

LA VALISE DE MATERNITÉ

POUR MAMAN :

À LA MATERNITÉ

- Des vêtements confortables (boutonnés devant si vous allaitez)
- 1 peignoir ou robe de chambre
- 3 chemises de nuit
- 1 gilet
- 1 paire de chaussettes/jour
- 15 Slips jetables
- 1 paire de chaussons
- Des serviettes hygiéniques
- 1 shampoing
- 1 gel douche
- Serviette de bain
- Brosse à dent et dentifrice
- Brosse
- Déodorant
- Sèche-cheveux
- Nécessaire de coiffure
- Maquillage
- Crème hydratante
- Lecture et/ou musique
- 1 veilleuse pour la nuit

L'AGGOUCEMENT

- 1 tenue confortable
- 1 brumisateur
- Lingettes rafraichissantes
- 1 élastique à cheveux

L'ALLAITEMENT

- 3 soutien-gorges d'allaitement
- Coussin d'allaitement
- Coussinets d'allaitement
- Crème pour mamelons à la lanoline ultrapure

LES DOCUMENTS

- Carnet de maternité
- Carte d'identité
- Carte Vitale
- Carte de mutuelle
- Livret de famille et/ou reconnaissance anténatale
- Carte de groupe sanguin
- Votre dossier obstétrique et anesthésique (échographies, analyses sanguines ...)
- Numéro d'allocataire CAF
- Dossier d'inscription à la maternité

NOTES

POUR BÉBÉ :

LE TROUSSEAU

- 2 bonnets de naissance
- 5 bavoirs
- 6 à 8 bodys taille naissance ou 1 mois
- 6 à 8 pyjamas taille naissance ou 1 mois
- 3 brassières ou gilets en laine
- 5 paires de chaussettes
- 1 tenue pour sortir
- 1 couverture
- 1 nid d'ange
- 5 langes
- 1 gigoteuse taille 50 cm ou 60 cm
- 1 combinaison (si né en hiver)
- 1 paire de moufle (si né en hiver)
- 1 doudou
- Plusieurs tétines
- Siège auto

LA TOILETTE

- 2 à 3 capes de bain ou serviettes
- 1 paquet de couche taille 1
- Cotons
- Lingettes
- Savon, lait de toilette
- Sérum physiologique
- Brosse à cheveux
- Thermomètre