

## Trousseau maternité

Deux sacs différents :

### **Pour la salle d'accouchement :**

- Une bouteille d'eau, des fruits secs , des compotes ou barres de céréales
- Un paréo , un maillot de bain ( si vous souhaitez aller dans la baignoire )
- Une serviette de bain
- Un petit sac Avec deux couches pour bebe, une tenue complète ( body, pyjama, bonnet , moufles)
- une couverture

### **Suggestions :**

- De la musique douce
- Des huiles essentielles ( citron,, mandarine rouge par exemple )
- Une bouillotte
- De l huile de massage
- Un coussin d allaitement

### **Pour le séjour en maternité :**

#### **Maman**

- Des tenues légères , amples pour maman
- Protections
- Votre trousse de toilette
- Serviette de toilette
- Petit lampe de chevet douce
- Un Coussin pour permettre de Bien vous installer

#### **Bebe**

- 5 body , 5 pyjama, un paquet de couches, une couverture ou turbulette.
- Liniment oléo calcaire
- Une serviette de bain



### **Les papiers**

- Votre dossier de grossesse
- Un crayon
- Votre passeport ou pièce d identité
- Vos papiers Cafat et/ou mutuelle et/ou aide Medicale
- Votre livret de famille si marié où ... enfants