

#1

S'organiser pour un retour zen à la maison

Tous nos conseils pour rentrer de la maternité avec votre bébé sereinement



Remplissez le congélateur quelques semaines avant le jour J prévu.



Repérez les enseignes qui livrent pour gagner du temps (courses, repas...)



Prévoyez des affaires de puériculture : couches, produits nettoyants pour bébé, thermomètre de bain, sortie de bain toute douce...



Demandez de l'aide à votre entourage (parents, beaux-parents, amis...) pour faire un brin de ménage dans votre maison pendant votre séjour à la maternité.



Dormez ! Profitez de votre temps à la maternité pour vous reposer et dormir. Faites des siestes en même temps que votre bébé de retour à la maison.