

## POUR MOI

### En salle d'accouchement :

- 1 grand T-shirt
- 1 paire de chaussettes
- 1 brumisateur
- 1 lot de lingettes rafraîchissantes et déodorantes

### Pour ma toilette :

- Mon nécessaire de toilette
- 1 savon pour les mains
- 1 crème anti-vergetures
- 20 slips jetables
- 1 soin anti jambes lourdes
- 3 serviettes de toilette
- 1 lot de serviettes hygiéniques

### Séjour à la maternité :

- 4 chemises de nuit
- 1 gilet
- 1 peignoir
- 4 paires de chaussettes
- 1 tenue « habillée »
- Du maquillage
- 1 sac à linge sale
- 1 lot de mouchoirs en papier

### Pour l'allaitement :

- 3 soutien-gorge d'allaitement
- 1 lot de coussinets d'allaitement jetables
- 1 lot de compresses d'allaitement
- 1 soin pour mamelons
- 1 coussin d'allaitement

## POUR MON BÉBÉ

### Pour sa toilette :

- 1 lot de couches
- 1 lot de lingettes
- 2 langes
- 1 lait de toilette pour bébé
- 1 sérum physiologique
- De l'éosine
- 1 sortie de bain
- 5 serviettes de toilette (en plus des vôtres)

## POUR PAPA

### Pour s'occuper, Papa appréciera :

- De la monnaie
- Des boissons fraîches
- Des biscuits
- De la lecture
- Le téléphone portable
- Le chargeur
- L'appareil photo

### Pour son confort :

- 2 doudous identiques
- 6 pyjamas
- 8 bodies
- 2 gigoteuses
- 5 paires de chaussettes
- 1 paire de chaussons
- 1 bonnet
- 6 bavoirs

## MES DOCUMENTS

### On vous demandera :

- Votre carte Vitale
- Votre carte de mutuelle
- Votre dossier obstétrique
- Carte de groupe sanguin
- Votre carnet de maternité
- Votre dossier d'inscription à la maternité
- Votre n° d'allocataire CAF
- Votre reconnaissance anténatale
- Votre livret de famille