

LE MATÉRIEL DE BÉBÉ, PETIT GUIDE POUR BIEN CHOISIR



Introduction

Bébé arrive et le moment est venu de vous procurer le matériel dont vous aurez besoin pour l'accueillir.

Comment s'y retrouver entre la multitude d'articles qui inondent le marché, les recommandations de votre meilleure amie ou encore l'envie de minimiser les coûts tout en vous faisant plaisir ? A quoi être attentif et surtout, l'article envisagé est-il vraiment utile et offre-t-il une sécurité suffisante pour le bien-être de bébé ?

D'une famille à l'autre, d'un parent à l'autre, les souhaits sont très variables. « Le matériel de bébé, petit guide pour bien choisir » vous aidera à faire les choix répondant au mieux à vos besoins et à ceux de votre bébé.

La première partie parcourt un ensemble de questions essentielles pour éclairer votre choix et de considérations à prendre en compte avant d'acquérir du matériel quel qu'il soit.




La deuxième partie reprend un ensemble d'articles pour bébé présents dans la plupart des listes de naissance. Les articles retenus correspondent à ceux dont vous pourriez principalement avoir besoin pour votre enfant au cours de sa première année. Des tableaux vous aideront à choisir les modèles correspondant le plus adéquatement à votre situation. Quel que soit le modèle du matériel et les caractéristiques qu'il offre en matière de sécurité, c'est surtout sa bonne utilisation qui en fera le premier choix.


Cette brochure ne détaillera pas les articles conçus pour prévenir ou traiter des problèmes de santé chez l'enfant (ex.: matelas anti-régurgitation, mouche-bébé...). Un pédiatre ou le médecin-traitant peuvent vous informer sur les indications et leur mode d'utilisation.

Pour répondre à vos questions, les travailleurs médico-sociaux de l'ONE restent à votre disposition lors de visites à domicile ou dans les consultations prénatales et/ou d'enfants.

Bonne lecture !

Sommaire

DES QUESTIONS ESSENTIELLES POUR UN CHOIX ÉCLAIRÉ	5
A PROPOS DE VOTRE BIEN-ÊTRE	5
A PROPOS DU BIEN-ÊTRE DE BÉBÉ	7
POUR UNE UTILISATION SÉCURISÉE DU MATÉRIEL	9
DES ARTICLES POUR BÉBÉ	11
 BÉBÉ DORT	12
Le berceau	13
Le lit-cage	14
Le lit de voyage	15
Le lit évolutif	16
Les lits superposés	16
Le tour de lit	16
L'oreiller et la couette	16
Le matelas	17
 BÉBÉ EN BALADE	18
Le landau	20
La poussette	21
Le porte-bébé	22
Le siège-vélo	26
La remorque	27
 BÉBÉ EN VOITURE	28
Le siège-auto	28

 BÉBÉ SOIGNÉ	32
La table à langer	32
La baignoire	34
Le thermomètre corporel	35
 BÉBÉ ÉVEILLÉ	36
Le parc	37
Le relax	38
 BÉBÉ MANGE	40
Le tire-lait	40
Le biberon	42
La tétine	43
Le stérilisateur	43
Le chauffe-biberon	44
La vaisselle pour bébé	45
La chaise haute	46
 BÉBÉ PROTÉGÉ	49
La barrière de sécurité	49
Le bloque-porte et le bloque-tiroir	50
Le bloque-fenêtre	50
Le cache-prise	50
Le protège-coin	50
La barrière de sécurité pare-feu	51
Le babyphone	51
MES BESOINS, MES CHOIX, MA LISTE	53
POUR EN SAVOIR PLUS	54

Des questions essentielles pour un choix éclairé

Matériel neuf ou de seconde main, achats en magasin, en brocante ou en ligne... les options sont nombreuses pour se procurer le matériel de bébé. Si bébé est au centre de vos préoccupations au moment d'acquérir ce matériel (veiller à son confort, à sa sécurité...), pensez aussi à vous et à votre bien-être.

Pour faire des acquisitions judicieuses, prenez le temps de la réflexion.

Les meilleurs choix seront ceux qui conviendront le mieux à votre situation, mais aussi à la santé, à la sécurité et au bien-être de votre enfant.

Place aux questions !

A PROPOS DE VOTRE BIEN-ÊTRE

Pour sélectionner les articles qui conviendront au mieux à vos propres besoins, posez-vous les questions suivantes :

- Quelle est la place dont je dispose dans mon logement (chambre à coucher, salle de bain...) ?
- A combien s'élève mon budget ?
- Quel est le rapport entre le coût et la durée d'utilisation du matériel ? Pourrait-il être utilisé pour un second enfant ?
- Du matériel de seconde main pourrait-il me convenir ?
- Quelles sont mes habitudes de déplacement (voiture, vélo, transports en commun) ?
- Le matériel envisagé sera-t-il confortable pour moi, facile et pratique à utiliser ?
- ...

Composez vous-même votre guide d'achats en fonction de votre cadre et de votre style de vie, de vos ressources, de votre projet de famille...

Matériel de seconde main : une bonne alternative ?

Le matériel neuf est souvent coûteux et s'utilise parfois peu de temps puisque bébé grandit vite. Le matériel de seconde main constitue une alternative intéressante pour limiter vos dépenses mais aussi pour consommer plus durablement. Il peut provenir de la famille, de l'entourage, de magasins spécialisés (dépôt-vente), de sites de vente de seconde main ou de tout un ensemble d'acteurs qui organisent ces ventes (Ligue des familles, crèches...).

Sachez que la durée de vie moyenne d'un article de puériculture est limitée à l'utilisation pour deux enfants.

Pour bien choisir le matériel d'occasion, d'où qu'il vienne, il est bon d'être attentif à certains éléments :

- Le matériel est-il récent, propre, complet, en bon état (usure des freins, solidité des sangles, petites pièces risquant de se détacher, arêtes coupantes...) ? Répond-il aux normes de sécurité en vigueur ?
- Les housses ou pièces détachables sont-elles lavables ?
- Un mode d'emploi est-il livré avec le matériel ? Si nécessaire, demandez une démonstration au vendeur (ex. : ouvrir et fermer la poussette) et n'hésitez pas à manipuler vous-même le matériel avant de l'acheter.

Pour évaluer le prix demandé, renseignez-vous sur le prix du matériel neuf. Certains vendeurs n'hésitent pas à proposer des prix très proches des articles neufs.



