

La valise de Bébé

Pour le séjour

- ♥ Environ 6 changes : bodys, pyjamas, brassières, chaussettes, bavoirs
- ♥ Des couches
- ♥ Des carrés de coton
- ♥ Du liniment
- ♥ Du cytelium pour le soin de cordon (en pharmacie)
- ♥ Des serviettes de toilette ou des capes de bain
- ♥ Un savon doux
- ♥ Un thermomètre de bain
- ♥ Un thermomètre pour votre bébé

Pour l'accouchement

- ♥ Un body
- ♥ Un pyjama velours
- ♥ Une brassière de laine ou un gilet
- ♥ Des chaussettes ou des chaussons
- ♥ Un bonnet
- ♥ Une couverture
- ♥ Une turbulette/gigoteuse

Ma liste maternité

Retrouvez tous les indispensables

La valise de Maman

Pour le séjour

- ♥ Des grandes protections hygiéniques
- ♥ Des culottes en tissu ou slips jetables
- ♥ Bas de contention si votre médecin vous en a prescrit pendant votre grossesse
- ♥ Nécessaire et linge de toilette
- ♥ Veilleuse ou lampe de chevet pour votre confort nocturne et celui de votre bébé

Pour l'accouchement

- ♥ Une grande serviette de toilette
- ♥ Un maillot de bain 2 pièces ou une brassière (optionnel)
- ♥ Un brumisateur (optionnel)
- ♥ Une tenue pour le retour en chambre : grand tee-shirt ou chemise de nuit
- ♥ Un peu d'occupation : livre, musique...

Si vous souhaitez allaiter...

- ♥ Des tenues confortables et des soutien-gorges d'allaitement
- ♥ Une crème pour vos mamelons (préférez la lanoline pure)
- ♥ Un coussin d'allaitement

Des accessoires type tétines, bout de sein, coussinets d'allaitement... pourraient vous être utile mais selon vos envies et convictions, il n'est pas forcément nécessaire de les acheter.

Mes documents à ne pas oublier...

- ♥ Pièce d'identité / Carte vitale / Carte mutuelle
- ♥ Livret de famille / Reconnaissance anticipée
- ♥ Carte de groupe sanguin avec 2 déterminations
- ♥ Tous mes résultats de prises de sang et prélèvement vaginal (format papier)
- ♥ Examens radiologiques éventuels



En cas de diabète gestationnel, j'apporte mon appareil de surveillance et mon carnet de glycémies