

Un environnement de sommeil sécuritaire pour le bébé



1. Toujours placer le bébé sur le dos, que ce soit pour la sieste ou pendant la nuit.
2. Ne pas fumer près du bébé.
3. Coucher le bébé seul dans un lit d'enfant.
4. Aucun jouet, aucune literie mal ajustée dans le lit d'enfant.
5. Pendant les six premiers mois, le lit d'enfant doit être placé près du lit des adultes.
6. Le matelas du lit d'enfant doit être ferme et les draps bien ajustés.
7. Le lit d'enfant doit être conforme aux normes canadiennes en matière de sécurité.
8. Le visage du bébé ne doit pas être couvert.
9. Le bébé doit être habillé légèrement et ne pas avoir trop chaud.
10. Partagez cette information avec tous ceux qui prennent soin de votre bébé.



Pour obtenir de plus amples renseignements ou ressources, veuillez consulter les sites Web suivants :

www.santepublique.gc.ca/sommeilsur
www.santecanada.gc.ca/spc
www.sidscanada.org (en anglais seulement)



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada

Canada