



Valise maternité

## LA CHECK-LIST

### LES PAPIERS À NE PAS OUBLIER

- Le dossier obstétrique et anesthésique
- Le numéro d'allocataire CAF
- La carte du groupe sanguin
- Le livret de famille
- La carte de Sécurité Sociale
- La carte de mutuelle
- Le carnet de maternité

### POUR LA SALLE D'ACCOUCHEMENT

#### Pour vous

- Un grand t-shirt
- Une chemise de nuit courte
- Une paire de chaussettes
- Un brumisateur

#### Pour bébé

- Des chaussons ou des chaussettes
- Son premier body
- Un petit bonnet
- Un pyjama
- Une brassière en laine ou un petit gilet chaud

### POUR LE SÉJOUR À LA MATERNITÉ

#### Pour vous

- Deux chemises de nuits et une tenue confortable
- Un gilet
- Des soutien-gorge d'allaitement
- Une jolie tenue pour les photos
- Une vingtaine de culottes jetables
- Un peignoir
- Des chaussettes
- Une paire de chaussons
- Du linge et nécessaire de toilette
- Des serviettes hygiéniques
- Des coussinets d'allaitement jetables
- Des compresses d'allaitement

#### Pour bébé

- Deux biberons
- Des bavoirs
- Des bodys
- Des capes de bain
- Des chaussons ou chaussettes
- Des pyjamas, grenouillères
- Un doudou
- Un paquet de couches
- Une trousse de toilette (savon, crème, pour les fesses...)
- Une gigoteuse

### POUR LA SORTIE DE LA MATERNITÉ

- Un bonnet chaud
- Un siège-auto adapté pour les tout-petits
- Une tenue complète pour bébé