

Aménager une chambre de bébé sécuritaire

L'aménagement de la chambre est une étape excitante pour les parents et les personnes qui s'occupent d'un bébé. Votre bébé y passera beaucoup de temps. Assurez-vous dès le départ que la chambre est sécuritaire. Veillez à ce que la chambre de votre bébé soit sans fumée.

Espace de sommeil sécuritaire

L'une des choses les plus importantes dont vous devez tenir compte lorsque vous aménagez la chambre de votre bébé est son espace de sommeil. Un lit d'enfant, un berceau ou un moïse conforme aux **normes canadiennes actuelles en matière de sécurité** est l'endroit le plus sécuritaire où coucher un bébé.

Ne rien ajouter, c'est mieux. Tout ce dont vous avez besoin, c'est un matelas bien ajusté et un drap-housse adapté au matelas.

Décorez la chambre, pas le lit d'enfant, le berceau ou le moïse

Bien que jolis, les ensembles de literie, les oreillers et les bordures de protection, même celles en filet, sont un danger pour votre bébé. Tout article mou ou mal ajusté dans le lit présente un risque de suffocation.

Conseil :

- Suspendez les œuvres d'art et autres décorations murales loin du lit de votre bébé, car ces objets peuvent :
 - tomber dans le lit et blesser l'enfant
 - être saisis par l'enfant qui apprend à se tenir debout et à grimper



Emplacement sécuritaire du lit d'enfant

Il est important de penser à la sécurité de votre bébé en choisissant l'emplacement du lit.

- Placez le lit loin des fenêtres. Votre bébé pourrait s'agripper à son lit pour tenter d'atteindre une fenêtre. Ce faisant, il risque de se prendre dans le couvre-fenêtre ou de passer par la moustiquaire.
- Évitez les couvre-fenêtres munis de longues cordes accessibles. Ces couvre-fenêtres ne respectent pas les exigences canadiennes et présentent un risque d'étranglement pour l'enfant.
- Placez le lit loin des autres meubles afin que votre bébé ne puisse pas s'en servir pour se hisser hors du lit.

Vérification des cordons

Enfants et cordons ne font pas bon ménage! Un cordon lâche présente un risque d'étranglement et de trébuchement.

- Assurez-vous que les cordons des moniteurs pour bébé de même que ceux des lampes, appareils sonores et autres appareils électroniques, ne peuvent pas être atteints à partir du lit.
- Fixez le moniteur pour bébé à un mur, hors de la portée du bébé, et non sur le lit d'enfant.

Fixation des meubles

Fixez les meubles au mur. Même un meuble d'apparence stable peut basculer si votre bambin curieux essaie de se hisser dessus. De tels accidents peuvent provoquer des blessures graves, voire la mort.

- Si vous assemblez vos meubles, suivez bien les instructions du fabricant.
- Fixez les meubles de la chambre de bébé au mur au moyen d'équerres de fixation, de dispositifs d'ancrage ou de sangles de sécurité.
 - Envisagez de faire de même pour les autres meubles de la maison.
- Installez des dispositifs de blocage sur les tiroirs. Ainsi, votre enfant ne pourra pas les ouvrir et s'en servir pour grimper sur une commode.
 - Un meuble dont les tiroirs sont ouverts est plus instable.

Fixez les meubles de la chambre de bébé à un montant ou à l'aide d'ancrages pour cloison sèche résistants ou d'ancrages conçus spécialement pour ces types de meubles.



Sécurité des jouets

Les jouets sont associés au plaisir et jouent un rôle important dans le développement de votre enfant. Suivez ces conseils pour protéger votre bébé tout en favorisant son apprentissage :

- Rangez les jouets dans un bac de rangement ouvert et dont les coins sont arrondis comme un panier ou un bac en toile.
- Retirez le couvercle des bacs à jouets.
 - Il y a un risque de blessures si le couvercle tombe sur le bébé ou si celui-ci reste pris à l'intérieur du bac accidentellement.
- Choisissez des jouets adaptés à l'âge de votre enfant en vérifiant l'âge recommandé sur l'emballage.
- Rangez les jouets comportant des pièces amovibles, de petites pièces, des ficelles ou des cordes hors de la portée des enfants :
 - de moins de 3 ans
 - qui ont tendance à mettre des objets non alimentaires dans leur bouche

Transition vers le prochain lit

Chaque nouvelle étape dans la vie de bébé est un grand moment.

