

LE NECESSAIRE POUR VOTRE SEJOUR

➔ Documents administratifs :

- Carte de Groupe sanguin
- Pièce d'identité
- Livret de famille
- Dossier médical ou suivi de grossesse
- Carte Vitale

➔ Votre séjour :

↳ Pour vous

- Nécessaire de toilette (linge, savon, shampoing et autres effets personnels),
- Slips jetables (filet de préférence) ou slips ordinaires en coton, en quantité suffisante
- Serviettes hygiéniques
- Tenues confortables
- Un brumisateur d'eau
- Une petite lampe de chevet
- Un paréo (peut permettre le bandage du bassin après l'accouchement)

↳ Pour votre bébé

- Le nécessaire de toilette (plusieurs serviettes et draps de bain, thermomètre électronique pour la mesure de la température de bébé, bodys et pyjamas, vêtements, layette)
- Prévoir 2 brassières chaudes, un bonnet, des chaussettes
- Un nid d'ange ou une turbulette
- Un vêtement chaud pour la sortie en extérieur (selon la saison)
- Une couverture douillette
- Une écharpe de portage, si vous le souhaitez
- Des bavoirs

➔ En cas d'allaitement maternel :

- Un soutien-gorge avec un bon maintien, de 2 tailles au-dessus de votre taille actuelle (plutôt qu'un soutien-gorge d'allaitement, trop compressif), sans armature
- Des coussinets
- Prévoir des vêtements s'ouvrant par devant ou amples