

# VOTRE VALISE POUR LA MATERNITE

## Pour le séjour en maternité

### Pour Bébé

- 5 bodys en coton
- 5 pyjamas en éponge
- 3 gilets
- 5 paires de chaussettes
- 5 bavoirs
- 1 petit thermomètre électronique
- 1 peigne
- 5 serviettes de toilette
- 1 paquet de changes-complets taille 1 (2 à 5 kg)

Pensez à laver les vêtements et les serviettes de toilette de votre bébé avant de les utiliser, que ce linge soit neuf ou qu'il vous ait été prêté.

### Pour Maman

- Pyjamas ou tenues confortables (qui s'ouvrent sur le devant)
- Slips filet jetables grande taille
- 1 ou 2 soutien-gorge d'allaitement, des coussinets, 1 tube de crème à la lanoline si vous souhaitez allaiter
- Un nécessaire de toilette
- Plusieurs serviettes de toilette
- Chaussons
- Stylo, montre, chargeur de portable, de la musique, etc.

### La Maternité vous fournit :

du savon doux pour la toilette intime, des protections hygiéniques, 1 ou 2 slips filet ainsi que les produits de toilette et les 15 premières couches pour le bébé.

### Les documents indispensables

- Carte d'identité
- Carte Vitale
- Carte de mutuelle
- Livret de famille ou reconnaissance anticipée, si elle a été faite
- Carte de groupe sanguin avec les 2 déterminations
- Votre dossier médical si vous êtes suivie à l'extérieur du CH Sud Essonne, échographies, examens de laboratoire
- Désignation de la personne de confiance

## Pour la salle de naissance dans un petit sac à part

### Pour Bébé:

- 1 body en coton manches longues
- 1 pyjama
- 1 gilet
- 1 paire de chaussettes
- 1 bonnet
- 1 **gigoteuse** taille naissance adaptée à la saison



### Pour Maman:

- un brumisateur d'eau (un petit modèle suffit)
- des chaussettes si vous êtes frileuse

### Pour Papa :

- de la monnaie pour le distributeur de boissons
- un chargeur de téléphone

## Pour le retour à la maison, pensez au siège-auto.