- ⊙ *Un siège-auto qui a été impliqué dans un accident de voiture ne peut être réutilisé. Pensez à poser la question au vendeur.*

Achats en ligne : à quoi penser ?

L'achat d'articles neufs ou de seconde main sur un site Internet présente de nombreux avantages (rapidité de la transaction, comparaison des prix, vaste choix...). Par ailleurs, il n'est pas toujours facile de trouver les informations utiles qui peuvent guider votre choix (dimensions, indication du respect de la norme de sécurité...). Enfin, il est impossible de tester le matériel afin de vous faire une idée sur la solidité, la facilité d'usage...

Avant l'achat, renseignez-vous sur :

- L'identité du vendeur (entreprise ou particulier) et sa situation géographique.
- Les modalités de paiement, les frais de livraison ou d'exécution du contrat, les conditions de lieu et les délais de livraison. En principe, une entreprise doit vous livrer au plus tard dans les 30 jours (débutant le lendemain du jour où vous avez passé commande).
- La présence d'un service après-vente pour le remplacement de pièce ou le retour de matériel défectueux.

- L'existence ou l'absence de droit de renonciation, les modalités de renvoi ou reprise du bien et les frais inhérents.

Pour plus de renseignements, consulter www.crioc.be ou infoshopping.be mis en ligne par le SPF Economie, en partenariat avec le CRIOC.

A PROPOS DU BIEN-ÊTRE DE BÉBÉ

Procurer un maximum de bien-être et de confort à votre tout-petit est très important mais d'autres aspects le sont tout autant. Avant de vous décider pour l'un ou l'autre article, réfléchissez à ce qu'il peut apporter à votre enfant. Une question essentielle doit vous guider : le matériel envisagé respecte-t-il le développement, la santé et la sécurité de mon enfant ?

Respecter le développement de bébé : est-ce important ?

Pour grandir harmonieusement, le tout-petit doit pouvoir se développer à son propre rythme. Il est important de respecter son évolution spontanée sans chercher à la forcer. Tout matériel qui le mettrait dans une position qu'il n'a pas acquise et ne maîtrise pas est inapproprié.

Les recommandations d'âge d'utilisation sont de bons repères. Fiez-vous à vos observations : elles vous aideront à choisir le matériel adéquat par rapport au développement de bébé et le moment le plus approprié pour l'utiliser.

Un achat en vue ? Ayez toujours cette question à l'esprit : mon bébé est-il prêt à utiliser ce matériel (ex : s'asseoir dans une chaise haute, utiliser une cuillère, dormir dans un lit...) ?

La liberté de mouvement : en tenir compte ?

L'enfant a un besoin fondamental de se mouvoir. Laisser libre cours à tous ses mouvements spontanés, sans entrave et sans lui imposer une posture est bénéfique pour son développement. Il doit pouvoir bouger librement pour découvrir, expérimenter et parvenir, par lui-même, à se retourner, s'asseoir, se mettre debout, se déplacer...

Le matériel conçu pour aider bébé à y arriver (ex : le trotteur pour l'aider à marcher, le siège pour l'aider à tenir assis...) ne respectera pas son développement. Il apportera peu de bénéfice et pourrait même aller à l'encontre d'un développement harmonieux.

Pour garantir la liberté de mouvement de votre bébé, posez-vous la question suivante : est-ce que j'utilise bien le matériel dans sa fonction première ? Par exemple : le siège coque est conçu pour transporter le tout-petit en voiture. En dehors du transport, son usage comme relax, poussette... doit être évité car il limite les mouvements de la tête du bébé et pourrait favoriser l'apparition de crâne plat.



Des précautions pour la santé : à quoi penser ?

Certaines substances contenues dans les matériaux qui composent les articles pour bébé et l'environnement dans lequel le tout-petit évolue peuvent présenter des risques pour sa santé. Les recommandations suivantes devraient attirer votre attention et guider vos choix.

Qualité de l'air de l'environnement de bébé

Les sources de polluants dans l'air intérieur peuvent être multiples dans les pièces où bébé passe du temps et particulièrement dans sa chambre, par exemple : les matériaux utilisés dans la construction des meubles et la décoration, les insecticides, les parfums d'ambiance...

Les enfants sont très sensibles à ces substances et peuvent développer des problèmes de santé qui y sont liés. Puisque le tout-petit passe beaucoup de temps dans sa chambre, soyez vigilants lors de son aménagement. Quelques conseils simples peuvent améliorer considérablement la qualité de l'air intérieur :

- Aménagez la chambre de bébé bien avant sa naissance. Dans la mesure du possible, déballiez les meubles plusieurs mois avant leur utilisation et laissez-les aérer dans un lieu autre que la chambre (un garage bien ventilé par exemple). Tous travaux ou acquisitions de matériel neuf demandent une aération de plusieurs semaines (ex : entre la mise en peinture du lit et son utilisation, respectez un délai de minimum 1 mois).
- Utilisez si possible une peinture non toxique qui respecte la directive européenne en matière de composés organiques volatiles (COV). Renseignez-vous sur la toxicité éventuelle des produits utilisés et lisez attentivement l'étiquette.
- Aérez la chambre 2 fois 15 minutes maximum par jour, fenêtres largement ouvertes même en hiver. 1 à 3 minutes peuvent suffire si un courant d'air est créé en ouvrant à deux endroits opposés.



⊙ *Le formaldéhyde contenu dans les colles et solvants utilisés dans les panneaux de particules des meubles se dégage dans l'air intérieur pendant des années après l'achat du meuble. Le formaldéhyde est nocif pour la santé. Néanmoins, en recouvrant d'un vernis étanche à base d'eau les surfaces où les particules de bois sont visibles, il est possible de bloquer les émanations de formaldéhyde. Vous pouvez également opter pour du bois massif.*

Exposition aux ondes

Les différentes études scientifiques relatives aux effets des ondes sur la santé ne montrent pas encore de consensus. Néanmoins, il y a un accord pour dire que les organismes en croissance pourraient être plus vulnérables : leur système nerveux est encore en plein développement.

Par principe de précaution, évitez au maximum d'exposer les bébés aux ondes (babyphone, wifi, smartphone...).

Bisphénol A

Le bisphénol A (BPA) est une substance chimique présente dans certains objets en plastique (récipients alimentaires, accessoires de bain...). Ces substances peuvent passer dans l'alimentation et la contaminer.

