



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">s 1 bodys 1 gilet ou cardigan en laines 1 pyjamas 1 turbulettes 1 paire de chaussettess 1 bonnets 1 drap de berceau 40x60 cm ou taie d'oreiller d'adultes Une cuillère à café ou une cuillère en plastique pour bébé <p><i>Cela servira au recueil de colostrum lors de l'expression manuelle si vous souhaitez allaiter.</i></p>	<ul style="list-style-type: none">s 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.s 1 tenue de rechanges 1 gourde d'eaus 1 paire de chaussons ou tongs 1 brumisateurs 1 serviette de toilettes Boisson sucrée sans pulpe sans gaz sans lait (autorisée pendant le travail)s Collation pour le post accouchement

VOTRE VALISE DE MATERNITÉ POUR LE SÉJOUR

BÉBÉ	MAMAN
<ul style="list-style-type: none">s 5 bodys manches longuess 2 gilets ou cardigans en laines 5 pyjamass 2 turbulettess 2 paires de chaussettess 1 bonnets 1 paquet de maxi cotons pour le changes 1 paquet de couches (3 à 5kg)s 1 thermomètre de bains 1 bouteille de liniment oléo calcaire pour le change de votre bébés 6 langess 2 serviettes ou cape de bains 1 bouteille de savon doux liquide	<ul style="list-style-type: none">s Plusieurs tenues confortables (robe, jogging...)s 1 paquet de culottes jetables (sans élastique à la taille)s 1 pyjama ou chemise de nuits Un peignoir ou 2 serviettes de toilettess Trousse de toilettes 2 paquets de maxi serviettes hygiéniquess Sous-vêtements, brassière d'allaitement sans armatures La taille de la brassière pourra varier au cours de votre allaitement.s 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)

- Coussin d'allaitement
- Cadenas (fermeture du placard en chambre)
- Encas (fruits, barres de céréales, oléagineux...)
- Un siège auto pour la sortie (si retour à la maison en voiture ou taxi)
- Lunettes de soleil (en cas de traitement de la jaunisse de votre enfant par photothérapie, vous pourrez rester en sa présence mais la lumière bleue diffusée par la couveuse est parfois inconfortable pour vous)

Il est fortement déconseillé d'emporter de l'argent, des bijoux, des effets de valeur. L'hôpital ne peut être tenu pour responsable de la perte ou la disparition des objets détenus par les usagers (loi n°92 614 du 6 juillet 1992 et décret d'application 93 550 du 27 mars 1993).