

Sac d'Accouchement

Pour simplifier la vie des sages-femmes et de la personne qui vous accompagne le jour J, le sac d'accouchement doit contenir le strict minimum dont vous aurez besoin en salle d'accouchement.

Pour Bébé

Pochette de vêtements : Une pochette avec tout le nécessaire pour habiller bébé facilitera les choses pour la sage-femme.

- Body à manches longues, grenouillère, bonnet, chaussettes, gants. Après avoir passé toute sa conception dans un environnement liquide et chaud, bébé va découvrir la vie extra-utérine dans un environnement sec et plus frais. Les salles d'accouchement sont maintenues à une température fraîche pour des raisons d'hygiène et pour réduire le risque de prolifération bactérienne.
- Nid d'ange
- 3 couches
- 1 lange

Pour Maman

- pièce d'identité, votre carte mutuelle et votre dossier de grossesse (sauf s'il est déjà archivé à la maternité).
- Chemise de nuit avec boutons :
- 1 culotte d'accouchement :
- 1 paire de chaussettes :
- Soutien-gorge d'allaitement : Serviette de bain :
- Brumisateur d'eau :
- Paréo et pull :

Pour Papa

- Chargeur de téléphone
- Sandwich et bouteille d'eau
- Vêtements de rechange
- Porte-monnaie avec des pièces pour les machines à café et snacks
- GoPro + trépied (si vous souhaitez filmer)

Valise de Maternité

La valise de maternité doit rester dans la voiture ou dans un endroit facile à trouver. Elle contient tout ce dont vous aurez besoin pendant votre séjour en maternité.

Pour Bébé

Le nécessaire pour le change & le bain :

- 1 paquet de couches
- Savon sans parfum
- Monoï ou huile d'amande douce
- Liniment oléo-calcaire
- Sérum physiologique
- Coton pad
- Pour le nombril : 1 bouteille de biseptine, compresses, bandage & filet

Vêtements pour la maternité :

- 8 bodies en coton
- 6 grenouillères
- 2 bonnets
- 3 paires de chaussettes
- 2 paires de gants
- 3 langes pour le poser dessus ou le porter
- 4 langes plus épais pour les régurgitations
- Vêtements de sortie
- Siège auto

Pour Maman

Confort :

- Bed pocket (pour garder tout à portée de main)
- Coussin d'allaitement
- Coussin supplémentaire
- Couverture
- Rallonge multiprise
- Chargeur de téléphone
- Haut-parleur portable et câble audio
- Petite veilleuse
- Bouteille d'eau en aluminium

Toilette :

- Shampoing sans parfum, savon sans parfum, savon pour le visage, brosse à dents, dentifrice, brosse à cheveux, élastiques pour cheveux, beurre de karité, crème pour le visage
- Couches post-partum
- Spray pipi (en cas de besoin)
- BB cream
- Serviette de bain
- Flip flop

Montée de lait :

- Coussinets d'allaitement
- Crème pour les tétons
- Silicone pump

- Thé d'allaitement

Vêtements :

- 2 paires de chaussettes
- 3 pochettes de vêtements (culottes, soutien-gorge d'allaitement, bas, haut, pyjama)
- Vêtements de sortie

Pour Papa

- Brosse à dents et dentifrice
- Serviette de bain
- Petit matelas d'appoint
- Couverture
- Chargeur de téléphone