

# VALISE DE MATERNITÉ



## PAPIERS

- Carte de sécurité sociale
- Carte de mutuelle
- Pièce d'identité
- Livret de famille
- Carte de groupe sanguin
- Carnet de maternité
- Vos éventuels résultats d'analyses
- La dernière échographie

### Le petit plus :

- Monnaie pour le distributeur
- Faire de la place dans vos photos

## SALLE DE NAISSANCE



### Côté bébé :

- 1 body
- 1 pyjama
- 1 bonnet
- 1 paire de chaussettes
- 1 brassière ou gilet chaud
- 1 plaid tout doux

### Côté maman :

- 1 robe large ou un grand t-shirt
- 1 paire de chaussettes
- Votre paire de lunettes  
(si vous portez des lentilles de contact 😊)

### Le petit plus :

- 1 brumisateur
- 1 petite serviette
- 1 collation du type fruits secs
- De l'eau
- De quoi vous détendre (lecture, musique, série)
- Votre chargeur de téléphone
- Coussin d'allaitement
- Des bruits blancs
- 1 tétine ou un doudou

## SÉJOUR à LA MATER

### Côté bébé :

- 5 bodys
- 1 brassière ou un pull chaud
- 5 dors bien
- 2 paires de chaussettes
- 1 paire de petites moufles
- 2 bavoirs
- 1 cape de bain ou serviette en coton
- 1 gigoteuse
- 3 langes
- 1 trousse de toilette
- Compresse en tissu

### Côté maman :

- 2 à 3 pyjamas
- Vêtements confortables
- 1 gros gilet ou un peignoir
- 1 paire de chaussons
- 1 bonne paire de chaussettes
- Culottes jetables ou en coton
- 1 boîte de mouchoirs en papier
- Serviettes hygiéniques
- Linge et nécessaire de toilette
- 1 appareil photo

### Pour celles qui allaitent :

- Crème lanoline
- Hauts d'allaitement
- 1 soutien-gorge d'allaitement

### Le petit plus :

- Lampe de chevet ou veilleuse
- Produits de beauté préférés
- 1 petite enceinte
- 1 masque de nuit
- 1 carnet et un stylo
- Des sachets d'infusion
- Douceurs et autres gourmandises
- Photos imprimées

## SORTIE DE BÉBÉ

- 1 tenue chaude
- 1 nid d'ange
- 1 paire de moufles
- 1 paire de chaussettes
- 1 bonnet chaud
- 1 siège auto
- 1 poussette



## SORTIE DE MAMAN

- Une tenue qui vous plait
- Des chaussures confortables
- 
- 

## PERSO

- 
- 
- 
- 
- 
- 

