

CHECKLIST DE MA VALISE DE MATERNITE

POUR BEBE

- 1 body 100% coton, manches longues croisées à pression
- 1 pyjama à velours ouverture sur le devant
- 1 gilet chaud
- 1 bonnet
- Des petits chaussons
- 1 couverture
- Autre :

POUR MAMAN

- Mon dossier médical
- Notre projet de naissance
- 1 tshirt large
- 1 culotte en coton large
- 1 brumisateur
- 1 paire de chaussettes chaudes
- 1 gilet
- 1 baume à lèvres
- Autre :

PAPIERS ADMINISTRATIFS :

- Ma carte de sécurité sociale
- Mon attestation de mutuelle de tiers payant
- Mon livret de famille
- Ma pièce d'identité
- Ma carte de groupe sanguin

POUR PAPA

- 1 bouteille d'eau
- 1 appareil photo / téléphone
- 1 chargeur
- Autre :

NOTES :

.....

.....

.....

.....

.....

CHECKLIST DE MA VALISE DE MATERNITE

POUR BEBE

- 5 bodies manches longues croisées à pression
- 5 pyjamas
- 2 ou 3 brassières
- 2 ou 3 langes et bavoirs
- 2 bonnets
- 3 paires de chaussons ou chaussettes
- 1 ou 2 gigoteuses taille naissance

- 1 doudou
- 1 thermomètre souple
- 2 draps de bain/capes de bain
- 1 brosse douce
- Couches
- Coton
- Sérum physiologique
- Liniment
- Savon

POUR MAMAN

- Pyjamas/chemises de nuit
- Tshirts et pantalons
- Veste/pull
- Chaussettes
- Chaussons
- Culottes en coton larges
- Serviettes hygiéniques à forte absorption
- Serviette de bain
- 1 tapis de bain
- Ma trousse de toilette
- 1 déodorant
- 1 sac à linge sale
- Autre :

J'ALLAITE, JE N'OUBLIE PAS :

- Soutiens-gorges d'allaitement
- Coussin d'allaitement
- Coussinets d'allaitement
- Crème anti-crevasse
- Tshirt d'allaitement

NOTES :

.....
.....
.....
.....