

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
- une turbulette chaude

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 basse et 5 jours en cas de césarienne.

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



### Pour votre séjour à la maternité :

#### Pour vous :

- des tenues confortables
- des slips jetables en filet
- des serviettes hygiéniques
- 1 paire de pantoufle
- votre trousse de toilette
  - (brosse à cheveux, à dents, savon, shampoing...)
- votre serviette de bain
- votre coussin d'allaitement ou oreiller
- 1 réveil ou une montre
- 1 boîte de mouchoirs jetables
- 1 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 bonnets
- 4 paires de chaussons ou de chaussettes
- 2 turbulettes ou gigoteuses
- 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.