

# Informations pratiques

## POUR LA MATERNITE, JE PREPARE

### MES DOCUMENTS IMPORTANTS

- Une pièce d'identité : carte d'identité, carte de séjour, permis, passeport
- Carte ou attestation de prise en charge de sécurité sociale
- Attestation de mutuelle
- Résultats d'examens éventuels
- Livret de famille
- Carnet de vaccination de la maman

### LE NECESSAIRE POUR L'ACCOUCHEMENT (Dans un sac à part)

- Brumisateur en été
- Une chemise de nuit ou grand TShirt pour après l'accouchement.
- Un slip jetable
- Vêtements pour le bébé : 1 body, un pyjama, une turbulette et un bonnet

### LE TROUSSEAU DE MAMAN

- 3 pyjamas ou chemises de nuit boutonnées sur le devant (en cas d'allaitement)
- 12 slips périodiques jetables
- Un nécessaire de toilette : serviette de toilette, gants, savon, dentifrice, brosse à dent
- Une robe de chambre
- Des pantoufles
- 2 soutiens gorge d'allaitement ou simple si bébé est alimenté au biberon
- Si vous alimentez votre bébé au sein : un coussin d'allaitement ou un petit traversin

### LE TROUSSEAU DE BEBE

- 1 thermomètre
- 6 bodys
- 2 brassières en laine
- 4 pyjamas ou grenouillères
- 3 paires de chaussettes ou de chaussons en laine en hiver
- 2 serviettes de toilette
- 1 bavoir
- 1 turbulette
- 1 gilet ou manteau de laine pour la sortie
- 2 bonnets
- 1 paquet de couches

