

Aide-Mémoire



CHU Sainte-Justine
Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant

Université 
de Montréal

Pour Maman :

- ◇ Oreillers personnels et/ou oreiller de corps
- ◇ Coussin magique
- ◇ Crème et/ou huile à massage
- ◇ Ensemble de toilette
- ◇ Serviettes hygiéniques maxi
- ◇ Des compresses d'allaitement en coton
- ◇ Pantoufles ou sandales
- ◇ Radio, Caméra et appareil photo
- ◇ Boisson de type Gatorade
- ◇ Collation non périssable
- ◇ Votre livre Mieux-Vivre
- ◇ Petit ventilateur pour les étés chauds
- ◇ Vêtements et sous-vêtements confortables
- ◇ Par souci de l'environnement pensé apporter votre bouteille d'eau & paille réutilisable.

Pour bébé :

- ◇ Ensemble de vêtements pour le congé appropriés à la saison
- ◇ Pyjamas
- ◇ Couches pour bébé & lingette nettoyante
- ◇ Siège d'auto

Afin d'aider la préparation de votre valise, sachez que la durée standard d'un séjour est de 36 heures pour un accouchement par voie basse et de 48 heures pour une césarienne.