

Trousseau pour la salle de naissance

Prévoir un sac séparé du reste de la valise, avec les éléments suivants :

- Vos papiers d'identité, carte vitale, carte de mutuelle de l'année en cours, déclaration anticipée si elle a été faite, livret de famille s'il y en a un.
- Dossier médical avec toutes vos consultations externes, lettres de votre médecin, sage-femme ou divers intervenants, échographies, bilans sanguins, carnet de santé et autres examens ainsi que votre projet de naissance.
- 1 bouteille d'eau, 1 brumisateuse, 1 huile de massage, de la musique pour rendre votre séjour plus agréable.
- 1 paire de chaussettes, 1 maillot de bain et 1 serviette (pour la baignoire en salle nature) pour la maman.
- 1 oreiller d'allaitement ou de position (même si l'allaitement au sein ne fait pas parti dans vos projets)
- Monnaie, eau et en-cas pour votre accompagnant

Le trousseau pour habiller bébé (taille 1 mois à 3 mois selon le poids estimé de votre bébé) :

1 bonnet, 1 paire de chaussettes et de chaussons, 1 pyjama, 1 maillot de corps, 1 brassière de laine ou 1 gilet, 1 gigoteuse

Trousseau pour le séjour en suites de naissance

Pour la maman :

- Linge personnel, nécessaire de toilette, garnitures périodiques de très grande taille, slips jetables, 1 stylo, 1 thermomètre, 1 oreiller d'allaitement ou de position (Très utile même si vous n'allaitiez pas). **En cas d'allaitement, prévoir en plus** : 2 soutiens gorge d'allaitement (deux profondeurs de bonnet en plus), coussinets d'allaitement.
- Une veilleuse

Pour le bébé :

(il est préférable de laver les vêtements neufs avant de les emporter à la maternité)

- 6 à 8 bodys
- 6 à 8 grenouillères ou pyjamas ou petites tenues de taille 1 à 3 mois
- 3 brassières ou gilets en laine
- 4 paires de chaussettes ou chaussons
- 6 bavoirs ou langes en coton
- 2 turbulettes ou 2 gigoteuses taille 1
- 1 brosse à cheveux
- 1 serviette de bain par jour
- 1 thermomètre de bain
- 1 flacon liniment oléo calcaire
- 1 paquet de grands carrés de coton
- 1 paquet de couches 1er âge
- 1 tenue de sortie avec bonnet
- 1 siège auto homologué « dos à la route » (Le code de la route français impose le port d'un siège homologué, dans toute voiture transportant un enfant. Aucune sortie de bébé de la maternité ne pourra se faire sans un siège auto « dos à la route »)