



La valise de bébé est prête mais il faut aussi penser à celle de maman ! Avant et après l'accouchement, vous aurez des besoins spécifiques ou des envies de confort qu'il vaut mieux prévoir à l'avance !

## La valise maternité écolo de maman (2/2)

### Coussinets d'allaitement - 6 à 12

- En coton bio, très souples et absorbants. **Ex** : 6 coussinets en coton bio, 7€

### Soutiens-gorge d'allaitement (3)

- En coton bio, ils doivent surtout être pratiques et confortables. **Prix** : entre 25 et 40 €

### Chemises de nuit et robes de transition (3 de chaque)

- Pour vous sentir à l'aise et jolie, optez pour des chemises de nuit et des robes de transition (les pantalons peuvent être douloureux à l'entre-jambe) - **Comptez** de 20 à 35€ la pièce.

### Trousse beauté "jeune maman"

- Savon bio, maquillage bio, kit dentaire, gel douche bio, pierre d'alun, crème hydratante naturelle, lingettes rafraîchissantes biodégradables. **Comptez** 50 € pour ce nécessaire beauté et fraîcheur !

### Serviettes hygiéniques (2 paquets)

- Optez pour des serviettes hygiéniques grand flux ou spécial nuit en partie biodégradables, sans additifs chimiques ou matières synthétiques. **Ex** : NatraCare, 4,90 € pour 10.

### Soin ou Gel d'hygiène intime

- Optez pour un nettoyant intime bio et irréprochable. **Prix** : env. 15€

### Coussin d'allaitement

- Pour caler bébé ou votre propre confort, un coussin d'allaitement est indispensable ! Choisissez-le en textile recyclé et balles d'épeautre. **Prix** : 59 €

### Brumisateur

- Utile avant l'accouchement et pour rafraîchir bébé, le brumisateur est indispensable. Optez pour un brumisateur rechargeable. **Prix** : 14,90 €

### Chaussettes (5)

- Pour vous réchauffer ou vous apporter plus de confort, optez pour des chaussettes en coton bio. **Prix moyen** : 4€ la paire