

# Valise de *Maternité*



## *Pour Maman*

- Bas confortables
- Chemises de nuit qui s'ouvrent
- Hauts d'allaitement
- Gilet / Pull
- Chaussons / Tonges
- Serviette de bain
- Soutien-gorge d'allaitement
- Culottes & chaussettes
- Peignoir
- Brosse à dents / Dentifrice
- Gel douche / Shampoing
- Brosse à cheveux / Elastiques
- Mouchoirs
- Brumisateur
- Snacks
- Lunettes / Lentilles
- Bas de contention (si prescrits)
- Veilleuse
- Enceinte Bluetooth
- Serviettes de maternité post accouchement
- Spray apaisant post accouchement
- Serviette apaisante chaud / froid
- Douche intime
- Coussinets d'allaitement
- Lanoline HPA Lansinoh
- Coussin d'allaitement

## *Administratif*

- Pièce d'identité
- Carte vitale / Mutuelle
- Livret de famille
- Dossier de maternité (récents examens, échographies, carnet de santé...)
- Projet de naissance

## *Pour Bébé*

- 6 bodies (manches courtes été/longues hiver)
- 4 à 6 pyjamas
- 4 paires de chaussettes
- 1 à 2 gigoteuses
- 2 capes de bain
- 2 bonnets
- Langes en coton
- 2 gilets en laine
- Tenue de sortie / Chaussons
- Manteau (hiver)
- Cosy