

# Trousseau nécessaire

## Pour maman

- 1 tee-shirt, grande taille manches courtes
- 1 brumisateur
- 1 paire de chaussettes
- Distractions (journaux, livres, musique...)

Pour les césariennes programmées :

- 1 flacon de polyvidone iodé (rouge)

## Pour son séjour

- 3 petits bonnets
- 3 brassières quelle que soit la saison, taille 1 mois
- 6 pyjamas minimum dont un en velours (les autres : en velours ou coton en fonction de la saison)
- 6 body en coton
- 3 paires de chaussons ou chaussettes
- 1 paquet de couches pour nouveau-né (impératif) 3 à 5 kg
- 6 serviettes éponge pour le bain de bébé
- 1 drap housse de berceau
- 1 gigoteuse de naissance
- 1 petite couverture polaire
- 1 brosse à cheveux ou peigne
- Plusieurs bavoirs

## Pour votre séjour

- Vos habits de jour et de nuit (prévoir des rechanges et des vêtements confortables)
- Chaussons et robe de chambre (facultatif)
- Serviette de table
- 3 paquets de serviettes périodiques maternité (grand modèle ou modèle «Nuit»)
- Slips filet jetables ou slips coton 1er prix
- Nécessaire de toilette
- Brumisateur
- Serviettes et gants de toilette
- Savon liquide pH Neutre pour toilette intime

## Vos documents médicaux

- Carte de groupe sanguin
- Echographies
- Analyses et bilans sanguins
- Radiopelvimétrie, si vous en possédez une
- Eventuelles radiologies
- Ordonnances en cours
- Tout autre document concernant votre grossesse

## Pour votre prise en charge

- Une pièce officielle d'identité avec photo (CNI, passeport, carte de séjour)
- Votre carte vitale
- Votre carte de mutuelle

## Le jour de l'accouchement

### Pour bébé

- 1 sortie de bain bébé
- 1 change complet (body, pyjama, brassière en laine ou acrylique, bonnet en coton fin, chaussons ou chaussettes)
- 1 turbulette

## En suite de couches pour bébé

### Pour sa toilette et ses soins

- 1 produit pour le change et le massage (liniment oléo-calcaire conseillé)
- 1 savon liquide pour le bain
- Des carrés de coton
- 1 thermomètre pour le bain
- 1 thermomètre bébé à embout souple

### Pour la sortie

- Un vêtement chaud selon la saison
- Un moyen approprié et sécuritaire pour le transport du nouveau-né

## En suite de couches pour maman

### Pour les mamans qui allaitent

- 2 soutiens-gorge d'allaitement (taille de la fin de votre grossesse)
- Coussinets ou coques d'allaitement
- Crème soins crevasses (lanoline conseillée)
- Chemise de nuit s'ouvrant sur l'avant ou veste de pyjama ou grand tee-shirt

## Les documents administratifs

### Pour la déclaration à l'état civil

- Le livret de famille, si vous en possédez un (sinon les actes de naissance des parents),
- La déclaration de reconnaissance anticipée, si elle a été faite au préalable
- Les cartes d'identité ou passeports des parents et du déclarant

**N'oubliez pas de prendre un stylo !**