

POUR VOTRE SÉJOUR VALISE POUR LA MATERNITÉ

À PRÉVOIR POUR LE JOUR DE LA NAISSANCE

POUR LA MAMAN

- la carte de groupe sanguin
- le livret de famille ou la reconnaissance anticipée (pour les couples non mariés, à faire établir en mairie ou du lieu de domicile avant la naissance)
- la carte de sécurité sociale et de mutuelle
- le dossier obstétrical s'il est en votre possession
- les doubles de vos bilans sanguins et d'échographies
- pensez à apporter également quelques accessoires de confort (un brumisateur, de la musique pour vous détendre...)

POUR LE BÉBÉ

- un pyjama
- un body
- une brassière en laine
- un bonnet
- des chaussettes
- une gigoteuse et une petite couverture

À PRÉVOIR POUR LE SÉJOUR EN MATERNITÉ

POUR LA MAMAN

- le nécessaire de toilette (avec un savon adapté pour la toilette intime PH neutre)
- serviettes et gants de toilette
- pyjamas ou chemises de nuit (de préférence boutonnées devant si vous allaitez)
- tenues confortables pour la journée
- des slips jetables et des grandes protections périodiques adaptées à la naissance
- si vous voulez donner le biberon : 1 soutien-gorge qui maintient bien la poitrine
- si vous voulez allaiter : prévoir éventuellement des coussinets d'allaitement, une crème grasse (type lanoline purifiée par exemple), un soutien-gorge d'allaitement (1 à 2 tailles au-dessus de votre taille actuelle) et un coussin d'allaitement.
N'hésitez pas à en discuter avec une sage-femme pendant votre grossesse.
- des bouteilles d'eau

POUR LE BÉBÉ

- 5 pyjamas
- 5 bodys
- 1 brassière en laine (en plus de celle du premier jour)
- 5 paires de chaussettes ou chaussons (+/- des mouffles)
- des bavoirs
- des bonnets
- une gigoteuse et une petite couverture
- pour la toilette: des serviettes et gants de toilette. Un savon adapté pour la toilette des nourrissons (l'utilisation avec excès de produits cosmétiques avant 6 mois peut entraîner une allergie)

