



## Préparation à l'accouchement

Vous pouvez bénéficier de 7 séances de préparation à l'accouchement et d'un entretien prénatal individuel, remboursés à 100 % par la sécurité sociale. Inscription possible à partir du 3<sup>ème</sup> mois de grossesse.

Vous pouvez vous inscrire directement auprès des sages-femmes libérales ou prendre contact avec le secrétariat de maternité qui vous orientera 01.45.09.73.30.



## Anesthésie

Pendant votre accouchement une anesthésie péridurale vous est proposée de jour comme de nuit. C'est pourquoi vous devez impérativement, au cours du 8<sup>ème</sup> mois de grossesse, prendre rendez-vous en consultation d'anesthésie afin d'établir votre dossier de pré-anesthésie.



## Trousseau

Nous vous recommandons de préparer 2 bagages distincts :

- 1 sac pour le nécessaire en **salle d'accouchement**
- 1 grande valise ou 2 petites pour votre **séjour en Maternité**

### Ne pas oublier

- ◆ *Carnet de maternité si vous en avez un (Voir site internet (1<sup>er</sup> mois du calendrier grossesse)*
- ◆ *Attestation de carte vitale ou CMU*
- ◆ *1 carte de groupe RH avec 2 déterminations*
- ◆ *Numéro d'Allocations Familiales*
- ◆ *Dossier de grossesse complet*
- ◆ *Prise en charge mutuelle pour la chambre particulière*

### Déclaration de naissance

**Dans les 3 jours** suivant la naissance de bébé, le papa doit se présenter en Mairie pour effectuer « **une déclaration de naissance** », avec :

- ① Le Livret de famille
- ② une pièce d'identité -des deux parents s'ils ne sont pas mariés
- ③ le certificat d'accouchement délivré par nos sages-femmes
- ④ Un certificat à faire tamponner en Mairie et à nous ramener pour attester que la déclaration de naissance a bien été effectuée.

### Mairie de Livry-Gargan

3 Place François Mitterrand  
93190 Livry-Gargan  
Tél : 01 41 70 88 00 - Fax : 01 43 30 38 43

### ● Pour la salle d'accouchement

#### *Pour bébé*

- ◆ 2 bodys (naissance ou 1 mois) – 1 à manches longues et 1 à manches courtes
- ◆ 1 pyjama (naissance ou 1 mois)
- ◆ 1 bonnet
- ◆ 1 paire de chaussettes
- ◆ 1 gilet en laine/ brassière
- ◆ 1 serviette de toilette (+ 1 si allaitement)
- ◆ 1 gigoteuse (turbulette)

#### *Pour vous-même*

- ◆ 1 brumisateur
- ◆ 1 pyjama
- ◆ 1 robe de chambre
- ◆ 1 soutien-gorge (standard ou d'allaitement si nécessaire)
- ◆ 1 paire de chaussons
- ◆ 1 coussin d'allaitement

### ● Pour votre séjour en suites de couches

#### *Pour bébé*

- ◆ 5 bodys
- ◆ 5 pyjamas
- ◆ 1 gigoteuse (turbulette)
- ◆ 2 gilets en laine
- ◆ 2 bonnets
- ◆ 5 paires de chaussettes
- ◆ 6 bavoirs
- ◆ 3 serviettes de toilette
- ◆ **1 paquet de couches naissance**
- ◆ 2 paquets de carrés de coton (pour le siège)
- ◆ 1 gel lavant au Ph neutre + 1 thermomètre bébé
- ◆ 1 vêtement chaud pour la sortie
- ◆ 1 cosy ou une nacelle pour le retour en voiture

#### *Pour vous-même*

- ◆ Vêtements de ville
- ◆ 2 pyjamas
- ◆ 1 robe de chambre
- ◆ 1 nécessaire de toilette
- ◆ 1 savon d'hygiène intime
- ◆ Serviettes et gants de toilette
- ◆ **Serviettes hygiéniques**
- ◆ 5 culottes jetables
- ◆ 1 soutien-gorge (standard ou d'allaitement si nécessaire)
- ◆ Chaussons ou ballerines
- ◆ 1 thermomètre médical
- ◆ Coquilles ou coussinets d'allaitement
- ◆ **1 coussin d'allaitement**



**Pour des raisons de sécurité pour votre bébé, les couvertures sont interdites**