

Que mettre dans ma valise de maternité ??

Pour Maman

- pyjama et vêtements confortables
- sous vêtements : soutien-gorge d'allaitement si allaitement / brassière de sport si biberon, culottes en coton ou jetables
- serviettes hygiéniques (+++)
- serviette de toilette
- produits de toilette : brosse à dent, dentifrice, déodorant, gel douche, crème, shampoing sec...
- coussin de positionnement
- crème à base de lanoline anti-crevasse si allaitement
- des mouchoirs
- 1 stylo

Pour bébé

- 6 bodies
- 6 pyjamas
- des chaussettes
- 1 ou 2 bonnets
- 1 ou 2 gilets en laine ou coton
- 1 gigoteuse/turbulette
- des bavoirs et/ou langes
- 1 ou 2 serviettes de toilette
- 1 paquet de carrés de coton
- des couches taille 1, environ 30 !
- un gel lavant pour le corps +/- de la crème hydratante ou huile pour le corps
- 1 thermomètre

En salle de naissance

Prenez un petit sac à part de la valise pour y mettre :

- LA 1ère tenue de bébé (1 body, 1 pyjama, 1 gilet)
- 1 gigoteuse
- un brumisateur
- une bouteille d'eau ou jus (sans pulpe et sans gaz)
- des lingettes +/- du déodorant pour vous rafraîchir +/- brosse à dent
- musique, chargeur de portable...
- 1 maillot de bain si passage dans la salle « nature » avec baignoire
- une tenue post accouchement (pyjama)
- des barres de céréales/gâteaux pour le papa

N'oubliez pas :

- votre dossier médical (tous les bilans, carte de groupe sanguin et échographies)
- votre carte vitale
- +/- livret de famille, reconnaissance anticipée

Ne prenez pas d'argent, d'objets de valeur, de bijoux