

La valise maternité

Pour vous

- Bouteille d'eau non gazeuse ou boisson sucrée sans gaz et sans pulpe
- Une grande chemise ou un T-shirt confortable qui s'ouvre sur l'avant ou l'arrière
- Votre musique personnelle si vous le souhaitez ainsi qu'une petite enceinte
- Votre coussin d'allaitement si vous le souhaitez

Pour le reste de votre séjour

Pour vous

- Des vêtements souples et confortables pour la journée
- Une paire de chaussons
- Deux chemises de nuit (ouverte devant si allaitement) ou un pyjama
- Des soutien-gorge d'allaitement si souhait maternel (1 taille de bonnet supérieure au dernier porté en fin de grossesse, idéalement sans armatures de type brassière)
- Un oreiller supplémentaire ou un coussin de maternité
- Des serviettes de toilette
- Vos affaires personnelles de toilette
- Des serviettes hygiéniques spéciales maternité et des slips filets
- Un débardeur ajusté ou un bandeau de peau à peau
- Un stylo
- Une montre ou un réveil

Pour votre bébé

- Couverture chaude pour le peau à peau
- Une serviette de bain pour l'envelopper immédiatement après la naissance
- Body en coton
- Bonnet taille naissance
- Pyjama
- Gilet en laine
- Un débardeur ajusté ou un bandeau de peau à peau
- Paire de chaussettes ou chaussons
- Turbulette

Pour votre bébé

- 6 bodys manches longues (idéalement ouverture ventrale)
- 4 à 6 pyjamas
- 2 gilets chauds
- 2 bonnets taille naissance
- 3 paires de chaussettes
- Deux turbulettes ou gigoteuses
- Une serviette de bain
- Un thermomètre rectal pédiatrique
- Un peigne ou brosse nouveau-né
- 4 langes en coton (carrés de tissu)
- 2 bavoirs petite taille