La sécurité de bébé

Hygiène de base

Pour aider la famille à rester en santé :

- ✔ **Lavez-vous les mains** avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes :
  - avant de nourrir votre bébé
  - après être allée aux toilettes
  - après avoir changé une couche
  - après avoir touché à un animal
  - après avoir toussé ou éternué

  Apprenez à vos autres enfants plus âgés à faire la même chose et à se laver les mains souvent.
- ✔ **Lavez la chaise haute, les bavettes et les endroits où vous mangez** après chaque utilisation
- ✔ **Lavez les lits, les poussettes, les tables à langer et les planchers** à l'aide d'un mélange d'une cuillère à thé d'eau de Javel dans deux tasses (500 ml) d'eau

Quelques règles de sécurité de base

Pour améliorer la sécurité de toute la famille :

- ✔ gardez les numéros d'urgence près du téléphone de la maison et dans votre cellulaire
- ✔ apprenez les premiers soins de base
- ✔ installez un extincteur, des détecteurs de fumée et de monoxyde de carbone, vérifiez-en les piles au printemps et à l'automne (aux changements d'heure) et assurez-vous que tout le monde sait où se diriger pour évacuer la maison en cas de feu
- ✔ évitez de fumer dans la maison
- ✔ enlevez les carpettes et les ministores qui pourraient contenir du plomb et retirez les cordons qui pendent jusqu'au plancher
- ✔ vissez au mur les bibliothèques, étagères et autres meubles
- ✔ déposez votre bébé avant de prendre une boisson chaude ou de cuisiner
- ✔ réglez le chauffe-eau sous les 49 °C (120 °F)
- ✔ gardez hors de la portée du bébé :
  - tous les alcools, le cannabis, le tabac, les médicaments et les opioïdes et stimulants en vente libre
  - produits nettoyants, produits chimiques et petits objets comme les boutons et les pièces de monnaie hors de la portée de votre bébé

Pour d'autres conseils de sécurité pour les tout-petits à la maison, consultez notre guide intitulé *Les premiers pas de votre enfant*.

LE SAVIEZ-VOUS?

Votre bébé court plus de risques de se blesser lorsque vous êtes distraite ou fatiguée, s'il est fatigué ou que vous êtes mal préparée à la prochaine étape de son développement – par exemple au stade où il parvient à se retourner tout seul ou lorsqu'il commence à ramper. Faites de la sécurité de la maison pour votre bébé une démarche continue, afin de garder le rythme avec toutes les étapes de sa croissance.

À ESSAYER

Faites toujours preuve de prudence lorsque vous vous déplacez avec votre bébé dans les bras. N'essayez pas de prendre autre chose dans l'autre main en même temps, et gardez toujours une main libre pour tenir la rampe lorsque vous montez ou descendez des escaliers.

Les accessoires pour bébé

PRUDENCE!

Avant d'utiliser un accessoire usagé pour votre bébé, vérifiez si l'article a fait l'objet d'un rappel en consultant recalls-rappels.canada.ca/fr.

Des jouets plus sécuritaires

Recherchez des jouets :

- mous
- non toxiques
- lavables
- sans petites pièces
- sans batterie
- sans plastique ou vinyle que votre bébé risque de mettre dans sa bouche

LE SAVIEZ-VOUS?

Les marchettes pour bébés sont interdites au Canada. Elles font en sorte que bébé se déplace trop vite et risquent de lui causer des blessures à la tête. Pour en savoir plus sur les produits de consommation, visitez : canada.ca/content/dam/hc-sc/migration/hc-sc/cps-spc/alt_formats/pdf/pubs/cons/child-enfant/child-enfant_play-jeu-fra.pdf#page=22

Des berceaux plus sécuritaires

Voir Le sommeil.