Depuis 2013, le BPA est interdit dans les matériaux utilisés pour les contenants alimentaires (biberons, pots de conservation...) et dans les contenants destinés aux enfants de moins de 3 ans.

Les marques indiquant « 0% BPA » ou « Sans BPA » garantissent l'absence de BPA. En l'absence de ces mentions, et pour vous assurer que vos produits (ex : biberons) sont exempts de BPA, vérifiez à leur base que sont apposés le symbole de recyclage avec le chiffre 5 ainsi que les lettres PP (polypropylène).



POUR UNE UTILISATION SÉCURISÉE DU MATÉRIEL

La sécurité de l'enfant passe par le respect des normes de sécurité lors de la fabrication du matériel mais également par le bon usage qu'il en est fait.

Pour une bonne utilisation avec bébé, plusieurs recommandations s'imposent :

- Lire attentivement le mode d'emploi fourni.
- Prendre le temps de manipuler le matériel et si besoin, demander une démonstration au vendeur.
- Respecter l'âge d'utilisation recommandé par le fabricant mais aussi le temps et les conditions d'utilisation.
- Vérifier régulièrement le matériel (solidité des sangles, usure des freins...).
- Apprendre l'utilisation correcte du matériel à chaque personne de l'entourage amenée à s'en servir.

En parcourant la deuxième partie de cette brochure, vous trouverez des clés pour une utilisation sécurisée de chaque type de matériel décrit.

Mes notes, mes questions ...

A series of horizontal dotted lines for writing notes and questions.



Des questions essentielles pour un choix éclairé

Des articles pour bébé

Quelques repères utiles avant de poursuivre la lecture :

Les articles pour bébé sont classés en chapitres liés aux besoins de bébé (bébé dort, bébé mange,...).

Chaque chapitre s'ouvre sur un tableau intitulé « Comment choisir ? » qui vous propose différents critères (ex : âge, poids, situation de vie, avantages, inconvénients...) pour vous aider à choisir le matériel le plus adéquat en fonction de votre situation. Les âges d'utilisation ne sont que des repères liés aux principaux stades de développement de l'enfant. Par contre, les poids se rapportent à la résistance du matériel indiquée par le fabricant.

Un schéma détaillé illustre les principaux articles de chaque catégorie. Il est complété par des règles de bonne utilisation et quelques points d'attention représentés par les pictogrammes suivants :



indique que l'article doit répondre aux exigences d'une norme de sécurité



donne une information utile à connaître : « Sachez que »







signale du matériel inadéquat ou une utilisation inappropriée

Bébé dort

LE LIT

COMMENT CHOISIR ?

Situation	Modèles	Âges	Avantages	Inconvénients
Bébé dort à la maison	Berceau 	De la naissance à +/- 6 mois (avant que le bébé ne se mette assis seul)	<ul style="list-style-type: none"> Protection contre le froid de par la hauteur du couchage Espace contenant et sécurisant pour bébé Système de bercement (sur certains modèles) Déplaçable si muni de roues (pratique pour déplacer bébé d'une pièce à l'autre sans le réveiller) 	<ul style="list-style-type: none"> Durée d'utilisation courte Risque de chute quand l'enfant essaie de s'asseoir
	Berceau cododo 	De la naissance à +/- 6 mois	<ul style="list-style-type: none"> Proximité maman-bébé utile en période d'allaitement À même hauteur que le lit des parents (hauteur réglable) Souvent transformable en banquette pour l'enfant plus grand 	<ul style="list-style-type: none"> Durée d'utilisation courte Utilisable seulement pour le cododo (sauf pour les modèles transformables en berceau)
	Lit-cage 	De la naissance à 3 ans	<ul style="list-style-type: none"> Longue durée d'utilisation Évolutif (différentes hauteurs de sommier, parfois un côté ou barreaux amovibles...) 	<ul style="list-style-type: none"> Taille de couchage trop grande pour les premiers mois du nouveau-né (possibilité de réducteur de lit)
Bébé dort en dehors de chez lui	Lit de voyage 	De la naissance à 3 ans	<ul style="list-style-type: none"> Pliable et transportable Lit d'appoint ou de dépannage pour une utilisation occasionnelle Léger 	<ul style="list-style-type: none"> Montage/démontage à répéter pour le maîtriser Lourdeur de certains modèles

LE BERCEAU



Berceau cododo



Pour une bonne utilisation du matériel

- Dès que le bébé commence à vouloir se mettre assis seul, il risque de passer par-dessus les montants en gigotant. Pensez à passer au lit-cage offrant plus de sécurité.
- Si vous optez pour un berceau cododo, réglez-en la hauteur pour que la surface de couchage soit exactement au même niveau que le lit parental. Certains modèles se fixent au lit des parents.



- ⊙ Les berceaux anciens risquent de ne pas répondre aux normes actuelles de sécurité.
- ⊙ Si vous optez pour du matériel d'occasion, pensez à investir dans un matelas neuf parfaitement adapté aux dimensions du berceau.



