

Ma valise pour la Maternité

Numéro des sages-femmes

24h/24 : 04 74 38 95 12

Le dossier administratif

- Pièce d'identité
- Carte vitale + carte de mutuelle
- Carte de groupe sanguin avec deux déterminations distinctes
- Vos résultats d'analyses en format papier
- Livret de famille ou reconnaissance anticipée

La valise de Bébé

Pour la maternité :

- 5 Bodies
- 3 brassières en laine ou gilets chauds (même l'été)
- 2 bonnets
- 3 paires de chaussettes et chaussons
- 5 pyjamas
- 2 gigoteuses ou turbulettes
- 1 couverture de berceau chaude
- 3 bavoirs
- 3 capes de bain ou serviettes de toilette

Pour la sortie :

- 1 nid d'ange pour la première sortie de bébé
- 1 couverture
- 1 bonnet chaud
- Pour la sécurité en voiture : 1 cosy (dos à la route) ou 1 nacelle rigide

Info :

La taille T0 (50cm) « naissance » convient très peu de temps. Ne prenez qu'une tenue T0 et plusieurs T1 mois 54cm, sauf bébé de moins de 3kg annoncé

Ma valise pour la Maternité

Numéro des sages-femmes

24h/24 : 04 74 38 95 12

La valise de Maman pour la maternité :

Pour l'accouchement :

- Un sac contenant la tenue de naissance de votre bébé (pyjama, body, brassière,
- chaussettes, chaussons, bonnet) + un pyjama pour maman
- 1 brumisateur, de quoi lire, écouter de la musique (CD) ou regarder un film

Pour votre séjour :

- Prévoyez des vêtements avec une ouverture sur le devant, plus pratique si vous allaitez.
- 2 chemises de nuit / pyjamas ; 1 robe de chambre ; 1 paire de pantoufle ; des vêtements
- Des serviettes et gants de toilette, mouchoirs en papier
- Un sac pour le linge sale
- 1 trousse de toilette (shampooing sec et lingettes en cas de difficulté pour se doucher, ou césarienne)

En cas d'allaitement maternel :

- 2 soutiens gorges d'allaitement ou brassières d'allaitement (1 à 2 tailles au dessus de votre taille habituelle)
- Des coussinets d'allaitement à usage unique ou lavable
- 1 coussin spécial allaitement pour le confort

En plus :

- Une veilleuse (à piles), appareil photo, magazines, livres, albums photos...
- Tout ce qui peut vous faire vous sentir bien dans votre chambre à la maternité