

Effets personnels à apporter pour votre séjour au Centre familial de naissance

Voici quelques items que nous vous suggérons d'apporter avec vous à l'hôpital.

Pour la personne qui accouche

- Liste à jour de tous vos médicaments, vitamines et suppléments
- Bouteille d'eau réutilisable
- Trousse de soutien : huile de massage, balles de tennis, rouleau en bois (technique de massage)
- Serviettes hygiénique "maxi" (un sac)
- Carte d'assurance santé
- Divertissements : téléphone cellulaire, chargeurs, tablette, livres, revues, etc.
- Baume à lèvres, crème pour les mains*, etc.
- Oreiller préféré
- Collations
- Plan de naissance, si applicable
- Stylo et bloc-note
- Pyjamas, robe de chambre et pantoufles à semelles antidérapantes
- Sous-vêtements amples et confortables, soutien-gorge d'allaitement, compresses d'allaitement
- Articles de toilette et d'hygiène personnelle : savon*, shampoing*, mouchoirs, séchoir à cheveux, etc.
- Vêtements pour la sortie de l'hôpital (taille du quatrième mois de grossesse, environ)

*L'Hôpital Montfort est un environnement sans parfum. Veuillez éviter des produits parfumés

Pour la personne accompagnatrice

- Sac de couchage ou couvertures et oreiller
- Téléphone cellulaire ou appareil photo (et le chargeur)
- Vêtements de rechange et articles de toilette
- Nourriture et collations
- Bouteille d'eau réutilisable

Pour le bébé

- Couches pour nouveau-né ou de taille "1" (un sac)
- Lingette humides sans alcool ni parfum
- Pyjamas
- Couvertures
- Vêtements pour la sortie de l'hôpital (selon la température)
- Siège d'auto réglementaire qui répond aux normes canadiennes de sécurité routière. Il est essentiel que vous en connaissiez son fonctionnement avant la naissance de votre enfant. Apportez-le à l'hôpital le jour du départ.

À éviter : bijoux, somme d'argent importante, objets de valeur. Montfort n'est pas responsable en cas de perte ou de vol.