

VALISE MAMAN BEBE

Pour la maman

Pour le jour de l'accouchement :

Un bagage minimum comprenant :

Un brumisateur d'eau minérale

Une pièce de 2 euros pour le vestiaire

Des boissons non lactées sans pulpe et sans gaz autorisées pendant le travail après accord de l'anesthésiste.

Une clé USB avec votre playlist favorite, ou votre smartphone avec connecteur USB (une enceinte est à votre disposition en salle de naissance)

Un appareil photo

Pour le papa, prévoir une chemise ouverte s'il souhaite effectuer le peau à peau avec son bébé

Pour le séjour :

Linge et nécessaire de toilette (prévoir un savon doux pour la toilette intime)

Tenues confortables (si vous désirez allaiter : vêtement ouvert sur le devant, soutien gorge d'allaitement : une taille supérieure à celle de votre fin de grossesse)

Slips jetables ou sous vêtements en coton

Ballerines ou tongs

Pour le bébé

Pour le jour de la naissance

Un bonnet, un body ou brassière, pyjama, chaussettes, gilet.

Pour le séjour

Bavoirs

Bodys ou brassières (au moins un par jour)

Pyjamas taille 1 mois

Chaussons ou chaussettes

Turbulette taille 0-6 mois

Couches (2-5 kilos)

Pour la sortie

Tenue complète adaptée à la saison (bonnet)

Siège adapté au transport du nouveau né (selon les normes réglementaires)