Si votre enfant montre les comportements suivants, il est temps de modifier son environnement de sommeil pour le protéger :

<p>Il se retourne</p> <ul style="list-style-type: none"> • Remplacez le moïse par un lit d'enfant ou un berceau. • Cessez d'emballoter votre bébé. 	<p>Il se met à 4 pattes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Remplacez le berceau par un lit d'enfant. • Baissez le matelas du lit au niveau le plus bas. • Retirez les mobiles et autres jouets suspendus. • Assurez-vous qu'il n'y a aucun danger à portée de main, comme des meubles, des cordons de couvre-fenêtres, des lampes, des moniteurs pour bébés munis d'un cordon et de petits objets. • Fixez les meubles au mur si vous ne l'avez pas déjà fait.
<p>Il se lève en se tenant sur des meubles</p> <ul style="list-style-type: none"> • Retirez tous les jouets du lit pour la sieste et la nuit pour éviter que votre bébé ne s'en serve pour se hisser hors du lit. 	<p>Il essaie de sortir du lit</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilisez un lit pour tout-petit ou un lit junior. • Ne mettez pas un enfant de moins de 2 ans dans un lit muni de côtés amovibles. • Recherchez tout nouveau danger que votre enfant pourrait trouver en explorant sa chambre. • Assurez-vous que votre enfant ne peut pas atteindre les cordons en grimpant sur les meubles ou les jouets.



Autres conseils :

- Installez des barrières de sécurité pour limiter l'accès aux escaliers.
- Rangez les produits dangereux, comme les produits de nettoyage, le détergent à lessive, les piles miniatures et les petits aimants, hors de la vue et de la portée de l'enfant.
- Gardez les jouets et autres articles attrayants destinés aux tout-petits au niveau du sol pour que votre bébé puisse les atteindre sans grimper sur les meubles.

Produits dont votre bébé n'a pas besoin

Les parents et les personnes qui s'occupent d'un bébé supposent souvent qu'un produit pour enfant vendu en magasin est forcément sécuritaire.

Au Canada, les produits de consommation **ne** doivent **pas** approuvés ou mis à l'essai avant d'être vendus en magasin. Il peut être difficile de savoir quels articles sont sécuritaires pour votre bébé.

En règle générale, évitez les produits :

- Qui ont un rembourrage mou
 - Ils peuvent présenter un risque d'étouffement.
- Qui n'ont pas de surface ferme et horizontale pour dormir
 - Ils peuvent permettre à votre bébé de bouger dans une position qui l'empêcherait de respirer
- Qui peuvent amener votre bébé à avoir trop chaud
 - Une température trop élevée est un facteur de risque pour le SMSN.

Avant d'acheter un produit, vérifiez les **rappels et les avis de sécurité**.

Demandez-vous si :

- le produit est sécuritaire pour votre bébé
- votre bébé en a réellement besoin
- votre bébé peut y dormir en toute sécurité
- vous savez comment l'utiliser de façon sécuritaire

Le fabricant ou l'importateur doit s'assurer que les produits qu'il fournit au Canada sont sécuritaires. Santé Canada surveille le marché et prend des mesures s'il constate un problème.

Vous pouvez faire votre part en **signalant tout incident ou produit dangereux**.

Voici des exemples de produits vendus en magasin qui ne sont pas nécessaires et qui pourraient présenter un danger pour votre bébé :

- chapeaux d'intérieur
- produits destinés au partage du lit
- lits de type « cododo »
- coussins angulaires
- hamacs pour bébés
- colliers de dentition et cordons de sucettes
- articles de literie mous
- coussins de positionnement
- nids pour bébé et cale-bébé
- housses de siège d'auto

Pour en savoir plus :

canada.ca/sommeilsecuritaire