



## LA VALISE



### Bébé

- 3 brassières en laine
- 5-6 pyjamas
- 5-6 bodys manches longues
- 2-3 bonnets (de différentes tailles)
- 3 paires chaussettes
- 2 paires chaussons en laine si possible
- 2 gigoteuses (turbulettes)
- 1 nid d'ange
- 4 serviettes de bain ou cape de bain
- Doudou
- 6 bavoirs
- 1 paquet de couches Taille 1

#### Pour l'accouchement :

- 1 pyjama
- 1 body manche longue
- 1 brassière
- 1 bonnet
- des chaussettes/chaussons
- 1 gigoteuse



### Papa / co-parent

- Nécessaire toilette
- Pyjamas
- Tenue de rechange
- Sac de couchage
- Pantoufles ou chaussons



### Administratif

- Votre dossier de grossesse
- Une pièce d'identité
- Votre livret de famille/reconnaissance anticipée



### Maman

- Brumisateur (pour la salle de naissance)
- Gel douche intime
- Serviettes de bain
- Nécessaire toilette
- Un paquet de protections hygiéniques sans parfum
- Chemises de nuit ou pyjamas
- Tenues amples (tee-shirts et leggings)
- Sèche-cheveux
- Pantoufles ou chaussons
- Peignoir
- Un soutien-gorge de sport pour les mamans qui n'allaitent pas (en cas de montée de lait)
- 1 paire de bas de contention personnel

#### Facultatif :

- Culottes jetables
- Lampe de chevet
- Oreiller
- Langes en coton

#### Pour allaitement maternel :

- Coussin d'allaitement
- Coques
- Soutien-gorge d'allaitement et vêtements adaptés
- Coussinets
- Crème hydratante pour mamelons

- Votre carte de groupe sanguin
- 1 stylo

*Bonjour !*

*Maman allaite,  
merci de  
repasser.*

