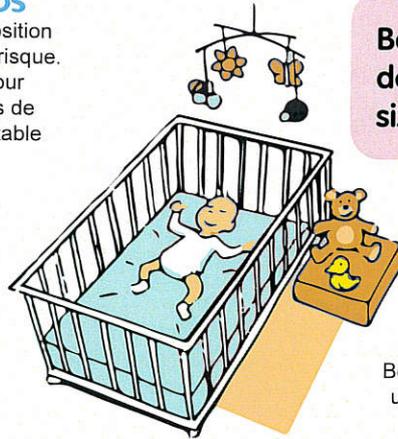


# Bébé dort en sécurité

## Bébé dort sur le dos

Jusqu'à un an, c'est la seule position qui lui permet de respirer sans risque. Il a ainsi toutes les capacités pour réagir dans son sommeil en cas de problème. Sur le côté, il est instable et peut basculer sur le ventre.



**Bébé dort dans la chambre de ses parents pendant les six premiers mois.**

## Son matelas doit être ferme

et bien adapté aux dimensions de son lit. Le lit est à plat.

## Pas de couette ni de couverture

Bébé dort dans un pyjama, un body ou une gigoteuse adaptés à la saison qui ne risquent pas de couvrir sa tête ou son visage.



### Il dort seul dans son lit

même s'il est allaité



### La température de sa chambre doit être entre 18°C et 20°C

dans les périodes où le chauffage est nécessaire.



### Pas de peluche ni de doudou à ses côtés

Bébé risque d'y enfouir sa tête.



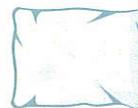
### Pas de tour de lit

L'air se renouvellera mieux autour de bébé.



### Pas de 2<sup>e</sup> matelas dans un lit parapluie

Bébé peut se coincer entre le 2<sup>e</sup> matelas et la toile du lit.



### Ni d'oreiller, ni de cale-bébé

car ils empêchent bébé de bouger librement et peuvent le gêner pour respirer.

