

Liste nécessaire

pour votre séjour



POUR MAMAN

- traitement personnel (médicaments, appareil à glycémie...)
- des vêtements et pyjama souples et confortables
- des hauts et sous-vêtements adaptés à l'allaitement maternel si vous avez fait ce choix
- votre nécessaire de toilette avec savon doux et des serviettes de toilettes
- les bas de contentions prescrits pendant votre grossesse
- une paire de chaussons
- des slips confortables en coton ou jetables
- des serviettes hygiéniques pour flux abondant
- un stylo
- un coussin d'allaitement et un bandeau de peau à peau si vous le souhaitez (*facultatif*)
- une gourde



POUR BÉBÉ

- 6 pyjamas, en velours ou coton selon la saison, 6 bodys manches longues en coton (lavés et étiquettes coupées)
- 3 brassières de laine
- 2 bonnets, 4 paires de chaussettes ou chaussons
- 2 serviettes de toilette éponge réservées à sa toilette
- 1 gigoteuse
- 1 couverture
- 1 paquet de couches
- 1 tenue pour le départ, adaptée à la saison
- un nécessaire de toilette avec savon doux sans parfum, thermomètre de bain et thermomètre électronique standard (prise de température sous le bras ou rectale)
- des bavoirs, des langes en coton (*facultatif*)
- pas de lingettes jetables
- prévoir un siège-auto type « coque » groupe 0 dos à la route en cas de retour à domicile en voiture

Prévoir **un petit sac à part** pour la salle de naissance, 1 seul sac de petite taille accepté.

- 1 tenue complète pour le nouveau-né
- 1 tenue confortable pour la maman (pour après l'accouchement)
- 1 brumisateur d'eau éventuellement
- de quoi se divertir (lecture, musique, casque audio...)
- 1 stylo

