



## La valise de Maman



PEC 00 - FT 005-02  
09/04/2015 - V4

Vous avez accouché, vous n'êtes pas malade !

Aussi, prévoyez :

- des vêtements confortables pour la journée,
- des vêtements de nuit : pyjamas, chemises de nuit...,
- 1 drap de douche, des serviettes de toilette, gants de toilette,
- 2 soutiens-gorge d'allaitement,
- des slips jetables (prévoir une taille supérieure),
- des bandes hygiéniques (2-3 paquets, flux important)
- 1 paire de chaussons,
- 1 trousse de toilette comprenant :
  - un savon douche,
  - un savon pour l'hygiène intime (PH neutre),
  - une brosse à dents, dentifrice,
  - un nécessaire cheveux.