LE LIT-CAGE

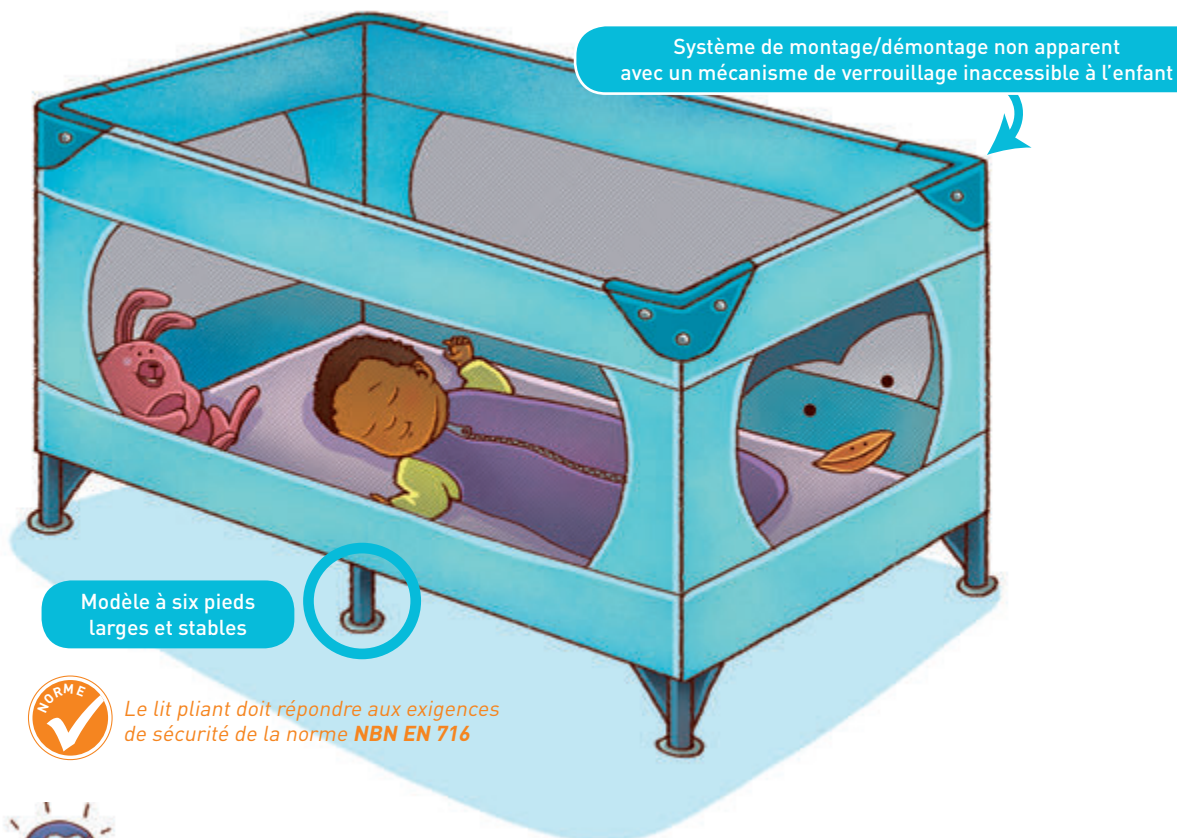


Le lit-cage doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 716**

Pour une bonne utilisation du matériel

- Dès que l'enfant se met assis seul, puis debout, pensez à abaisser le sommier afin d'éviter les risques de chute.
- Quand il grandit, l'enfant doit pouvoir sortir du lit sans l'escalader. Si le lit dispose d'un côté coulissant, le côté doit être baissé. Sinon, passez à un lit sans barreaux.
- Une distance de minimum 30 cm entre le haut du matelas et le haut du lit doit être respectée quand le sommier est en position haute.
- Les dimensions du matelas doivent être strictement adaptées à celles du lit de façon à ne laisser aucun espace entre les parois du lit et le matelas.

LE LIT DE VOYAGE



Système de montage/démontage non apparent avec un mécanisme de verrouillage inaccessible à l'enfant

Modèle à six pieds larges et stables



Le lit pliant doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 716**



⊙ Le lit de voyage est un lit occasionnel ou de dépannage. Ce n'est ni un parc ni un lit-cage.

Pour une bonne utilisation du matériel

- L'ajout d'un matelas n'est pas recommandé. Cependant, si vous optez pour cette solution et pour prévenir tout risque d'étouffement, veillez à ce qu'il soit ferme et strictement adapté aux dimensions du lit de façon à ne laisser aucun espace entre les parois du lit et le matelas.
- Suivez attentivement le mode d'emploi pour vous assurer que le mécanisme de verrouillage soit bien enclenché. Ce système empêche que le lit ne se replie sur l'enfant.



Bébé dort

LES AUTRES LITS

LE LIT ÉVOLUTIF

Le lit évolutif grandit en même temps que l'enfant et s'adapte à la taille de l'enfant jusqu'à atteindre la taille standard d'un lit (à savoir 90x190 cm). L'achat de ce type de lit s'accompagne de l'achat d'un matelas adapté à chaque changement de longueur.

LES LITS SUPERPOSÉS

Les lits superposés sont pratiques pour les parents (gain de place) et ludiques pour les enfants. Ils peuvent néanmoins être à l'origine de chutes parfois sérieuses.



*Les lits superposés doivent répondre aux exigences de sécurité de la norme européenne **NBN EN 747***

Pour une bonne utilisation du matériel

- Vérifiez la stabilité du lit, de l'échelle et de la barrière de sécurité.
- Les enfants de moins de 6 ans doivent occuper le lit du bas.
- Evitez de disposer des meubles aux coins trop saillants près du lit.

LES ACCESSOIRES

LE TOUR DE LIT

Le tour de lit peut présenter un danger s'il n'est pas fixé correctement. Placez les attaches à l'extérieur du lit de l'enfant et veillez à ce qu'elles soient solidement nouées.

L'OREILLER ET LA COUETTE

Dans le cadre de la prévention de la mort subite du nourrisson, l'utilisation de l'oreiller et de la couette est à éviter jusqu'à 18 mois. Ils maintiennent trop de chaleur et présentent un risque d'étouffement. Préférez donc un sac de couchage de saison.



LE MATELAS

COMMENT CHOISIR ?

Afin que l'enfant ne puisse glisser et se coincer dans les espaces vides, le matelas doit occuper toute la surface du lit.

Il doit être ferme ; trop mou, il présente des risques d'étouffement.

Plusieurs modèles de matelas sont conçus pour diminuer les risques d'allergies (acariens, poussières). Ils sont en général pourvus d'un système les rendant perméables à l'air : une housse amovible en coton ou en matériel de tissage très serré ou un protège-matelas spécialement conçu pour respecter l'hygiène et la prévention des allergies (lavables à 60°).



- ⊙ Si vous utilisez un surmatelas, choisissez-le naturel sans PVC.
- ⊙ Certains matelas ou housses de lit dits anti-acariens sont imprégnés d'acaricides pouvant être néfastes pour la santé.
- ⊙ La laine ou le bambou contenu dans certains matelas présente des propriétés antibactériennes naturelles.

Pour un bon entretien

- Aspirer le matelas de façon régulière réduit la présence des acariens pouvant s'y cacher. Vous pouvez également le nettoyer avec une éponge légèrement humide.
- Retourner le matelas à chaque saison permet d'éviter une usure inégale.



POUR ÉVITER LES ACCIDENTS PENDANT LE SOMMEIL :

- ⊙ Couchez toujours votre bébé sur le dos.
- ⊙ Évitez la présence de jouets, peluches et autres objets à ficelles ou à cordelettes (bavoir, boîte à musique, attache-sucette...) dans le lit.