Des parcs plus sécuritaires

Recherchez un modèle :

- en filet assez fin ne permettant pas à votre petit doigt de passer au travers
- avec pas plus de 2 roues
- qui mesure au moins 48 cm (19 pouces) de haut
- sans bords coupants ou rugueux ni pièces mobiles
- sans charnières qui peuvent pincer la peau ou permettre au parc de se refermer ou de s'écraser soudainement
- sans trous ou perforations d'un diamètre de 3 à 10 mm (1/8 à 3/8 de pouce)
- avec un matelas et des rails qui ne sont pas endommagés
- sans petites pièces avec lesquelles votre bébé pourrait s'étouffer

Pour plus de sécurité :

- ne mettez jamais de foulards, de colliers, de cordons ou de couvertures épaisses, de coussins ou de gros jouets dans le parc avec votre bébé
- assurez-vous que tous les côtés sont bien remontés et bien fixés

Des poussettes plus sécuritaires

Recherchez un modèle :

- avec un harnais à 5 points d'ancrage
- équipé de bons freins faciles à utiliser
- avec des roues sécuritaires
- avec un pare-soleil
- sans bords coupants ni pièces repliables qui peuvent se détacher
- adapté à l'âge, la taille et le poids de votre enfant
- avec les instructions et une étiquette indiquant le fabricant, le modèle et la date de fabrication

Pour plus de sécurité :

- ne placez jamais votre sac à main ni de sacs ou de paquets lourds sur la poignée de la poussette
- ne pas utiliser de couvertures ou d'oreillers comme rembourrage

PRUDENCE!

Évitez de faire du jogging avec votre bébé dans une poussette avant qu'il ait au moins un an et que les muscles de son cou se soient renforcés. Assurez-vous de bien fixer les 5 points d'ancrage du harnais.

Des porte-bébés plus sécuritaires

Porte-bébé à enfiler et de type foulard

Recherchez un modèle :

- bien ajusté
- qui ne couvre pas le visage ou la tête du bébé
- ni déchiré ni troué

Porte-bébé ventral

Recherchez un modèle :

- qui offre un soutien ferme et coussiné pour la tête du bébé
- avec des ouvertures aux jambes qui empêchent votre bébé de glisser
- de la bonne taille pour votre bébé (vérifiez le poids conseillé pour chaque modèle)

Pour plus de sécurité :

- gardez votre bébé en sécurité et droit
- gardez toujours découvert le visage de votre bébé et visible
- gardez la tête de votre bébé assez près de vous pour l'embrasser
- surveillez souvent votre bébé pour vérifier sa respiration et vous assurer qu'il n'a pas trop chaud
- assurez-vous que son menton n'est pas coincé contre sa poitrine
- placez votre bébé avec soin dans le porte-bébé et retirez-le prudemment
- tenez-le d'une main lorsque vous vous penchez
- assurez-vous que le dos de votre bébé est soutenu
- assurez-vous que les jambes de votre bébé ne sont pas repliées contre son ventre
- ne fermez jamais la fermeture éclair d'un vêtement par-dessus votre bébé
- redoublez de prudence si votre bébé a 4 mois ou moins, et parlez à votre professionnel de la santé avant d'utiliser un porte-bébé pour un prématuré

PRUDENCE!

N'utilisez jamais un porte-bébé, peu importe le modèle, pour faire du ski, courir, faire de la bicyclette, cuisiner ou pour toute autre activité où vous risquez de blesser votre bébé.

Porte-bébé dorsal

Recherchez un modèle :

- avec une base large et solide

Pour plus de sécurité :

- utilisez-le seulement lorsque votre bébé peut rester assis tout seul
- évitez de vous en servir comme siège d'auto
- ne le placez jamais sur une table ou un comptoir avec votre bébé dedans
- attachez toujours les sangles et toutes les boucles de retenue
- ne remontez pas votre manteau autour du porte-bébé

Des sucettes plus sécuritaires

Recherchez un modèle :

- fait dans un seul morceau
- avec une tétine solide et bien fixée
- sans cordon (utilisez une pince avec un bout de ruban court, seulement lorsque le bébé ne dort pas)
- sans jouet ou toutou attaché

Pour plus de sécurité :

- avant la première utilisation, faites-la bouillir dans l'eau pendant 5 minutes, puis laissez-la refroidir complètement avant sa première utilisation
- lavez-la régulièrement dans de l'eau tiède savonneuse
- remplacez-la tous les 2 mois ou dès qu'elle devient collante, fissurée ou qu'elle se brise

ATTENTION, DANGER!

Ne laissez jamais votre bébé mâchonner une sucette quand il fait ses dents. La sucette pourrait se briser et l'étouffer.

