

LES INDISPENSABLES POUR
LA MATERNITÉ



MAMAN

Vêtements :

- 1 ou 2 gilets longs
- 1 chemise ample
- 2 chemises de nuit
- 5 tee-shirts manches courtes
- 3 soutiens-gorge
- 5 culottes en coton et/ou jetables
- 5 paires de chaussettes douillettes
- 1 paire de chaussons
- 1 tenue de sortie

Toilette :

- 2 serviettes de bain & gants de toilettes
- Brosse à dent & dentifrice
- Gel douche & shampoing
- Déodorant & lotion pour le corps
- Huile anti-vergetures
- Protections hygiéniques spéciales & coussinets d'allaitement
- Élastique et/ou un bandeau à cheveux

BÉBÉ

Le jour J :

- 1 body manches longues
- 1 dors-bien
- 1 brassière ou cardigan
- 1 bonnet et 1 paire de chaussettes
- 1 gigoteuse TOG 2

Pour le séjour :

- 6 à 8 bodys manches longues
- 6 à 8 dors-bien
- 1 petit look de jour
- 2 brassières de naissance ou cardigans chauds
- 2 paires de chaussettes
- 2 gigoteuses TOG 2
- 2 sorties de bain
- 5 bavoirs et des langes en tissu
- 1 doudou
- 1 tétine (en renfort)

Pour la sortie :

- 1 nid d'ange ou couverture
- 1 siège-auto
- 1 couffin
- 1 porte-bébé
- 1 couverture toute douce
- 1 poussette

DEUXIÈME PARENT

- Pièce d'identité
- Vêtements de rechange
- Téléphone
- Un peu de monnaie
- De quoi grignoter

À NE PAS OUBLIER !

- Brumisateur
- Veilleuse
- Appareil photo

Documents importants :

- Carte vitale
- Carte de mutuelle
- Carte de groupe sanguin
- Dossier médical
- Livret de famille ou acte de reconnaissance anticipée
- Carnet de notes pour commencer à suivre son quotidien s'il n'est pas fourni par la maternité