Pour de plus amples informations sur le sommeil et la prévention de la mort subite du nourrisson, n'hésitez pas à demander les publications de l'ONE ou rendez-vous sur le site : www.one.be






Bébé en balade

LA POUSSETTE

COMMENT CHOISIR ?


Choix du châssis

Situations	Modèles	Avantages	Inconvénients
<p>Logement de petite taille et / ou</p> <p>Déplacements fréquents en transport en commun en ville</p> <p>et / ou</p> <p>Petite voiture</p>	<p>Châssis étroit à petites roues (4) ou roues moyennes</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Châssis léger • Souple, maniable • Pliable / Compact • Rangement facile 	<ul style="list-style-type: none"> • Peu de suspension (moins de confort pour l'enfant) • Pas de possibilité d'inclinaison du dossier sur tous les modèles
<p>Logement spacieux et / ou</p> <p>Balade en campagne et / ou</p> <p>Voiture moyenne ou grande</p>	<p>Châssis plus large avec 3 ou 4 roues plus grandes</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Solidité • Confort du bébé 	<ul style="list-style-type: none"> • Encombrant • Si roues gonflables, risque de crevaison
<p>Déplacements fréquents en ville ou à la campagne</p> <p>Grand coffre de voiture</p>	<p>Châssis pour poussette double</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Convient pour jumeaux ou enfants rapprochés • Choix dans les systèmes proposés sur le marché (en ligne, côte à côte, superposé...) • Possibilités d'adaptation des accessoires en fonction de l'âge et des besoins des enfants 	<ul style="list-style-type: none"> • Lourd/ encombrant • Souvent difficile à manier, monter /descendre un trottoir... • Peu compatible avec les transports en commun • Vérifier avant achat (de préférence avec les enfants) la maniabilité, l'efficacité des freins et des amortisseurs, pour le confort des enfants



La poussette doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 1888** et la nacelle (dite couffin) à la norme **NBN EN 1466**

Choix des accessoires

Accessoires	Âges d'utilisation	A savoir
<p>Nacelle</p> 	De la naissance à 9 Kg	<ul style="list-style-type: none"> • Confortable pour une longue balade (plus d'une heure) • Utilisable comme lit de voyage ou petit lit d'intérieur • La nacelle garantit la position allongée, recommandée durant les premiers mois • Une nacelle souple n'est pas conçue pour le transport en voiture
<p>Siège coque</p> 	De la naissance à maximum 13 Kg	<ul style="list-style-type: none"> • Uniquement pour les déplacements en voiture et les sorties courtes de moins d'une heure
<p>Hamac</p> 	Dès 9 mois à +/- 15 Kg	<ul style="list-style-type: none"> • À utiliser dès que l'enfant se tient assis



- ⊙ Pour emprunter la plupart des transports en commun, la largeur du châssis ne peut pas dépasser 55 cm.
- ⊙ Certains châssis sont pliables d'une seule main ; à prendre en considération si vous devez faire cette manipulation plusieurs fois par jour.
- ⊙ Si vous habitez en ville, une poussette un peu plus haute évitera à votre enfant de respirer directement les gaz d'échappement.
- ⊙ Certaines poussettes offrent la possibilité d'un double sens d'assise : l'enfant peut être face à la route ou face à ses parents. Les premiers mois, vous préférerez probablement avoir un œil sur lui en permanence. Ensuite, il appréciera sûrement d'être face à la route.



Vérifiez
le système de fixation

Pensez à utiliser les accessoires adéquats



En été, placez éventuellement
une moustiquaire



Pour une bonne utilisation du matériel

- Privilégiez l'utilisation du landau pour les déplacements à pieds avec bébé.
- Ne laissez jamais bébé dans son landau sans surveillance d'un adulte.
- Si vous achetez une poussette combinée, demandez à votre revendeur une démonstration de la transformation du landau en poussette.
- Vérifiez la solidité des poignées de transport de la nacelle.
- Utilisez adéquatement les accessoires en fonction des conditions climatiques. Par exemple, évitez les promenades entre 12h et 15h et utilisez un parasol par temps chaud.
- Pensez à relever la protection de pluie quand vous entrez dans un lieu couvert.

LA POUSSETTE



Pour une bonne utilisation du matériel

- Ne laissez jamais l'enfant dans sa poussette sans surveillance.
- Enclenchez le frein dès que vous êtes à l'arrêt et ne lâchez pas la poussette. Une pente même très faible pourrait la faire rouler seule.
- Un sac accroché au manche peut déstabiliser la poussette. Utilisez le panier existant.
- Pensez à adapter la position du dossier de la poussette en fonction de l'état d'éveil/sommeil de l'enfant.
- Utilisez adéquatement les accessoires en fonction des conditions climatiques. Par exemple, une chancelière protège les jambes de l'enfant par temps froid.
- Si vous utilisez une capote de pluie, pensez à la relever dès que vous entrez dans un lieu couvert.
- Le parasol reste indispensable pour protéger l'enfant du soleil.

LE PORTE-BÉBÉ

COMMENT CHOISIR ?

Modèles	Âges d'utilisation	Avantages	Inconvénients
<p>Porte-bébé préformé</p> 	<p>De la naissance à 20 ou 22 kg selon les modèles</p>	<ul style="list-style-type: none">• Bonne position du corps de bébé• Différentes positions de portage• Ajustable à la taille du bébé et du porteur• Facile d'utilisation	<ul style="list-style-type: none">• À combiner avec un coussin réducteur pour porter le nouveau-né• Portage sur la hanche peu pratique et peu confortable
<p>Écharpe de portage</p> 	<p>De la naissance à 15 ou 22 kg selon les modèles</p>	<ul style="list-style-type: none">• Bonne position du corps du bébé• Différentes positions de portage• Confort optimal pour le bébé et le porteur (l'écharpe s'adapte parfaitement à leur corps quand elle est bien ajustée)• Répartition du poids du bébé sur différentes parties du corps de l'adulte• Pratique pour allaiter	<ul style="list-style-type: none">• Chaude en été si tenue vestimentaire inadaptée• Les écharpes stretch se détendent ; position de bébé à réajuster• Moins bon maintien des écharpes stretch au-delà de la première année de vie
<p>Écharpe à anneaux ou à boucle (sling)</p> 	<p>De la naissance jusqu'à 15 kg</p>	<ul style="list-style-type: none">• Ajustable à la taille du bébé et à celle du porteur• Rapide à mettre ou à enlever• Plusieurs positions• Pratique pour allaiter	<ul style="list-style-type: none">• Poids du bébé reposant sur une des deux épaules• Moins confortable pour les portages de longue durée

