

Votre Valise

Privilégier les textiles 100% coton ou labellisés (OEKO-TEX, GOTS), lavés avant utilisation et pourquoi pas, penser à la seconde main ☺ ?

Pour la salle de **naissance**

- ☐ 1 pyjama
- ☐ 1 body
- ☐ 1 brassière
- ☐ 1 paire de chaussettes/chaussons
- ☐ 1 bonnet
- ☐ 1 couverture polaire
- ☐ 1 brumisateuse (pour la maman)
- ☐ Livret de famille ou la reconnaissance anticipée
- ☐ Groupe sanguin
- ☐ Dossier de grossesse (bilans sanguins, échographies)



Pour le séjour de **Maman** **Eviter les culottes jetables, préférer les culottes en coton confortables**

- ☐ Un stylo
- ☐ Un bandeau de peau à peau (facultatif)
- ☐ Une veilleuse (facultatif)
- ☐ Serviette de bain
- ☐ Nécessaire de toilette
- ☐ Pyjama
- ☐ Vêtements (tenues confortables)
- ☐ Protections périodiques de préférence avec un écolabel ou en coton bio ou lavables
- ☐ Slips en coton ou Culottes menstruelles lavables
- ☐ Soutien-gorge sans armatures ou brassière de maintien

Si vous souhaitez allaiter :

- ☐ Un coussin d'allaitement (facultatif)
- ☐ Un soutien-gorge d'allaitement (prendre 1 taille supérieure à celle de fin de grossesse)
- ☐ Des coussinets d'allaitement
- ☐ Une crème en prévention pour hydrater et apaiser les mamelons

Pour le séjour de votre **bébé**

Pour la toilette de bébé, privilégiez les pains de savon solide sans parfum, écolabellisé (COSMEBIO ECOCERT).

- ☐ Une couverture polaire /Un nid d'ange/Une turbulette
- ☐ 6 à 8 bodys
- ☐ 6 à 8 pyjamas
- ☐ 3 brassières de laine
- ☐ 2-3 bonnets
- ☐ 2-3 paires de chaussettes/chaussons
- ☐ Des bavoirs
- ☐ Un thermomètre de bain
- ☐ Un biberon stérilisé et un goupillon : privilégier les biberons en verre ou inox (*pour une alimentation au biberon*)
- ☐ 1 siège auto homologué (cosy) ou lit nacelle de sécurité pour le retour à la maison

Les couches et le coton sont fournis pour les premiers jours. La maternité fournit également du lait artificiel quand vous ne souhaitez pas allaiter.