vertbaudet

Checklist
des indispensables à glisser dans **ma valise maternité**

POUR NOUS PRÉSENTER :

- [ ] Mon dossier obstétrique et anesthésique
- [ ] Ma dernière échographie
- [ ] Mes derniers examens de laboratoire
- [ ] Ma carte de groupe sanguin
- [ ] Mon numéro d'allocataire
- [ ] Ma carte de sécurité sociale
- [ ] Ma carte de mutuelle
- [ ] Mon carnet de maternité

POUR LA SALLE D'ACCOUCHEMENT

Pour moi

- [ ] 1 grand t-shirt
- [ ] 1 paire de chaussettes
- [ ] 1 brumisateur
- [ ] 1 compile de musique
- [ ] Ma paire de lunettes de vue (on oublie les lentilles !)

Pour bébé

- [ ] 1 paire de chaussettes
- [ ] 1 body pressionné
- [ ] 1 pyjama
- [ ] 1 brassière
- [ ] 1 petit bonnet

POUR LE SÉJOUR

Pour moi

- [ ] 1 joli pyjama
- [ ] 1 peignoir
- [ ] 1 tenue confortable
- [ ] 1 gilet
- [ ] 3 soutien-gorges d'allaitement
- [ ] 6 culottes en coton confortables
- [ ] 1 paquet de protections hygiéniques nuit
- [ ] 1 paquet de coussinets d'allaitement
- [ ] 1 tube de crème pour l'allaitement à la lanoline
- [ ] Ma trousse de toilette contenant tous mes produits préférés

Pour bébé

- [ ] 6 bodies
- [ ] 5 paires de chaussettes
- [ ] 3 pyjamas
- [ ] 3 tenues
- [ ] 1 brassière en laine
- [ ] 1 bonnet
- [ ] 3 bavoirs
- [ ] 1 gigoteuse
- [ ] 1 biberon
- [ ] 1 tétine
- [ ] 1 paquet de couches
- [ ] 1 crème lavante
- [ ] 1 flacon de liniment oléo calcaire
- [ ] 1 paquet de coton
- [ ] Son doudou