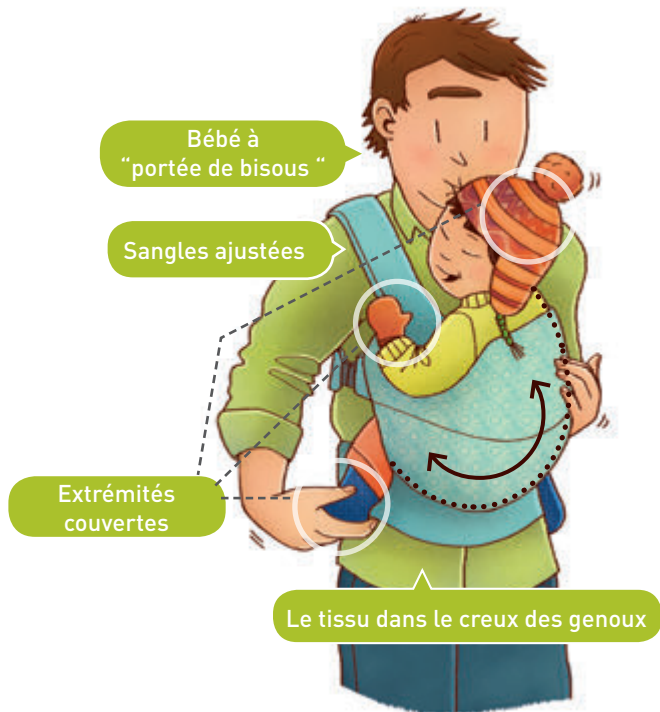


Le porte-bébé doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 13 209**



© Pour choisir un porte-bébé et apprendre à bien l'utiliser, il est vivement recommandé de participer à des séances d'informations. Des animatrices compétentes vous y proposent un accompagnement professionnel bien utile dans votre projet de portage.

LE PORTE-BÉBÉ PRÉFORMÉ

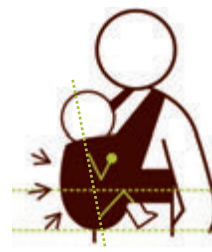


Genoux repliés
à hauteur du nombril du bébé
(posture assis-accroupi)



Écart des genoux égal
à la largeur du bassin de bébé

Tête, épaules, bassin
sur le même axe



Dos rond, bassin
basculé en avant






© Un porte-bébé dorsal peut être utilisé dès que le bébé se tient assis seul.
Il peut être pratiqué pour les randonnées.


Pour une bonne utilisation du matériel

- Pensez à ajuster régulièrement les sangles ou les tissus.
- Vérifiez que la tête du bébé soit soutenue.
- Quand le bébé vient de naître, sa position naturelle est souvent en « petite boule ». Dans les premières semaines, respectez cette position quand vous utilisez le porte-bébé.
- Dès que l'enfant montre de l'intérêt à ce qui l'entoure, le portage sur la hanche peut être utilisé.

LE SIÈGE-VÉLO ET LA REMORQUE

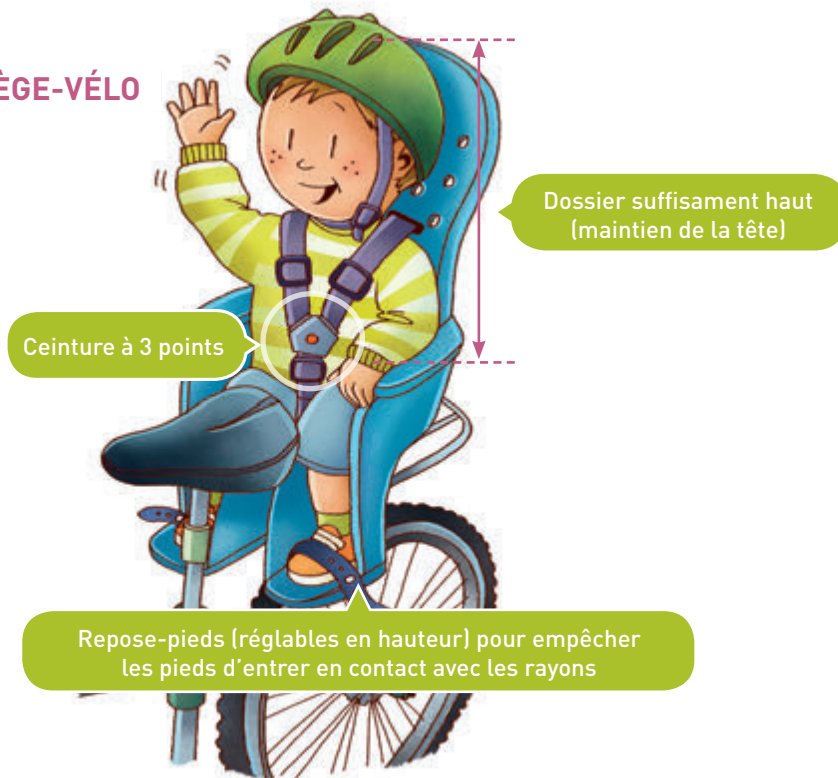
COMMENT CHOISIR ?

Situations	Modèles	Avantages	Inconvénients
Bébé tout petit (à partir de 4 mois)	Remorque avec un siège-bébé complémentaire : hamac ou siège-coque conçu à cet effet 	<ul style="list-style-type: none">• Transport possible de 1 ou 2 enfants• En cas d'accident, meilleure protection (l'enfant tombe de moins haut)• Protection en cas d'intempéries• La remorque rend le cycliste plus visible	<ul style="list-style-type: none">• Encombrant• En ville, les enfants sont à hauteur des pots d'échappement des voitures
Quand l'enfant peut rester en position assise par lui-même (+/- 9 mois)	Remorque 	<ul style="list-style-type: none">• L'enfant a une meilleure vision• En cas d'accident, meilleure protection (l'enfant tombe de moins haut)• Protection en cas d'intempéries• La remorque rend le cycliste plus visible	<ul style="list-style-type: none">• Encombrant• En ville, les enfants dans la remorque sont à hauteur des pots d'échappement des voitures
	<ul style="list-style-type: none">• Siège-vélo à l'avant, jusqu'à 15 kg (environ 3 ans) 	<ul style="list-style-type: none">• Le contact et le partage avec l'adulte sont plus aisés• L'enfant plus grand a une meilleure vision	<ul style="list-style-type: none">• Moins stable que le siège placé à l'arrière• Déstabilise la direction du vélo• Exposition de l'enfant à de multiples stimulations (vent, lumière, images qui défilent,...)

