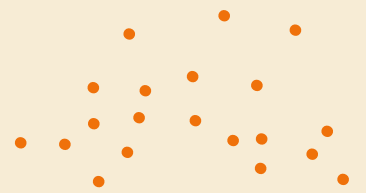


# Checklist

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

- 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
- 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



.....

.....