



La valise : que prendre le jour J ?

Le jour J, nous vous conseillons d'organiser vos affaires en deux sacs. Voici une liste indicative des affaires à prendre.

UN PETIT SAC POUR LA SALLE DE NAISSANCE	
BÉBÉ	MAMAN
<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 1 body<input type="checkbox"/> 1 gilet ou cardigan en laine<input type="checkbox"/> 1 pyjama<input type="checkbox"/> 1 turbulette<input type="checkbox"/> 1 paire de chaussettes<input type="checkbox"/> 1 bonnet<input type="checkbox"/> 1 drap de berceau 40x60 cm ou taie d'oreiller d'adulte<input type="checkbox"/> Une cuillère à café ou une cuillère en plastique pour bébé<input type="checkbox"/> <i>Cela servira au recueil de colostrum lors de l'expression manuelle si vous souhaitez allaiter.</i>	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 1 tenue d'accouchement: tee shirt ou chemise ample et confortable. L'ouverture sur le devant facilite l'accueil du bébé en peau à peau.<input type="checkbox"/> 1 tenue de rechange<input type="checkbox"/> 1 gourde d'eau<input type="checkbox"/> 1 paire de chaussons ou tong<input type="checkbox"/> 1 brumisateur<input type="checkbox"/> 1 serviette de toilette<input type="checkbox"/> Boisson sucrée sans pulpe sans gaz sans lait (autorisée pendant le travail)<input type="checkbox"/> Collation pour le post accouchement



VOTRE VALISE DE MATERNITÉ POUR LE SÉJOUR

BÉBÉ

- 5 bodys manches longues
- 2 gilets ou cardigans en laine
- 5 pyjamas
- 2 turbulettes
- 2 paires de chaussettes
- 1 bonnet
- 1 paquet de maxi cotons pour le change
- 1 paquet de couches (3 à 5kg)
- 1 thermomètre de bain
- 1 bouteille de liniment oléo calcaire pour le change de votre bébé
- 6 langes
- 2 serviettes ou cape de bain
- 1 bouteille de savon doux liquide

MAMAN

- Plusieurs tenues confortables (robe, jogging...)
- 1 paquet de culottes jetables (sans élastique à la taille)
- 1 pyjama ou chemise de nuit
- Un peignoir ou 2 serviettes de toilettes
- Trousse de toilette
- 2 paquets de maxi serviettes hygiéniques
- Sous-vêtements, brassière d'allaitement sans armature
- La taille de la brassière pourra varier au cours de votre allaitement.
- Le co-parent est invité à prendre un vêtement confortable pour faire du peau à peau, par exemple une chemise pouvant s'ouvrir sur le devant pour accueillir le bébé.

DIVERS:

- Veilleuse sur piles
- Stylo
- Enceinte si vous souhaitez écouter de la musique en salle de naissance
- Huiles de massage selon vos souhaits (à utiliser en salle de naissance)
- Tapis de bain (à utiliser dans votre chambre de suites de couches)