



Valise maternité

LA CHECK-LIST

LES PAPIERS À NE PAS OUBLIER

- Le dossier obstétrique et anesthésique
- Un document d'identité
- La carte du groupe sanguin
- Le livret de famille
- La carte d'assurance maladie

POUR LA SALLE D'ACCOUCHEMENT

Pour vous

- Un grand t-shirt
- Une chemise de nuit courte
- Une paire de chaussettes
- Un brumisateur
- Lecture
- Musique
- Un petit encas si le travail devait être long (pour vous et pour le papa)

POUR LE SÉJOUR À LA MATERNITÉ

Pour vous

- Deux chemises de nuits et une tenue confortable
- Un gilet
- Des soutien-gorge d'allaitement
- Une jolie tenue pour les photos
- Un peu de maquillage
- Des chaussettes
- Une paire de chaussons
- Nécessaire de toilette

Pour bébé

- Des bavoirs
- Un doudou
- Une trousse de toilette (savon, crème pour les fesses...)
- Une couverture si vous souhaitez donner une petite touche personnelle au berceau

POUR LA SORTIE DE LA MATERNITÉ

- Un bonnet chaud
- Un siège-auto ou Nacelle adapté pour les tout-petits
- Une tenue complète pour bébé
- Une tenue complète pour vous, adaptée pour l'allaitement
- Une combi-pilote ou nid d'ange, adapté pour siège-auto ou nacelle