

# Que dois-je mettre dans mon sac à langer ?

## Affaires pour le change :

- 2 à 3 couches propres
- Des lingettes imprégnées
- Une crème protectrice
- Des vêtements de rechange  
(en fonction de la durée de la sortie et de la saison)



## Pour l'hygiène :

- De petits sacs poubelle
- Un désinfectant
- Un matelas à langer (jetable ou réutilisable)
- Des lingettes imprégnées



## Quand le bébé a faim :

- 1 bavette
- 1 à 2 langes
- De la nourriture pour bébé ou du lait (éventuellement dans un thermos)
- Des snacks, par ex. des biscuits
- Une petite bouteille contenant de l'eau, du thé ou une autre boisson sans sucre
- Une cuillère pour donner à manger



## Pour que l'enfant se sente bien :

- Un jouet
- Un animal en peluche
- Le cas échéant, une sucette



## Pour la maman :

- Si besoin, des coussinets d'allaitement
- Des vêtements de rechange



## Pour les cas d'urgence :

- Des pansements
- Des médicaments importants