Âges	Modèles	Avantages	Inconvénients
<p>Quand l'enfant peut rester en position assise par lui-même (+/- 9 mois)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Siège-vélo à l'arrière, jusqu'à 22 kg (environ 5 ans) 	<ul style="list-style-type: none"> • Plus sûr/stable que les sièges-vélos à l'avant • Enfant moins secoué si siège fixé sur le cadre plutôt que sur le porte-bagages 	<ul style="list-style-type: none"> • Compatibilité avec le vélo adulte à vérifier (vélo pliant, en carbone...) • Risque de coincement des doigts de l'enfant dans les amortisseurs de selle ; prévoir une protection à cet endroit



LE SIÈGE-VÉLO



Le siège-vélo doit répondre aux exigences de sécurité de la norme européenne **EN 14344**
Le casque vélo pour enfant doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 1080**

Pour une bonne utilisation du matériel

- Portez un casque vélo et veillez à ce que vos enfants fassent de même. Un casque pour enfant porte le marquage CE.
- Veillez à toujours bien attacher votre enfant (ceinture à 3 points et fixation des pieds).
- Pour vous rendre plus visibles, utilisez des autocollants réfléchissants (par exemple : sur le dossier du siège), des gilets fluos, des catadioptrés,...
- Quand l'enfant grandit, pensez à adapter la hauteur des repose-pieds (angle droit au niveau des genoux et pieds à plat).
- Pensez à adapter la tenue vestimentaire de l'enfant aux conditions climatiques. Dans le siège, l'enfant est inactif et risque de prendre froid.
- Prévoyez un temps d'adaptation pour vous habituer à rouler avec un passager.
- Pour le confort de l'enfant, évitez de porter un sac à dos volumineux.

LA REMORQUE

Les remorques sont conçues pour le transport d'1 à 2 enfants de maximum 7 ans



La remorque doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 15918**
Le casque vélo pour enfant doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 1080**

Pour une bonne utilisation du matériel

- Portez un casque vélo et veillez à ce que vos enfants fassent de même. Un casque pour enfant porte le marquage CE.
- Veillez à toujours bien attacher votre enfant (ceinture à 3 points).
- Fermez toujours la bâche afin d'éviter que les mains ou les pieds ne se coincent dans les rayons et pour protéger l'enfant contre la projection de petits cailloux et d'insectes.
- Pour rendre la remorque plus visible, placez un drapeau fluo à l'arrière.
- Prévoyez un temps d'adaptation pour vous habituer à rouler avec une remorque.



Bébé en voiture



LE SIÈGE-AUTO

LA LOI

Siège obligatoire

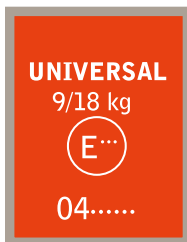
La loi impose de faire voyager les enfants dans un dispositif de retenue adapté **jusqu'à la taille de 1,35 m**. Ce dispositif peut être, en fonction du poids de l'enfant, un siège ou un rehausseur (pour les tout-petits éventuellement un lit-auto).

Place dans la voiture : Avant ? Arrière ?

Les places arrières sont les plus sûres. Un enfant installé dans un dispositif de retenue au milieu de la banquette arrière court le moins de risques de blessures (graves) en cas d'accident, à condition toutefois que cette place du milieu soit une place à part entière où l'on peut fixer correctement le siège. S'il est impossible d'attacher correctement l'enfant à l'arrière, il vaut mieux le faire voyager à l'avant, bien attaché dans un dispositif de retenue adapté.

Une seule exception : il est interdit de placer à l'avant un enfant dans un siège dos à la route s'il y a un airbag « actif » à la place du passager avant.

L'homologation



Tous les sièges-auto doivent être homologués selon les normes européennes et porter ce label.

ENFANT BIEN PROTÉGÉ

- Le siège doit être adapté à l'enfant (poids et/ou taille).
- Le siège doit être bien attaché dans la voiture (en respectant le mode d'emploi).
- L'enfant doit être bien attaché dans le siège (en respectant le mode d'emploi).
- Les sangles du siège doivent être à plat et bien tendues sur le corps du bébé (un doigt de jeu maximum).



TOUJOURS attacher votre enfant en voiture !
C'est la seule manière de le protéger en cas d'accident !



ISOFIX OU I-SIZE ?






Ces systèmes ne sont pas obligatoires :

- **ISOFIX** est un système qui permet d'attacher le siège-auto directement à la structure de la voiture. Avantage : installation simple et rapide du siège dans la voiture, avec moins de risques d'erreurs.
- **I-SIZE** permet de faire voyager les bébés en position dos à la route jusqu'à 15 mois (meilleure protection). Installation dans la voiture uniquement possible avec Isofix.



COMMENT CHOISIR ?

Situations	Modèles	Utilisation	A savoir
De la naissance à 13 kg	Groupe 0+ <i>Siège dos à la route (siège-coque)</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Respectez scrupuleusement le mode d'emploi pour fixer le siège avec la ceinture de sécurité du véhicule Retendez la ceinture et vérifiez qu'elle n'est pas tordue 	<ul style="list-style-type: none"> Jamais à l'avant de la voiture si présence d'un airbag frontal « actif » ! La position dos à la route est vitale pour les bébés. Elle protège la tête et les muscles du cou. En cas de collision frontale, elle peut éviter le décès ou la paralysie Laissez votre bébé le plus longtemps possible dans son siège dos à la route : jusqu'à ce qu'il ait atteint le poids de 13 kg ou avant si un tiers de sa tête dépasse du dossier du siège Si seul les pieds dépassent du siège, pas de problème, laissez-le dans ce siège
	Groupe 0+ <i>Siège dos à la route avec base isofix</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Attachez la base Isofix à la voiture au moyen des deux crochets Réglez-en le pied à la bonne hauteur Fixez le siège sur la base 	<ul style="list-style-type: none"> Un simple « clic » permet de fixer le siège à la base Les sièges qui se fixent sur une base Isofix peuvent aussi être attachés dans une voiture avec la ceinture de sécurité : pratique lorsque bébé voyage dans une voiture non équipée du système Isofix
De la naissance à 9 kg	Groupe 0 <i>Lit-auto (nacelle)</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Attachez le lit-auto dans la voiture avec les sangles prévues Le lit-auto doit toujours être placé sur la banquette de la voiture dans le sens de la longueur de celle-ci Attachez bébé dans la nacelle 	<ul style="list-style-type: none"> Le lit-auto protège moins bien le bébé que le siège dos à la route Lorsque le bébé aura atteint 5 à 6 mois, il faudra passer à un siège dos à la route Positionnez-le de façon à ce que la tête du bébé soit la plus éloignée des portières





