

Il n'est pas facile d'imaginer ce dont on pourrait avoir besoin, surtout pour une première naissance !

Nous vous conseillons de préparer votre nécessaire pour la maternité dès 7 mois et demi de grossesse, au cas où bébé arriverait plus tôt que prévu. Vous pouvez prévoir une valise pour le séjour et un petit sac à part pour la salle de naissance.

Nous vous recommandons d'emporter le strict minimum, notamment pas de bijoux ou objets de valeur.

◆ POUR LA SALLE DE NAISSANCE :

Nous vous demandons de ne pas emporter vos valises en salle de naissances par mesure d'hygiène et de sécurité (les monter dans les chambres uniquement après la naissance).



Pour la salle de naissance :

Pour vous :

- votre livret de famille ou reconnaissance anticipée
- votre dossier de suivi médical (si vous n'êtes pas suivie au CH)
- votre carte de groupe sanguin
- un brumisateur
- une tenue ample et confortable
- votre musique éventuellement

Pour votre bébé :

- un body manches longues
- un pyjama
- une brassière en laine
- une paire de chaussons
- un bonnet

Vous serez certainement accompagnée durant la naissance, par votre conjoint(e). Nous lui recommandons d'emporter :

- 1 bouteille d'eau,
- 1 paquet de mouchoirs en papier,
- Quelques pièces de monnaie pour un café ou une barre chocolatée,
- 1 appareil photo ou un téléphone pour immortaliser les premières minutes de vie de bébé,
- 1 chargeur de téléphone (l'attente peut-être longue).

Des distributeurs automatiques de boissons et de confiseries sont disponibles au rez-de-chaussée, ainsi qu'en journée à la cafétéria dans le hall principal de l'hôpital.

◆ POUR LE SÉJOUR À LA MATERNITÉ :

Ne prenez pas trop d'affaires, le séjour dure généralement 3 jours pour un accouchement par voie et 5 jours en cas de césarienne.

Il sera toujours possible de vous faire porter par votre conjoint ce qui vous manquerait.



Pour votre séjour à la maternité :

Pour vous :

- des tenues confortables
- des slips jetables en filet
- des serviettes hygiéniques
- une paire de pantoufle
- votre trousse de toilette (brosse à cheveux, à dents, savon, shampoing...)
- votre serviette de bain
- votre coussin d'allaitement ou oreiller
- un réveil ou une montre
- une boîte de mouchoirs jetables
- un stylo

Si vous allaitez :

- des tenues adaptées avec ouverture poitrine facile
- 1 ou 2 soutiens gorges d'allaitement



Pour votre séjour à la maternité :

Pour votre bébé :

- 6 bodys
- 6 pyjamas
- 2 brassières en laine
- 2 bonnet
- 4 paires de chaussons ou de chaussettes
- 1 turbulette ou gigoteuse
- 6 bavoirs
- 4 sorties de bain ou serviettes éponge
- 1 thermomètre de bain
- 1 thermomètre numérique (oral, aisselle, rectal)
- 1 brosse à cheveux ou peigne

Si vous optez pour le biberon :

la maternité vous fournira au cours du séjour des biberons préparés avec un lait adapté aux besoins de votre bébé.

Le linge de bébé devra au préalable être lavé. Nous vous recommandons de privilégier la taille 1 mois, sauf indication particulière.

Pensez également à votre sortie de maternité, prévoyez une tenue adaptée à la saison : nid d'ange, combinaison.

Si vous repartez en voiture, n'oubliez pas non plus un siège adapté « **dos à la route** » type cosy ou bien une nacelle.

Ce que nous fournissons au cours du séjour :

- les couches,
- un gel doux lavant pour votre bébé,
- des cotons ou carrés de soins pour son nettoyage,
- les biberons et le lait pour votre bébé, si c'est votre choix,
- le carnet de santé de bébé.