

Céline DALLA LANA - 26 Avenue François Goby - 06460 Saint Vallier De Thiey

POUR L'ACCOUCHEMENT :

Pour maman

1 grand T-shirt

1 paire de chaussette

1 brumisateur

1 baume à lèvres

1 tenue complète pour bébé
(body, pyjama, bonnet, gilet)

musique de mon choix

Pour papa

De la monnaie pour s'acheter un café,
un sandwich...

De quoi boire et grignoter

Appareil photo, caméscope ou autre
(attention à la charge de la batterie)

Chargeurs appareil photo ou caméscope

Téléphone

1 T-shirt de change

1 bonne dose de patience et de calme



Pour maman

Trousse de toilette

6 slips jetables filet

Serviettes de toilette

Serviettes de toilette fibre
courtes (nid d'abeille ou langes)

Serviettes hygiéniques maxi-
nuit sans système de contrôle
d'odeur

Éventuellement une protection
Clari-care

Pyjamas ou grands T-shirt si
vous allaitez



POUR LE SÉJOUR EN MATERNITÉ :

Pour bébé :

6 couches

1 lot de langes

8 tenues complètes (body,
pyjamas)

chaussons, moufles,
chaussettes

Si vous allaitez :

2 Soutien-gorges à bonnet
réglable ou une taille de bonnet
supérieure à votre taille de fin de
grossesse

Couppelles recueil lait (orifice
large, intérieur souple comme
Medela ou Avent ...)

_ Éventuellement un soin pour
mamelon (VEA Olio ou
Melectis baume protecteur)