

Semaine du sommeil sécuritaire



Conseils pour un sommeil sécuritaire

Votre bébé dort-il dans un espace sécurisé?

Suivez ces conseils pour assurer la sécurité de votre bébé pendant tout son sommeil. Partagez ces conseils de sécurité avec toutes les personnes qui s'occupent de votre bébé.

1

Placez votre bébé seul, sur le dos, à *chaque fois* qu'il va dormir.

2

Faites dormir votre bébé dans un lit d'enfant, un berceau ou un moisé.

3

Fournissez à votre bébé une surface de sommeil ferme et plate ne comportant qu'un drap-housse adapté au matelas.

4

Évitez tous les articles mous tels que les couvertures, les oreillers, les bordures de protection et les nids.

Pour en savoir plus : www.canada.ca/fr/sante-publique/services/sommeil-securitaire.html

© Sa Majesté le Roi du Chef du Canada, représenté par le ministre de la Santé, 2024 Cat. : H129-152/2024F-PDF ISBN : 978-0-660-70428-9 Pub. : 230814



Santé
Canada

Health
Canada

Canada