



## *Pour la naissance*

### Pour bébé

- 1 body
- 1 brassière de laine ou gilet
- 1 paire de chaussons
- 1 pyjama
- 1 bonnet
- Plusieurs turbulettes
- Un bandeau de peau à peau (1 de la taille de maman et 1 de la taille de papa)

### Pour maman

- Une chemise de nuit s'ouvrant sur le devant ou 1 t-shirt ample manches courtes
- Un brumisateur d'eau
- Votre musique préférée (CD, clé USB), possibilité de musique en Bluetooth dans la salle bien-être)
- Un peignoir ou drap de bain

## *Pour le papa*

- Un encas
- Quelques pièces de monnaie pour profiter des collations proposées dans les distributeurs

### *S'il souhaite rester*

- Une trousse de toilette
- Une tenue de nuit
- Une tenue de rechange

## LA PRÉPARATION DU TROUSSEAU

Préparez votre valise ainsi que le trousseau nécessaire à votre enfant quelques semaines à l'avance. Le linge du bébé doit être lavé une fois.

## *Les indispensables pour le séjour*

### Pour bébé

- 6 pyjamas minimum ou vêtements (taille 3 mois maximum)
- 6 bodys
- 6 bavoirs
- 3 brassières ou gilets
- 1 bonnet de naissance en coton
- 3 paires de chaussettes
- 3 serviettes au départ, + 3 plus tard
- 1 paquet de carrés de coton
- 2 turbulettes
- 1 brosse à cheveux
- 1 thermomètre rectal avec embout souple
- 1 thermomètre de bain
- Prévoir une tenue de sortie

### Pour maman

- Chemise de nuit ou pyjama ouvert devant pour allaitement et robe de chambre
- Sous vêtements en nombre suffisant
- Une paire de chaussons
- 4 serviettes et gants de toilette à renouveler dès que souillés
- Nécessaire de toilette et du maquillage
- Des serviettes périodiques (pour flux abondants)
- Des slips à usage unique (x 6)
- Une paire de bas de contention si besoin

### Si allaitement maternel

- Des soutiens gorges adaptés sans armatures
- Des coussinets d'allaitement jetables

### Si allaitement artificiel

- Un soutien gorge type brassière de sport avec bretelles réglables