

POUR LA MAMAN

POUR LE SEJOUR A LA MATERNITE :

- 4 chemises de nuit ou pyjamas
- 1 gilet
- 1 robe de chambre ou peignoir
- 4 paires de chaussettes
- 1 paire de chaussons
- 4 serviettes de toilette
- 1 tenue « habillée » (pour les visites et la sortie de la maternité)
- Des serviettes hygiéniques
- Des slips jetables
- 3 soutiens gorges
- Des coussinets d'allaitement jetables
- Des compresses d'allaitement
- Des mouchoirs en papier
- Un sac à linge sale

POUR L'ACCOUCHEMENT :

- 1 grand tee-shirt
- 1 paire de chaussettes
- 1 brumisateur
- Lingettes rafraichissantes et déodorantes

DANS MA TROUSSE DE TOILETTE :

- Nécessaire de toilette habituel : brosse à dents, brosse à cheveux, gel douche, dentifrice, shampoing, etc...
- Gel lavant intime
- Savon pour les mains
- Crème anti-vergetures
- Soins jambes lourdes
- Soins pour mamelons
- Le nécessaire pour une touche de maquillage

MES DOCUMENTS :

- Dossier obstétrique et anesthésique
- Votre numéro d'allocataire CAF
- Votre carte de groupe sanguin
- Livret de famille
- Carte de sécurité sociale et carte Mutuelle
- Carnet de maternité
- Votre dossier d'inscription à la maternité ou votre numéro de dossier
- Le document de reconnaissance anténatale

POUR VOTRE BEBE

POUR SON ARRIVEE :

- 1 body
- 1 pyjama
- 1 brassière ou gilet en laine
- 1 paire de chaussons
- 1 petit bonnet

POUR LE SEJOUR A LA MATERNITE :

- 1 doudou
- 2 brassières ou gilet en laine
- 2 filets ombilicaux
- 6 pyjamas
- 8 bodies
- 1 gigoteuse
- 1 nid d'ange
- 5 paires de chaussettes
- 1 paire de chaussons
- 1 bonnet
- 6 bavoirs
- 1 sucette
- 1 paire de moufles

DANS SA TROUSSE DE TOILETTE :

- 1 sortie de bain
- 4 serviettes de toilette (en plus des vôtres)
- 4 gants de toilette
- Des langes
- Des couches
- Du savon ou gel de toilette pour bébé
- Du liniment
- Du sérum physiologique
- De l'éosine

POUR LE PAPA

UN PETIT SAC A DOS POUR PAPA :

- De la monnaie
- Des boissons fraîches
- Des biscuits
- De la lecture
- Le téléphone portable
- Le chargeur
- L'appareil photo