LA VALISE

Bébé

- ☐ 3 brassières en laine
- ☐ 5-6 pyjamas
- ☐ 5-6 bodys manches longues
- ☐ 2-3 bonnets (de différentes tailles)
- ☐ 3 paires chaussettes
- ☐ 2 paires chaussons en laine si possible
- ☐ 2 gigoteuses (turbulettes)
- ☐ 1 nid d'ange
- ☐ 4 serviettes de bain ou cape de bain
- ☐ Doudou
- ☐ 6 bavoirs
- ☐ 1 paquet de couches Taille 1
- ☐ Thermomètre rectal digital
- ☐ Écharpe de portage ou porte-bébé

Pour l'accouchement :

- ☐ 1 pyjama
- ☐ 1 body manche longue
- ☐ 1 brassière
- ☐ 1 bonnet
- ☐ Des chaussettes/chaussons
- ☐ 1 gigoteuse

Papa / co-parent

- ☐ Nécessaire toilette
- ☐ Pyjamas
- ☐ Tenue de rechange
- ☐ Sac de couchage
- ☐ Pantoufles ou chaussons

Maman

- ☐ Brumisateur (pour la salle de naissance)
- ☐ Gel douche intime
- ☐ Serviettes de bain
- ☐ Nécessaire toilette
- ☐ Un paquet de protections hygiéniques sans parfum
- ☐ Chemises de nuit ou pyjamas
- ☐ Tenues amples (tee-shirts et leggings)
- ☐ Sèche-cheveux
- ☐ Pantoufles ou chaussons
- ☐ Peignoir
- ☐ Un soutien-gorge de sport pour les mamans qui n'allaitent pas (en cas de montée de lait)
- ☐ 1 paire de bas de contention personnel

Facultatif :

- ☐ Culottes jetables
- ☐ Lampe de chevet
- ☐ Oreiller
- ☐ Langes en coton

Pour allaitement maternel :

- ☐ Coussin d'allaitement
- ☐ Coques
- ☐ Soutien-gorge d'allaitement et vêtements adaptés
- ☐ Coussinets
- ☐ Crème hydratante pour mamelons

Administratif

- ☐ Votre dossier de grossesse
- ☐ Une pièce d'identité
- ☐ Votre livret de famille/reconnaissance anticipée
- ☐ Votre carte de groupe sanguin
- ☐ 1 stylo

Bonjour !

Maman allaite, merci de repasser.

