

# MA CHECK-LIST MATERNITÉ

## POUR BÉBÉ

### Salle de naissance

- ☐ 1 tenue complète pour bébé
- ☐ 1 body + 1 pyjama
- ☐ 1 bonnet

### Séjour à la maternité

- ☐ 5 à 7 bodys
- ☐ 5 pyjamas
- ☐ 1 à 2 bonnets
- ☐ 2 paires de chaussettes
- ☐ 1 gigoteuse
- ☐ 1 tenue pour la sortie
- ☐ 2 bavoirs
- ☐ 1 couverture
- ☐ Couches
- ☐ Liniment
- ☐ Cotons ou compresses

## LES PETITS +

- ☐ Coussin d'allaitement
- ☐ Playlist relaxante
- ☐ Tapis de bain
- ☐ Pissette
- ☐ Veilleuse
- ☐ Snacks réconfortants
- ☐ Papier toilette épais

## POUR MAMAN

### Salle de naissance

- ☐ Eau et snacks
- ☐ Brumisateur
- ☐ Playlist relaxante
- ☐ Téléphone + chargeur

### Séjour à la maternité

- ☐ 2 à 3 chemises de nuit
- ☐ 1 robe de chambre
- ☐ 1 paire de chaussons
- ☐ 5 à 7 culottes (taille haute)
- ☐ 2 soutiens-gorge d'allaitement
- ☐ Vêtements confort pour la sortie
- ☐ Gel douche et shampoing
- ☐ Brosse à cheveux
- ☐ Brosse à dents
- ☐ Dentifrice
- ☐ Déodorant
- ☐ Crème hydratante
- ☐ Serviettes hygiéniques
- ☐ Baume à lèvres
- ☐ Lanoline

## DOCUMENTS

- ☐ Carte d'identité
- ☐ Carte vitale
- ☐ Carte de mutuelle
- ☐ Dossier médical de grossesse
- ☐ Livret de famille