



EXEMPLE DE LISTE D'EQUIPEMENT POUR ACCUEILLIR SON 1^{ER} ENFANT

* A ADAPTER SELON SES BESOINS ET ENVIES *

HYGIENE	SOMMEIL	DETENTE ET PREMIERS EVEILS
<ul style="list-style-type: none">○ Baignoire bébé ou réducteur de baignoire○ Table à langer○ Matelas à langer○ Trousse de soin avec les accessoires de base : thermomètre de bain, thermomètre bébé, coupe-ongles, mouche-bébé, brosse à cheveux douce,○ Matelas à langer○ 3 ou 4 serviettes/capes de bain○ Couches taille nouveau-né○ 1 ou 2 grands langes (120 cm)○ 5 langes moyens environ○ Carrés de coton pour le change ou 30 lingettes lavables minimum + 1 paquet de lingettes jetables pour les sorties	<ul style="list-style-type: none">○ Un couffin, une nacelle ou un berceau○ Un lit à barreau et un matelas○ 2-3 draps housses et 1 ou 2 alèses○ 2 gigoteuses taille 0/6 mois ou 2 surpyjamas○ Une couverture polaire○ Veilleuse○ Mobile musical○ Tétine	<ul style="list-style-type: none">○ Tapis d'éveil avec ou sans arche○ Transat / balancelle○ Objets d'éveil de différentes textures, apparence et bruit (grelot, miroir, tissu doux, tissu côtelé, bois, etc.)
<ul style="list-style-type: none">○ Cotons tiges○ Compresses non tissées ou carrés de soin (yeux, cordon ombilical)○ Dosettes de sérum physiologique○ Liniment oléo-calcaire○ Gel ou pain lavant○ Crème pour le change○ Huile ou crème hydratante	<p>VETEMENTS</p> <p>Prévoir en taille 1 mois et 3 mois dès le début :</p> <ul style="list-style-type: none">○ 5 à 6 pyjamas○ 6 à 8 bodys (penser à en avoir à manches courtes en été)○ 3 paires de chaussettes taille naissance○ Chaussons si naissance en hiver○ 2 tenues pour les visites ou les sorties○ 1 petit bonnet fin pour la maternité○ Suivant la saison : un gros gilet, une veste, une combinaison-pilote, ...	<p>SORTIES</p> <ul style="list-style-type: none">○ Porte-bébé physiologique○ Echarpe de portage○ Poussette compatible nouveau-né○ Siège auto○ Sac à langer
		<p>NOURRIR</p> <ul style="list-style-type: none">○ Un coussin d'allaitement <p>Allaitement au sein</p> <ul style="list-style-type: none">○ 3 ou 4 soutien-gorge d'allaitement○ Crème à la lanoline○ Coussinets d'allaitement○ Tire-lait (possibilité de location à la pharmacie sur ordonnance) et récipients de stockage○ 2 biberons avec tétine faible débit avec type de succion copiée sur le sein (Tommee Tippee par exemple) <p>Au biberon</p> <ul style="list-style-type: none">○ 2 biberons○ Brosse pour biberon○ 1 boîte de lait infantile 1^{er} âge