

Liste des items nécessaires pour votre séjour à l'hôpital

Suggestions pour la mère :

- Votre carte d'assurance maladie et autres papiers d'assurance (si vous en avez)
- Votre plan de naissance
- Votre carnet de vaccination
- Un bloc-notes et un stylo
- Des vêtements confortables pour le temps du travail et de l'accouchement (si vous ne souhaitez pas porter une jaquette)
- Des vêtements confortables pour le jour et la nuit
- Des pantoufles et des bas chauds
- Des vêtements et des sous-vêtements de rechange
- Un ou deux soutiens-gorge d'allaitement
- Des vêtements pour le retour à la maison
- Des grandes serviettes hygiéniques « super » (pour pertes abondantes)
- Votre trousse de toilette (brosse à dents, dentifrice, savon, déodorant, etc.)
- Des collations (par exemple des muffins, barres tendres, fruits séchés) et des boissons
- Des articles qui peuvent être utiles pendant le travail, par exemple de l'huile pour les massages, des oreillers supplémentaires, une bouillotte, de la musique
- De la lecture
- Vos médicaments, si vous en prenez
- Votre liste de médicaments à jour provenant de votre pharmacie
- Votre guide *Mieux vivre avec notre enfant*

Suggestions pour les pères :

- Des vêtements et des souliers confortables
- De la nourriture et des boissons
- Un appareil photo
- De la lecture
- Votre trousse de toilette (brosse à dents, dentifrice, savon, déodorant, etc.)

Si vous envisagez dormir à l'Hôpital :

- Votre oreiller
- Des vêtements de nuit
- Des vêtements de rechange

Suggestions pour le bébé :

- Des couches
- Des pyjamas
- Des camisoles
- Une couverture
- Un bonnet
- Un vêtement de sortie (adapté à la saison)
- Un siège d'auto approprié (il est obligatoire pour le retour à la maison)