

# PRÉPARER VOTRE SÉJOUR EN MATERNITÉ

## > le trousseau

### Votre sac pour la **salle de naissance**,

(il est préférable de ne pas apporter tout de suite la valise pour le séjour)

#### POUR HABILLER BÉBÉ :

- turbulette ou gigoteuse
- body en coton
- pyjama
- brassière de laine

#### POUR VOUS-MÊME :

- brumisateur
- culotte jetable filet
- chemise de nuit ou grand tee-shirt et legging pour votre retour en chambre.

#### LES PAPIERS À APPORTER :

- votre carte d'identité
- votre carte vitale
- votre carte de complémentaire santé ou mutuelle (et si nécessaire le justificatif de prise en charge du supplément pour chambre individuelle)
- votre livret de famille
- votre carte de groupe sanguin
- la reconnaissance anticipée du bébé pour les couples non mariés (document produit par la mairie).

### Votre valise pour votre séjour à la **maternité**,

#### POUR HABILLER BÉBÉ :

- turbulette ou gigoteuse
- bodys en coton
- pyjamas
- brassières de laine
- bonnet et chaussettes
- bavoirs

#### POUR SES SOINS :

- thermomètre rectal (sauf mercure)
- thermomètre pour l'eau du bain
- paquet de coton (grands carrés)
- paquet de couches pour nouveau-né
- brosse à cheveux
- flacon de liniment (mélange huile d'olive/oléocalcaire, demandez conseil à votre pharmacien)
- serviette de bain.

#### POUR LE JOUR DE LA SORTIE :

- une tenue adaptée à la saison
- un siège auto dos à la route homologué (cf dispositions du code de la route).

#### POUR VOUS-MÊME :

- chemises de nuit et vêtements confortables
- culottes jetables filet
- serviettes périodiques maxi nuit
- nécessaire de toilette (serviette de bain, produit de toilette pour hygiène intime, savon, shampooing, brosse à dents,...)

#### si vous souhaitez allaiter :

- coussinets d'allaitement et coussin d'allaitement si nécessaire.
- soutien-gorge d'allaitement
- lanoline pure (demandez conseil à votre pharmacien).

