

Je suis débordée
et je ne veux plus l'être



Journal d'une working mum

La valise pour la maternité

Pour le jour de l'accouchement

Pour la maman

- Chemise de nuit ou vieux t-shirt
- Culotte
- Paire de chaussettes
- Brumisateur
- Carnet + stylo

Pour le bébé

- Body
- Pyjama
- Brassière
- Bonnet
- Moufles
- Chaussettes
- Chaussons

Pour le papa

- Sucreries
- Musique
- Lecture
- Livret de jeux
- Chargeur du téléphone

Pour l'administratif

- Dossier de suivi grossesse
- Carte Vitale
- Attestation de prise en charge
- Carte de groupe sanguin
- Livret de famille ou reconnaissance anticipée

Pour le séjour à la maternité

Pour la maman

- Peignoir
- Chaussons
- 3 serviettes de toilette
- 3 gants de toilette
- Nécessaire de toilette
- Slips à jeter
- 3 chemises de nuit à boutons
- Soutiens-gorge d'allaitement
- Coussinets d'allaitement
- Sèche-cheveux
- Trousse de maquillage
- Appareil photo
- Vêtements pour la sortie
- Crème pour les seins
- Protections hygiéniques
- Bouts de sein en silicone (le cas échéant)

Pour le bébé

- Sortie de bain
- Brosse à cheveux
- 3 paires de chaussette
- Chaussons
- 3 bavoirs
- 3 pyjamas
- 3 bodys
- 3 brassières de laine
- Moufles anti-griffe
- Bonnet
- Thermomètre
- Couches
- Crème pour les fesses
- Savon surgras
- Sucette