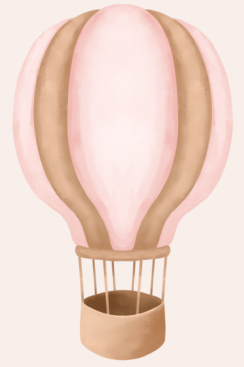




# Checklist Maternité



## Numéros utiles

Standard : 01.49.76.76.49

Service Maternité : 24h/24 - 7j/7

- Suite de couche : 01.49.76.77.10
- Salle de naissance : 01.49.76.77.11
- Fax : 01.49.76.77.17



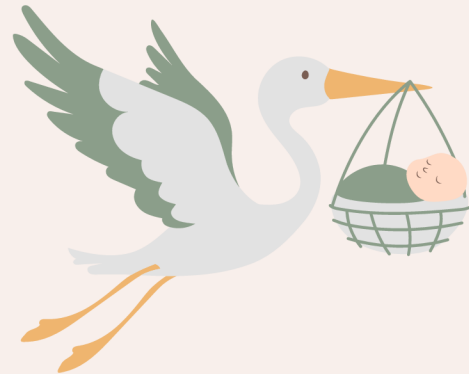
## Administratif

- ☐ Carte d'identité
- ☐ Carte Vitale et mutuelle
- ☐ Dossier de suivi de grossesse
- ☐ Projet de naissance
- ☐ Livret de famille

## Le jour de l'accouchement

### Pour Bébé

- ☐ 1 Bodys en coton manche longue
- ☐ 1 Pyjama
- ☐ 1 Bonnet de naissance
- ☐ 1 paires de Chaussette
- ☐ 1 brassière en laine
- ☐ Gigoteuse / plaide poulaise



### Pour Maman

- ☐ 1 tee-shirt ample ou 1 chemise de nuit
- ☐ 1 brumisateuse
- ☐ 1 paire de chaussette
- ☐ prévoir une playlist sur le téléphone





# Pour le séjour

## Pour maman

- ☐ Pyjamas confortables x 3
- ☐ 1 paire de chaussons
- ☐ Soutiens-gorge d'allaitement x2
- ☐ Culottes jetables ou culottes en coton
- ☐ Bas ou chaussette de contention (si besoins)
- ☐ Coussin de maternité
- ☐ Coussinets d'allaitement (facultatif)
- ☐ Bout de seins en silicone taille S (facultatif)
- ☐ Crème pour mamelons ou coquillage de nacre
- ☐ 1 veilleuse pour la chambre
- ☐ 1 stylo
- ☐ Tenue pour la sortie

## Hygiène maman

- ☐ Sous vêtement absorbant
- ☐ Brosse à dents
- ☐ Dentifrice
- ☐ Shampoing, savon
- ☐ Serviettes de bain + tapis de bain
- ☐ Élastique, pince à cheveux
- ☐ Maquillage
- ☐ Déodorant

## Pour le Papa

- ☐ Chaussons
- ☐ Trousse de toilette (si dors sur place)
- ☐ Snacks + boissons

## Pour bébé

- ☐ Bodys en coton x5
- ☐ Pyjamas x 5
- ☐ Bonnet x1
- ☐ Chaussettes x3 / chaussons
- ☐ Brassières en laine x2
- ☐ Bavoirs x 5
- ☐ Tenue pour la sortie
- ☐ Gigoteuse x2
- ☐ linge en coton pour table à langer x4
- ☐ Couverture polaire ou très grand linge pour emmaillotage
- ☐ Tétine

## Soin de bébé

- ☐ Serviette de bain x4
- ☐ Paquet de carré de coton x1
- ☐ Liniment oléo calcaire ou eau micellaire x1
- ☐ Paquet de couches nouveau-né x1
- ☐ Gel lavant corps et cheveux
- ☐ Une petite brosse
- ☐ Crème hydratante (facultatif)
- ☐ Crème protectrice change (facultatif)
- ☐ Linge pour le bain (Envelopper bébé)

## Pour la sortie

- ☐ un gilet ou combinaison pour le Bébé (selon saison)
- ☐ Système de transport homologué

