



LA LISTE DE LA VALISE DE MAMAN

Il ne faut pas attendre la dernière minute pour préparer la valise de maman pour la maternité. Voici une petite liste des éléments indispensables à avoir avec vous pour le jour J.



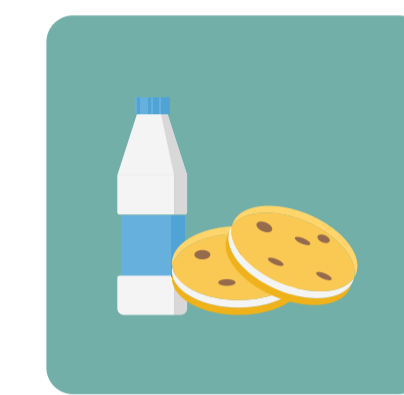
- 1 Peignoir
- 2 chemises de nuit ouvertes devant ou pyjamas
- 1 grand T-shirt ou une tunique
- 2 paires de chaussettes (en hiver)
- 2 culottes jetables ou normales
- Des serviettes hygiéniques

- 3 Soutien-gorge d'allaitement
- Des coussinets d'allaitement
- 1 gants de toilette
- 1 sac pour le linge sale
- 1 paire de pantoufles



1 trousse de toilette comprenant :

- 1 gel douche ou 1 savonnette
- 1 brosse à dents
- 1 tube de dentifrice
- Des lingettes rafraichissantes
- 1 déodorant / 1 parfum
- 1 Brosse à cheveux
- 1 crème hydratante



A apporter :

- de l'eau
- des encas comme des barres de céréales, des cashews ou des dattes pour avoir de l'énergie sans surcharger l'estomac



Le nécessaire pour faire les photos souvenirs



Pas indispensable, mais vous pouvez aussi prendre du maquillage si vous êtes coquette 😊



LA VALISETTE DE BÉBÉ



Pour son arrivée, bébé aura besoin de :

- 3 grenouillères
- 3 bodies ou vestes
- 3 bonnets
- 2 grandes serviettes
- 3 bavoirs
- 2 couvertures molletonnées
- 1 Paquet de couches nourrissons
- 2 paires de chaussons ou chaussettes
- 2 paires de mitaines



Pour la trousse de toilette de bébé, il faudra :

- 1 gel douche ou 1 savon adapté aux nourrissons
- 1 lait ou 1 crème pour le corps adapté(e) aux nourrissons
- 1 brosse à cheveux
- 1 crème de change
- 1 sac pour le linge sale
- 2 Gants de toilette
- 1 paquet de cotons pour le nettoyage des yeux et des oreilles
- 1 petite serviette pour le nettoyage de la bouche

Pour plus de renseignements vous pouvez nous joindre par email: info@cliniquebonpasteur.com ou par téléphone 401 9500.

En espérant vous accueillir très bientôt dans notre établissement.

Toute l'équipe de la maternité.