

C'est le moment de venir à la maternité : ce que j'apporte dans ma valise



Un petit sac pour la salle de naissance comportant :

- un brumisateur d'eau minérale, une bouteille d'eau
- de la musique (playlist) avec le support pour l'écouter
- une huile de massage pour vous
- une tenue confortable

Pour vous :

- vos vêtements pour 4 jours et 4 nuits environ, confortables et pratiques si vous allaitez
- 2 soutiens gorge d'allaitement, une crème à la lanoline purifiée
- des slips confortables et des protections hygiéniques
- des bas de contention si vous en aviez pendant la grossesse
- votre nécessaire de toilette habituel
- serviettes de toilette et de table
- une lime à ongles douce
- un paréo pour vous resserrer le bassin après la naissance
- un stylo
- pourquoi pas votre oreiller, une petite lampe de chevet, quelque chose qui vous donne l'heure
- pour votre conjoint.e qui passe la nuit auprès de vous : oreiller et duvet

Pour votre bébé :

- la première tenue pour votre bébé (comprenant body, pyjama chaud, brassière de laine, bonnet et chaussettes) quelque soit la saison. Nous vous conseillons de la mettre en évidence dans la valise.
- une gigoteuse +1 grand lange pour emmailloter votre bébé si besoin
- 6 bodys, 2 brassières de laine, 6 pyjamas qui s'attachent devant de préférence
- des chaussettes, des petits vêtements pour la journée, des bavoirs
- un thermomètre pour le bain, un thermomètre digital simple
- une sortie de bain
- pour la sortie : un nid d'ange, des vêtements chauds, le siège auto/cosy

La maternité met à votre disposition les couches et les produits de toilette. Vous pouvez cependant apporter vos produits et vos couches si vous avez une préférence particulière.

Pour votre conjoint.e :

Si votre conjoint.e souhaite rester la nuit avec vous, pensez à apporter un oreiller, un sac de couchage et le nécessaire de toilette. La restauration sur place est possible mais payante.

VEILLENZ A BIEN PRENDRE

- votre carte vitale et une photocopie de votre carte de mutuelle
- votre carte d'identité
- votre carte de groupe sanguin
- votre dossier de grossesse
- votre livret de famille si vous en avez un
- la déclaration conjointe de choix du nom de famille s'il s'agit de votre premier enfant (ou premier du couple)
- la reconnaissance anticipée si vous n'êtes pas mariés

La déclaration de naissance du bébé est envoyée par nos soins à la mairie de Saint Benoît la Forêt : vous devez vous y rendre pour signer le registre dans les 5 jours suivants la naissance.

Les horaires d'ouverture du service d'état civil sont affichés dans le service de la maternité.

