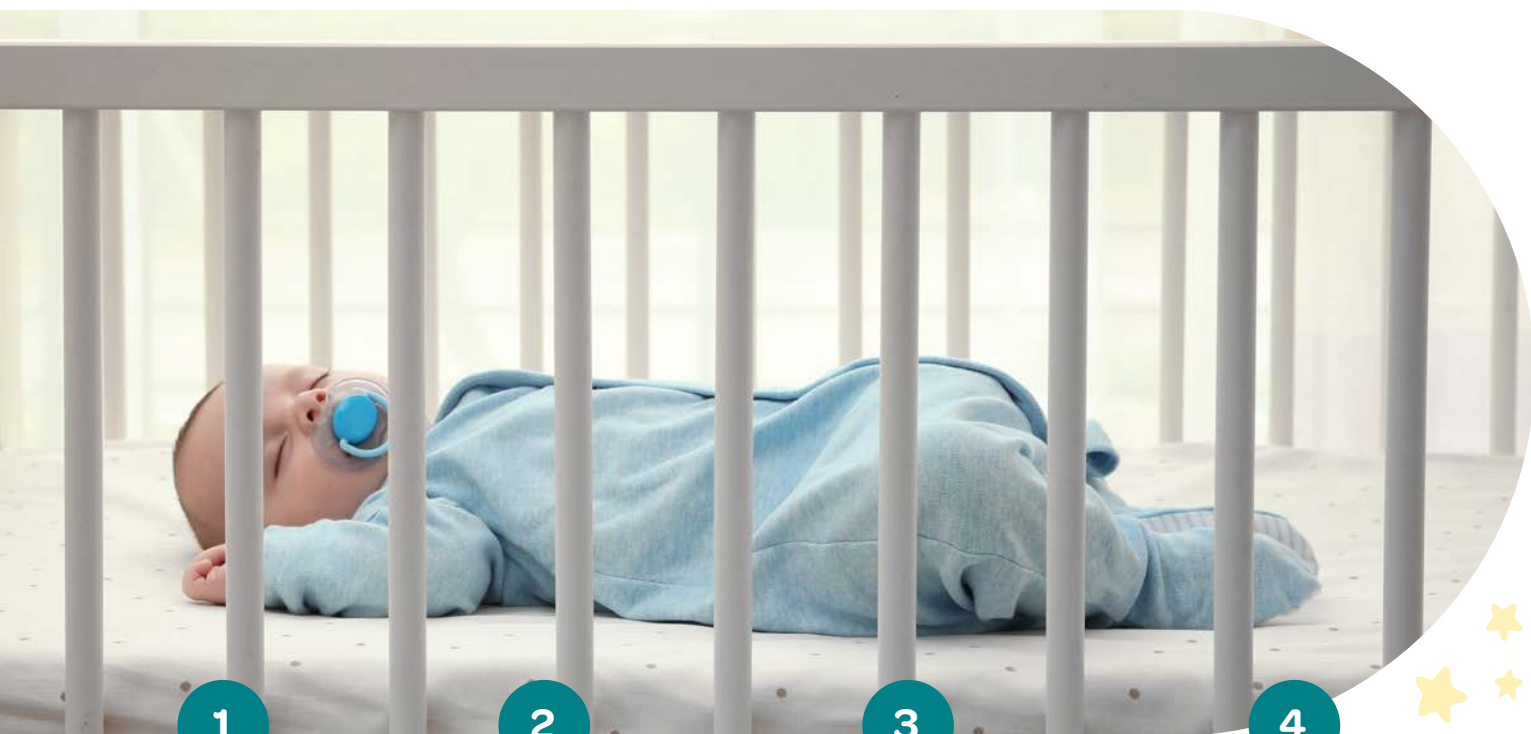


## Semaine du sommeil sécuritaire

# Conseils pour un sommeil sécuritaire

**Votre bébé dort-il dans un espace sécurisé?** Suivez ces conseils pour assurer la sécurité de votre bébé chaque fois qu'il dort. 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 moïse.

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](http://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. : 230812



Santé  
Canada

Health  
Canada

Canada