

Recommandations pour un **sommeil** **sans danger**



Retrouvez nos conseils ▼

Prévention Mort Inattendue du Nourrisson

Sur le ventre, je suis trop petit
pour me retourner
car ma tête est trop lourde.
Je risque alors de m'étouffer !



Sur le côté, je risque
de basculer sur le ventre
et de ne plus pouvoir respirer.



Couchez-moi
sur le dos !



Pas de couverture, ni de nid d'ange car je risque de glisser dessous.



Je dors sur le dos, à plat sur un matelas ferme, avec une turbulette adaptée à ma taille.



**J'ai besoin d'un environnement
sans fumée !**



Enlevez-moi : tour de lit, oreiller, bonnet, bavoir et doudous qui risquent de recouvrir mon visage et m'étouffer !

À 1 an, je suis trop petit pour dégager seul ma tête.

Collier = danger.

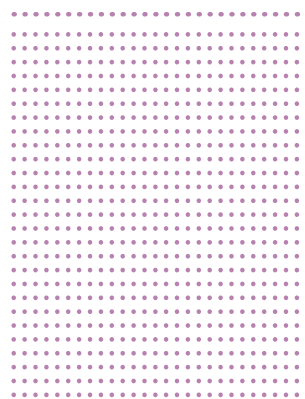


**Laissez-moi plutôt
un petit doudou
adapté à ma taille !
C'est parfait !**

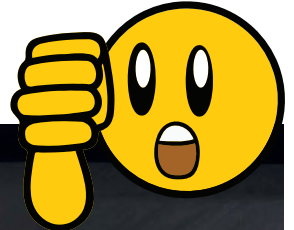


Lit parapluie avec sur-matelas
= danger

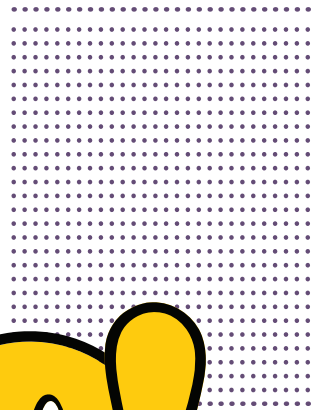
Je risque de glisser
sous le matelas et de ne plus
pouvoir respirer.



Aucun partage de lit !

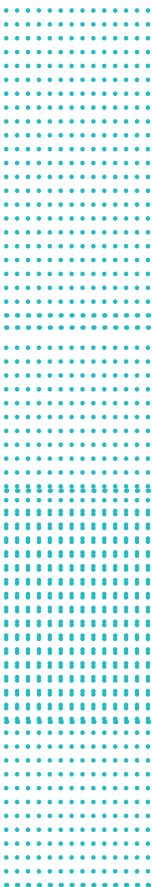


Je risque de basculer sur le ventre et d'être coincé sous une couette ou un oreiller. Je risque alors de ne plus pouvoir respirer.



Privilégiez un berceau ou un lit à barreaux à côté de votre lit sans drap ni oreiller.





Équipe référente Mort Inattendue du Nourrisson

Groupe MIN

**Hôpital Femme Enfant Adolescent
9 Quai Moncousu
44093 Nantes Cedex 1**

02 40 08 77 69



Scannez
et retrouvez
tous nos conseils

**Centre de Référence Régional Mort Inattendue du Nourrisson
CHU de Nantes**