LE SAVIEZ-VOUS?

Nettoyer une sucette en la plaçant dans votre bouche ou la tremper dans le miel ou le sirop peut causer des caries dentaires chez votre bébé.

Des sièges d'auto plus sécuritaires

Recherchez un modèle :

- avec une étiquette qui confirme qu'il respecte les Normes de sécurité des véhicules automobiles du Canada
- avec au moins 2 jeux de rainures pour les sangles du harnais des épaules

Visitez le site : bcaa.com/community/community-programs/child-passenger-safety pour plus de renseignements.

Choisir le bon siège :

Siège d'auto pour nourrisson ou siège d'auto convertible?

Vous pouvez utiliser un siège pour nourrisson dès la naissance jusqu'à ce que votre bébé atteigne le poids limite du siège. Ensuite, passez à un siège d'auto convertible. Ou vous pouvez commencer par un siège convertible et l'ajuster au fur et à mesure que votre bébé grandit.

Orienté vers l'arrière ou vers l'avant?

Les sièges orientés vers l'arrière sont plus sécuritaires pour votre bébé et doivent être utilisés jusqu'à ce que votre bébé ait au moins 1 an **et** pèse au moins 10 kg (22 lb). Continuez de garder votre enfant orienté vers l'arrière de la voiture aussi longtemps que possible – même s'il doit plier un peu les jambes vers la fin. Une fois qu'il aura atteint la limite de poids ou de taille pour le siège orienté vers l'arrière, il sera temps de trouver un autre modèle orienté vers l'arrière ou d'orienter son siège actuel vers l'avant de l'auto.

ATTENTION, DANGER!

Ne laissez jamais votre bébé dans son siège d'auto sur une table, un comptoir ou un autre endroit d'où il pourrait tomber.

Ne placez jamais un siège orienté vers l'arrière sur une banquette d'auto équipée d'un coussin de sécurité gonflable.

Ne laissez jamais votre bébé seul dans la voiture, même pour quelques minutes.

Neuf ou usagé?

Les sièges d'auto usagés ne sont pas recommandés. N'utilisez pas non plus de sièges qui étaient dans une voiture lors d'un accident ou dont la date limite d'utilisation est dépassée. Le plastique risque d'être endommagé ou affaibli, ou les normes de sécurité pourraient avoir changé. Si vous utilisez quand même un modèle usagé, inspectez-le avec soin, vérifiez s'il a fait l'objet d'un rappel et visitez la page de sécurité sur les sièges d'auto usagés de Santé Canada : canada.ca/fr/sante-canada/services/securite-routiere/sieges-auto-usages-pour-enfants.html



COMMENT FAIRE
Placer votre bébé dans son siège d'auto

1. Attachez le harnais assez serré pour pouvoir passer un doigt entre le harnais et la clavicule de votre bébé.
2. Ajustez la boucle de la poitrine jusqu'à la hauteur des aisselles du bébé.
3. Vérifiez bien que les sangles du harnais sont au niveau de ses épaules, ou juste plus bas. Remontez les sangles du harnais lorsque ses épaules sont alignées avec la prochaine fente la plus haute.
4. Pour du soutien, utilisez uniquement les accessoires fournis avec la voiture. N'utilisez pas de serre-têtes, de serviettes enroulées ni de couvertures.
5. Habillez votre bébé avec des vêtements dont les manches et les jambes ne sont pas trop épaisses. N'utilisez pas de manteau.
6. Si vous devez ajouter une couverture, faites-le une fois que bébé sera bien attaché dans son siège.

COMMENT FAIRE
Installer un siège d'auto

1. Orientez le siège vers l'arrière sur la banquette arrière de l'auto en suivant les directives du fabricant du siège d'auto.
2. Rabattez la poignée de transport derrière le siège.
3. Penchez le dossier du siège pour enfant à un angle maximal de 45°. Si la tête de votre bébé a tendance à tomber vers l'avant, le siège doit être penché vers l'arrière encore davantage.
4. Fixez le siège d'auto au système d'ancrage universel fourni avec la voiture ou utilisez la ceinture de sécurité de l'auto. Vérifiez dans le manuel du propriétaire de votre véhicule si une attache pour verrouiller le siège en place est nécessaire ou non.

