



Je mets quoi - DANS MA VALISE - de maternité ?



C'est la question que se posent toutes les futures mamans dès lors que l'accouchement approche ! Alors, tout d'abord on y met beaucoup d'amour, bien sûr ! Mais aussi les essentiels suivants pour un séjour tout doux et mémorable à la maternité.

1 DANS LE SAC DE NAISSANCE

PAPIERS ADMINISTRATIFS

- Carte d'identité + celle du conjoint
- Carte vitale
- Carte de mutuelle
- Carte de groupe sanguin
- Dossier avec toutes les échographies et résultats des analyses de laboratoire
- Livret de famille
- Carnet de chèque

POUR MAMAN

- 1 tenue confortable
- 1 culotte Tena Pants
- 1 paire de chaussons
- De la monnaie pour le papa
- 1 chargeur de téléphone
- Appareil photo
- 1 paquet de mouchoirs

POUR BÉBÉ (en taille naissance)

- 1 body croisé
- 1 pyjama
- 1 gilet chaud
- 1 béguin
- 1 paire de chaussons

2 DANS LA VALISE DE MATERNITÉ

POUR MAMAN

- 2 tenues confortables
- 2 pyjamas
- 2 chemises de nuit
- 3 soutiens gorges + 1 brassière
- 4 paires de chaussettes
- 1 peignoir léger
- 1 paquet de 5 slips filet taille unique
- 1 paquet de 12 serviettes hygiéniques
- 1 paquet de Tena Pants
- Trousse de toilette
- 2 serviettes de bains
- 1 tapis de bain
- Trousse à maquillage minimaliste
- 1 coussin d'allaitement
- Votre oreiller (pour plus de confort)
- Votre lisseur/sèche cheveux
- 1 chargeur téléphone
- 1 carnet et 1 stylo pour noter les repas/changes
- 1 veilleuse
- Des gourmandises à grignoter

POUR BÉBÉ

- 7 pyjamas (2 naissance, 5 - 1 mois)
- 7 bodys (2 naissance, 5 - 1 mois)
- 3 gilets (1 naissance, 2 - 1 mois)
- 2 gigoteuses
- 2 paires de chaussons
- 2 béguins (1/6 mois)
- 4 paires de chaussettes
- 8 bavoirs éponges
- 8 langes
- 2 sorties de bain
- 2 tétines
- 1 ou 2 jolies couvertures
- 1 paquet de couches
- 1 paquet de coton maxi
- Sa trousse de toilette
- 1 thermomètre pour le bain
- 1 thermomètre médical



3 POUR LA SORTIE

POUR MAMAN

- 1 robe large
- 1 paire de collants de grossesse (en hiver)

POUR BÉBÉ (en taille 1 mois)

- 1 beau pyjama bien chaud
- 1 nid d'ange
- 1 écharpe de portage
- 1 siège auto dans la voiture

