

Aide-Mémoire

Pour les parents:

- ◊ Boisson de type *Gatorade*
- ◊ Bouteille d'eau et paille réutilisable
- ◊ Caméra et appareil photo
- ◊ Collation non périssable
- ◊ Coussin magique
- ◊ Couverture personnelle (si désiré)
- ◊ Crème et/ou huile à massage
- ◊ Ensemble de toilette (savon, brosse à dent, baume à lèvres, etc.)
- ◊ Livres, radio, musique, DVD, etc.
- ◊ Oreillers personnels et/ou oreillers de corps
- ◊ Pantoufles ou sandales
- ◊ Petit ventilateur pour les étés chauds
- ◊ Robe de chambre
- ◊ Serviettes hygiéniques « maxi »
- ◊ Vêtements et sous-vêtements confortables

Il est également possible d'apporter des objets significatifs **pour le bébé** :

- ◊ Couverture*
- ◊ Journal (ou livre de bébé) et crayon dans lequel vous pourrez noter vos pensées, vos questions et même les noms des professionnels qui auront pris soin de vous.
- ◊ Lettre, image, photo, bijoux à laisser à votre bébé
- ◊ Petite peluche**
- ◊ Petits vêtements*

* *L'hôpital vous remettra un petit vêtement et une couverture tricotée par des bénévoles si vous n'en possédez pas.*

** *Il est souhaitable que celle-ci soit de petite taille si vous désirez la laisser à votre bébé lors de son départ au salon funéraire. Vous pourrez en discuter avec votre infirmière.*

Afin de vous aider à préparer votre valise, prévoyez environ 48 à 72 heures