

MA VALISETTE Maternité



Documents

- o Pièce identité
- o Dossier de grossesse (échographies, examens et analyses)
- o Carte de groupe sanguin
- o Carte vitale + Mutuelle + CAF
- o Livret de famille si existant
- o Reconnaissance anticipée si faite
- o Carnet de santé mère + père
- o Projet de naissance



Divers

- o Echarpe ou bandeau de portage
- o Dossier de grossesse
- o Lampe douce ou veilleuse
- o Petite enceinte de musique pour la salle de naissance
- o Multiprise ou chargeur supplémentaire
- o Petit coussin pour des nuits plus douces
- o Pièce identité + livret de famille
- o Thermomètre bébé embout souple



Maman

Pour le jour de l'accouchement

- o Un vêtement ample
- o Des slips (jetables ou non)
- o Une bouteille d'eau
- o Un brumisateur
- o De la musique si vous le souhaitez
- o Echarpe ou bandeau de portage

Pour le séjour

- o Un vêtement ample
- o Chaussons
- o Slips jetables ou lavables en coton taille haute
- o Soutien-gorge sans armature
- o Nécessaire de toilette
- o Serviettes de toilette
- o Serviettes périodiques
- o 1 oreiller ou 1 coussin d'allaitement
- o Bouts de sein en silicone

Enlever vernis à ongles, bijoux et percings avant de venir



Bébé

En salle de naissance

- o Petite couverture polaire
- o Un body
- o Un pyjama chaud en velours (même en été)
- o 2 brassières de laine
- o Une paire de chaussons ou chaussettes
- o Un bonnet

Pour le séjour

- o Body (6 ou 8)
- o Pyjamas (6 ou 8)
- o Une turbulette gigoteuse
- o Chaussettes/ chaussons
- o Brassières de laine
- o Bavoirs ou langes
- o Couches
- o Cotons

Pensez à laver au moins une fois tous les vêtements de bébé au savon de Marseille ou avec une lessive labellisée écocert et sans adoucissant «très parfumé».