

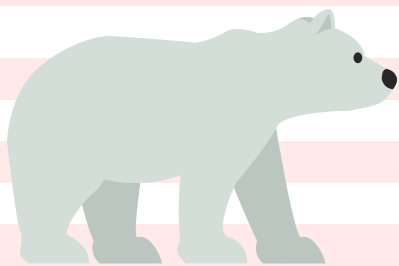
5 LISTES DE MATERNITÉ

- *allaitement*
- *hiver/été*
- *maman/bébé*



CHECKLIST VALISE DE MATERNITÉ

MAMAN HIVER



Pour la salle d'accouchement

- 1 blouse ou chemise pour l'accouchement.
- 1 slip filet extensible

Pour le séjour maternité

- 4 slip filet extensibles jetables.
- 3 soutien-gorges de maternité
- Serviettes hygiéniques de maternité Ruby ou équivalent.
- Des mouchoirs.
- Votre téléphone + chargeur.

- Documents administratifs : carte d'identité, carte vitale, carte mutuelle, livret de famille, carte de votre groupe sanguin (si vous l'avez), documents des analyses réalisées pendant la grossesse.

- 2-3 chemises de nuit classiques ou chemises de nuit d'allaitement.
- 1 ensemble léger (qui ne sert pas le ventre)
- 1 peignoir.
- 2 serviettes de toilette.
- 1 paire de pantoufles.
- 3 paires de chaussettes.
- 1 sèche-cheveux.

- Dans votre trousse de toilette : 1 crème pour le visage, 1 savon, 1 shampoing doux, 1 brosse à dents, 1 dentifrice, 1 brosse, 1 peigne.

CHECKLIST VALISE DE MATERNITÉ BÉBÉ HIVER



Pour la salle d'accouchement

- ☐ 1 body 0mois ou 1 mois*
- ☐ 1 pyjama hiver 0M/1M*.
- ☐ Chaussons et bonnet de naissance.
- ☐ 1 brassière en laine ou un gilet.
- ☐ 1 couverture hiver.



Créez votre liste de naissance sur Amazon
et recevez un cadeau de bienvenue **en cliquant ici** (lien affilié)

Notes personnelles :

Pour le séjour maternité

- ☐ 5 body manches longues 0m/1m
- ☐ 5 pyjamas hiver 0m/1m
- ☐ 3 langes
- ☐ Des petits bavoirs.
- ☐ 1 Gigoteuse d'emballage
- ☐ 1 gigoteuse hiver
- ☐ 3 paires de chaussettes naissance
- ☐ 1 combipilote 0-3M pour la sortie de l'hôpital.
- ☐ Trousse de soin pour bébé avec le nécessaire de toilette.



Amour
Maternel

CHECKLIST VALISE DE MATERNITÉ POUR L'ALLAITEMENT

Le pack "Réussir mon allaitement dès le début", qui vous guide pour vous épanouir dans votre allaitement et satisfaire pleinement votre bébé aussi longtemps que vous le souhaitez, sans douter.



La lanoline : crème de soin en cas de crevasses.

Des coussinets d'allaitement jetables ou des coussinets d'allaitement bio lavables

2 soutien-gorges d'allaitement sans couture de qualité

3 t-shirt d'allaitement.

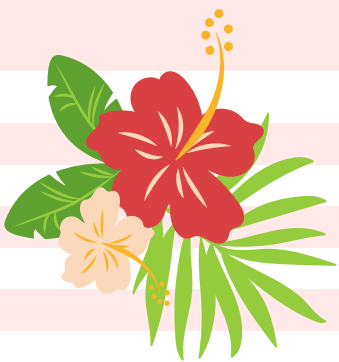


Mon livre de préparation à l'allaitement

Le guide pour préparer les conditions de naissance idéales pour réussir son allaitement dès la première tétée.



CHECKLIST VALISE DE MATERNITÉ MAMAN ÉTÉ



Pour la salle d'accouchement

- 1 blouse ou chemise pour l'accouchement.
- 1 slip filet extensible

Pour le séjour maternité

- 4 slip filet extensibles jetables.
- 3 soutien-gorges de maternité
- Serviettes hygiéniques de maternité Ruby ou équivalent.
- Des mouchoirs.
- Votre téléphone + chargeur.

- Documents administratifs : carte d'identité, carte vitale, carte mutuelle, livret de famille, carte de votre groupe sanguin (si vous l'avez), documents des analyses réalisées pendant la grossesse.

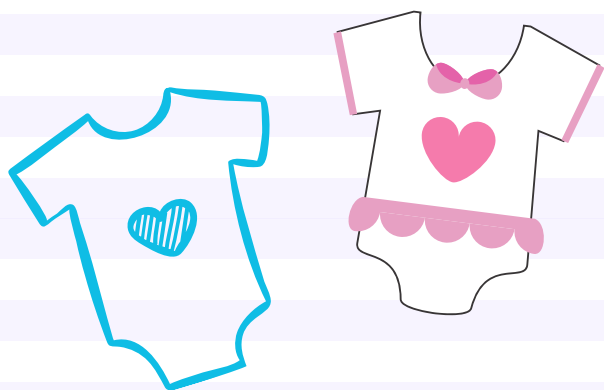
- 2-3 chemises de nuit classiques ou chemises de nuit d'allaitement.
- 1 ensemble léger (qui ne sert pas le ventre)
- 1 serviette de bain.
- 2 serviettes de toilette.
- 1 paire de tongs.
- 1 sèche-cheveux.

- Dans votre trousse de toilette :
1 crème pour le visage, 1 savon, 1 shampoing doux, 1 brosse à dents, 1 dentifrice, 1 brosse, 1 peigne.



Amour
Maternel

CHECKLIST VALISE DE MATERNITÉ BÉBÉ ÉTÉ



Pour la salle d'accouchement

- 1 body 0mois ou 1 mois
- 1 pyjama été 0M/1M.
- Chaussons et bonnet de naissance.
- 1 gilet léger.
- 1 couverture été.



Créez votre liste de naissance sur Amazon
et recevez un cadeau de bienvenue **en cliquant ici** (lien affilié)

Notes personnelles :

Pour le séjour maternité

- 5 bodys manches courtes 0m/1m
- 5 pyjamas été 0m/1m
- 3 langes
- Des petits bavoirs.
- 1 Gigoteuse d'emballage
- 1 gigoteuse été
- 3 paires de chaussettes naissance
- 1 Trousse de soin pour bébé avec le nécessaire de toilette.



Amour
Maternel

ALLER PLUS LOIN...

Votre accouchement est pour bientôt ?

Si vous prévoyez d'allaiter, vous serez certainement ravie de découvrir tous les conseils que je partage gratuitement sur mon blog dédié à l'allaitement, mais aussi mon compte Instagram.



www.amourmaternel.fr



https://www.instagram.com/amourmaternel_insta/

N'hésitez pas également à vous procurer mon livre pour bien préparer votre allaitement pendant la grossesse, ainsi qu'un projet de naissance favorable à un allaitement réussi. (*Disponible sur Amazon*).



Amour
Maternel