Checklist
des indispensables à glisser dans
ma valise maternité

POUR VOTRE ADMISSION

- [ ] Les documents de l'hôpital
- [ ] Le livret de famille ou formulaire de
- [ ] l'Etat Civil
- [ ] Ma pièce d'identité
- [ ] Ma carte d'assurance maladie

POUR LA SALLE D'ACCOUCHEMENT

Pour moi

- [ ] 1 grand t-shirt ou chemise de nuit
- [ ] 1 paire de chaussettes
- [ ] 1 brumisateur
- [ ] 1 bonne playlist
- [ ] 1 maillot de bain si accouchement dans l'eau

Pour bébé

- [ ] 1 body pressionné
- [ ] 1 pyjama
- [ ] 1 brassière
- [ ] 1 petit bonnet
- [ ] 1 paire de chaussettes

POUR LA SORTIE

- [ ] Un bonnet chaud
- [ ] Un siège-auto ou nacelle
- [ ] Une combi-pilote, nid d'ange ou couverture
- [ ] Une tenue complète pour bébé inclus des chaussons
- [ ] Une tenue complète pour vous, adaptée à l'allaitement

POUR LE SÉJOUR

- [ ] 2 pyjamas
- [ ] 1 peignoir
- [ ] 1 tenue confortable
- [ ] 1 gilet
- [ ] Des chaussettes chaudes
- [ ] 1 paire de pantoufles
- [ ] 3 hauts d'allaitement
- [ ] 3 soutien-gorge d'allaitement
- [ ] 6 culottes en coton confortables
- [ ] 1 paquet de protections hygiéniques très absorbantes
- [ ] 1 paquet de coussinets et/ou des coupelles ou coquillages d'allaitement
- [ ] 1 tube de crème pour l'allaitement à la lanoline
- [ ] Ma trousse de toilette
- [ ] Un peu de lecture, musique
- [ ] 1 chargeur de téléphone
- [ ] De l'argent de poche

POUR LE SÉJOUR

- [ ] 6 bodys
- [ ] 3 pyjamas
- [ ] 3 tenues
- [ ] 1 brassière
- [ ] 5 paires de chaussettes
- [ ] 1 bonnet
- [ ] 3 bavoirs
- [ ] 3 langes en coton
- [ ] 1 gigoteuse
- [ ] Des couches
- [ ] Ses produits de soin : crème lavante, liniment, cotons
- [ ] 1 lolette
- [ ] Son premier doudou

Et pour le papa ou la personne accompagnante des habits de rechange,
son téléphone et chargeur et un bon oreiller :-)