



LISTE DU NECESSAIRE POUR VOTRE ACCOUCHEMENT ET CONSEILS PRATIQUES POUR VOTRE SEJOUR A LA MATERNITE

Pour la maman

- ★ Trousse de toilette avec nécessaire
- ★ Serviettes de bain
- ★ Peignoir ou robe de chambre
- ★ Tongs ou claquettes pour la douche, chaussons
- ★ Tenues de nuit (chemises ou pyjamas)
- ★ Soutiens-gorges (d'allaitement ou non)
- ★ Culottes coton bon marché pouvant être jetées
- ★ Serviettes hygiéniques type « maxi-nuit »
- ★ Papiers administratifs : carte d'identité, carte vitale, attestation mutuelle, livret de famille, reconnaissance anticipée ...
- ★ Boissons autorisées en salle d'accouchement : eau, thé chaud ou froid, jus de fruit sans pulpe (pomme, raisin)
- ★ Pour agrémenter le séjour si souhaité : taie d'oreiller, couverture, coussin d'allaitement, musique ...

Pour le bébé

- ☺ 6 pyjamas et 6 body
- ☺ 2 brassières en laine
- ☺ 1 bonnet, des paires de chaussettes
- ☺ 1 gigoteuse = turbulette
- ☺ 1 couverture polaire
- ☺ 1 tenue de sortie adaptée à la saison
- ☺ Des bavoirs en éponge, des serviettes de bain
- ☺ Le nécessaire de toilette (produits de change et couches sont fournis dans la limite de 8 à 10 couches par 24h pendant le séjour à la maternité, à prévoir néanmoins pour votre sortie)
- ☺ Thermomètre rectal à embout souple et thermomètre de bain pour le retour à la maison
- ☺ Pour la sortie de bébé en voiture, un siège auto « dos à la route » (obligatoire pour tout trajet en voiture, même en taxi)

Quelques informations pratiques

- ✓ Il est préférable de venir en salle de naissance avec uniquement le nécessaire immédiat pour le bébé et pour la maman dans un petit sac. Le reste des bagages volumineux pour le séjour ne sera ramené qu'une fois dans la chambre de votre séjour.
 - ✓ Pour le respect des règles d'hygiène et pour votre confort, il est préférable de prendre une douche avant votre arrivée en salle de naissance
- ✓ En salle de naissance, **1 seul et même accompagnant** est autorisé du début à la fin de l'accouchement. **Les visites ne sont pas autorisées en salle de naissance.**
- ✓ Les visites ne sont possibles que dans le service de 13h à 20h. Les visites des enfants de moins de 15 ans sont interdites dans le service.
 - ✓ Le séjour dure 2 à 6 jours en moyenne. Le jour de la sortie sera indiqué par l'équipe et s'effectuera le matin avant midi. Il vous est possible de sortir précocement avec des visites de sages-femmes à domicile, selon avis médical.