naissance ou du 3 mois selon le poids estimé du bébé.

POUR PLUS DE CONFORT, VOUS POUVEZ APPORTER VOTRE OREILLER, UNE LAMPE DE CHEVET (VEILLEUSE), UN TAPIS DE BAIN, UNE MULTIPRISE, DES CHAUSSONS...