

La Valise de maternité



Le rencontre s'approche !

POUR BEBE

- 6 pyjamas
 - 6 bodys (avec l'ouverture par avant)
 - 4 brassières
 - 3 gilets
 - 1 bonnet
 - 2 gigoteuses
 - 1 paire de moufles
 - 3-4 paires de chaussettes
 - 1 paire de chaussons
 - 3-4 langes bébé en coton ou coton bio
 - 1 cape de bain + 2 serviettes
 - Des couches écoresponsables
- Un petit conseil : prévoyez 2 tailles : 1 et 3 mois*



NÉCESSAIRE DE TOILETTE BEBE

- Gel lavant bébé
- Cotopads
- Crème pour la change
- Liniment oléo-calcaire
- Sérum physiologique
- Brosse à cheveux souple



POUR MAMAN

- Vêtement du quotidien : grandes T-shirts et chemises, gilets, jogging, chaussettes
- 10 slips jetables ou culottes larges
- 1 paire de chaussons
- 1 peignoir ou grand gilet
- 2 tenues pour les visites
- 1 serviette de bain de couleur foncée ou à jeter
- 1 sac pour linge sale
- Un smartphone et/ou tablette

POUR ALLAITER

- Soutien-gorge d'allaitement
- Coussinets d'allaitement
- Coussin d'allaitement
- Crème mamelons
- Coussinets d'allaitement



TROUSSE DE TOILETTE MAMAN

- Gel douche
- Gel intime
- Shampoing
- Déodorant
- Lime à ongles
- Culotte menstruelles ou serviettes hygiéniques ultra-absorbantes



TROUSSE DE MAQUILLAGE MAMAN

- Anti-cernes
- Poudre avec un miroir ou miroir de poche
- Blush
- Mascara
- Baume à lèvres



La Valise de maternité



Le rencontre s'approche !

DOCUMENTS

- Carte Vitale
- Carte Mutuelle
- Numéro d'allocataire CAF
- Livret de famille ou reconnaissance anticipée
- Dossier de suivi de grossesse (examens, échos, carte de groupe sanguin, dossier obstétrique et anesthésique)



POUR PAPA

- Pièces de monnaies
- Lecture, casque ou enceinte bluetooth
- Chargeur portable
- Appareil photo



POUR LA SALLE DE NAISSANCE BEBE

- Body (tailles 1 et 3 mois)
- Pyjama qui s'ouvre par l'avant
- Paire de chaussettes
- Gilet chaud
- Bonnet



POUR LA SALLE DE NAISSANCE MAMAN

- Grande chemise ou T-shirt
- Chaussettes chaudes
- Gourde d'eau minérale
- Brumisateurs d'eau minérale
- Élastique pour les cheveux
- Bandeau pour les cheveux
- Lunettes si vous portez des lentilles
- Encas sain (ex. compotes)

POUR LA SORTIE BEBE

- Body (tailles 1 et 3 mois)
- Pyjama qui s'ouvre par l'avant
- Chaussettes
- Gilet chaud
- Bonnet



VOS NOTES

