

Liste des petites choses à apporter pour le séjour à la maternité

Pour le jour J

Dans un sac à part, prenez juste le nécessaire pour la salle d'accouchement :

Pour vous :

-Votre dossier de suivi, avec facilement accessible le dernier bilan sanguin et votre carte de groupe sanguin. Pensez à prendre 1 euro ou 1 jeton de caddie pour le casier où laisser quelques affaires.

-De quoi vous rafraîchir :Brumisateur

-De quoi vous réchauffer :Bouillote

-De quoi vous sentir bien en salle de naissance : Voilà quelques petites idées : De quoi vous mettre dans votre bulle, s'il n'y a pas de péridurale, c'est précieux ! de la musique, un éclairage tamisé (petite veilleuse), le nécessaire pour le mouvement (ballon, suspension, tapis) est fourni par la maternité.

-Une tenue pour être à l'aise pour vous rhabiller après la naissance (une blouse d'hôpital peut vous être donnée)

Pour votre bébé :

Une tenue pour l'habiller après la naissance : 1 body, 1 pyjama, 1 brassière, des chaussons, 1 bonnet.

Pour le séjour

Pour vous :

Des serviettes hygiéniques jetables sont fournies, il peut être judicieux d'apporter des serviettes pour la fin du séjour moins épaisses que celles de la maternité pour un peu plus de confort.

-Vêtements de nuit

-Vêtements amples, confortables pour la journée

-culottes en coton amples-slip jetable. 1 slip sera fourni mais c'est souvent trop peu

-Affaires de toilette, une petite serviette vous est fournie.

-Si vous allaitez un ou deux soutien-gorge d'allaitement

-Une couverture si vous avez tendance à être frileuse

Pour le bébé :

-6 bodys, 6 pyjamas, 2 brassières, 2 paires de chaussettes, 1 bonnet.

-1 gigoteuse/nid d'ange

-penser à la sortie avec un vêtement plus chaud.

Pour le co-parent :

De quoi vous restaurer en salle de naissance. La maman peut être limitée en nourriture/boisson, mais pas vous ! Si vous souhaitez, vous pourrez rester dormir à la maternité, il y a quelques lits de disponibles.