



BIEN PRÉPARER MON SÉJOUR EN MATERNITÉ

1. Les documents que je dois fournir à mon arrivée :

- Mon livret de famille
- La reconnaissance anticipée, à réaliser avant la naissance à la mairie de votre domicile (si couple non marié)
- Ma carte vitale/ mutuelle/ CMU
- Ma carte de groupe sanguin
- Mon dossier de grossesse (analyses laboratoire, échographies etc....)
- Mon carnet de santé et celui de mon conjoint

Réfléchir à la personne qui m'accompagnera en salle de naissance (élaboration d'un projet de naissance ?)

2. Que mettre dans ma valise ?

→ **Je prévois un sac pour aller en salle de naissance :**

- **Pour bébé :** body manches longues, brassière de laine, pyjama 1 pièce, chaussettes/chaussons, bonnet, bavoir et une petite couverture polaire pour emmailloter bébé
- **Si je le souhaite :** un brumisateur, appareil photo, musique, livre.....

→ **Pour le séjour :**

- **Pour moi :** pyjamas et tenues décontractées, nécessaire et serviettes de toilette, savon intime, serviettes périodiques, soutien-gorge adapté si allaitement maternel, 1 petit tapis de bain pour la sortie de douche (facultatif)
- **Pour mon bébé :** un thermomètre rectal, une brosse, un peigne, 5 bavoirs, 5 bodys, 2 brassières de laine, chaussettes/chaussons, 2 bonnets, pyjamas ou autres tenues, nid d'ange ou gigoteuse, serviettes de bain. Les vêtements neufs doivent être lavés.

Des couches et des produits de toilette de votre choix sont à prévoir pour tout le séjour.

1 stylo

Vous avez la possibilité d'être accompagnée la nuit, selon la disponibilité des lits. Il vous sera remis, à votre demande par l'équipe de nuit. Une participation de 15 euros par nuit vous sera facturée (petit-déjeuner compris). Pour cela, nous vous joignons la charte de bonne conduite, que vous pouvez signer dès à présent.