



Pour bien remplir votre valise de maternité



La valise de *maman*

- Pour me sentir comme chez moi :
 - 1 chemise de nuit ou grand t-shirt ample
 - 2 pyjamas
 - soutien gorge d'allaitement
 - 1 gilet ou robe de chambre
 - des chaussettes
 - slippers (il en existe des jetables)
 - protection hygiénique
 - trousse de toilette
 - serviettes de toilette
 - cotons, compresses
- Pour mon confort :
 - 1 brumisateur d'eau fraîche
 - de quoi vous occuper : livres, magazines, musique ...
 - une couverture d'appoint
 - une taie d'oreiller
 - un coussin

à éviter : les objets de valeur, les bijoux...



La valise de *Bébé*

- De quoi lui tenir chaud :
 - 1 pyjama
 - 1 body en coton
 - 1 petit gilet ou une couverture chaude
 - 1 petit bonnet
 - 1 serviette éponge
- Pour le séjour à la maternité :
 - 4 à 5 body en coton
 - 4 petits pyjamas
 - 1 gilet
 - 2 ou 3 paires de chaussettes ou une paire de chaussons
 - 1 paquet de couches premier âge
 - 2 serviettes de toilette
- Pour ramener bébé à la maison :
 - un bonnet
 - 1 nid d'ange ou petit sac de couchage
 - un porte-bébé