Situations	Modèles	Utilisation	A savoir
De 9 à 18 kg	Groupe 1 <i>Siège face à la route</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Fixez le siège dans la voiture en respectant le mode d'emploi 	<ul style="list-style-type: none"> Etudiez bien le mode d'emploi du siège avant de l'installer dans la voiture. L'installation diffère selon les sièges
	Groupe 1 <i>Siège face à la route Isofix</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Fixez le siège au moyen des 2 crochets Isofix En fonction du siège : réglez le pied de la base à la bonne hauteur ou attachez la sangle de retenue (dite « toptether») au point d'ancrage prévu à cet effet 	<ul style="list-style-type: none"> Les sièges Isofix peuvent aussi être attachés dans une voiture avec la ceinture de sécurité : pratique lorsque l'enfant voyage dans une voiture non équipée du système Isofix
De 15 à 36 kg	Groupes 2-3 <i>Rehausseur</i> 	<ul style="list-style-type: none"> L'enfant et le rehausseur sont attachés avec la ceinture de sécurité de la voiture La ceinture de sécurité doit être portée correctement (pas sous le bras ou dans le dos) 	<ul style="list-style-type: none"> Quand l'enfant n'est pas dans la voiture, attachez le rehausseur pour qu'il ne se transforme pas en projectile en cas d'accident
	Groupes 2-3 <i>Rehausseur Isofix</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Le rehausseur est fixé dans la voiture avec Isofix L'enfant est attaché avec la ceinture de sécurité La ceinture de sécurité de la voiture doit être portée correctement (pas sous le bras ou dans le dos) 	<ul style="list-style-type: none"> Quand l'enfant n'est pas dans la voiture, le rehausseur reste bien fixé
	Groupes 2-3 <i>Rehausseur</i> 	<ul style="list-style-type: none"> L'enfant et le rehausseur sont attachés avec la ceinture de sécurité La ceinture de sécurité doit être portée correctement (pas sous le bras ou dans le dos) 	<ul style="list-style-type: none"> Le rehausseur sans dossier est permis par la loi. Néanmoins, il protège moins bien l'enfant qu'un rehausseur avec un dossier et des protections sur les côtés



🍼 Bébé soigné 🍼

LA TABLE À LANGER

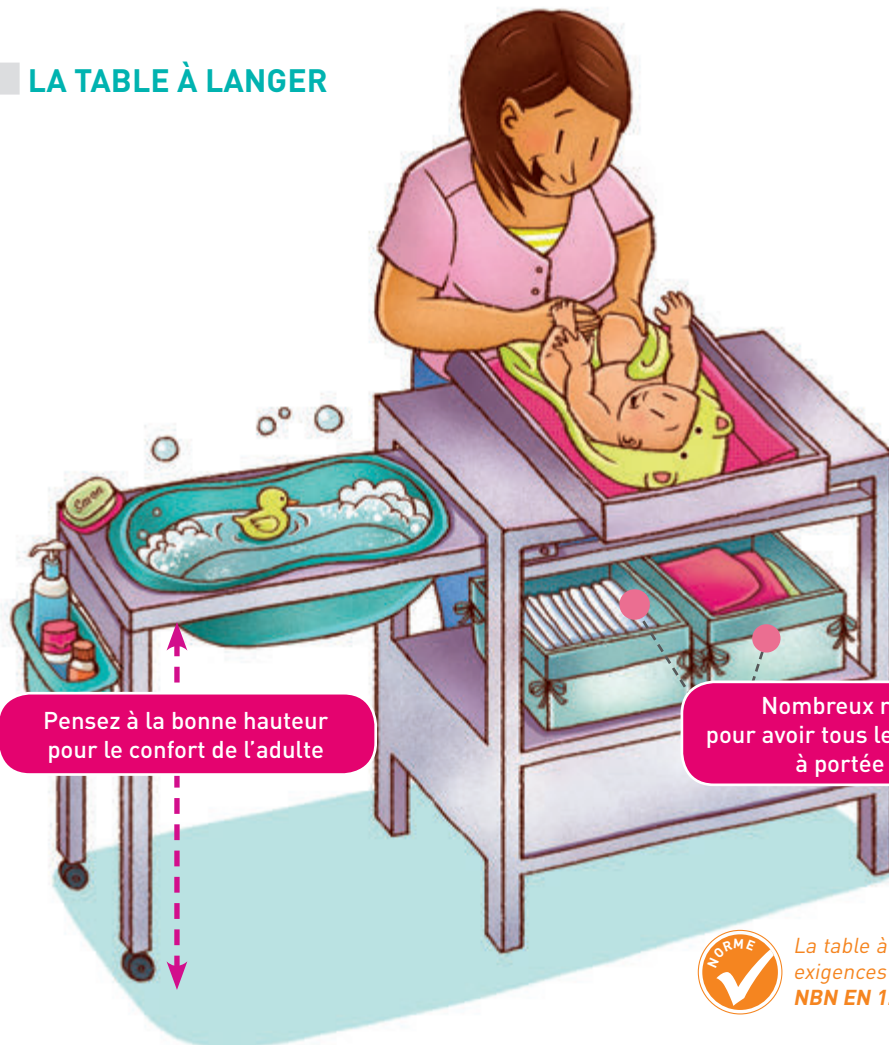
COMMENT CHOISIR ?

Situations	Modèles	Avantages	Inconvénients
Chambre ou salle de bain spacieuse	Table à langer classique 	<ul style="list-style-type: none"> • Robuste • Fixe ou pliante • Parfois équipée d'une baignoire située sous le plan à langer 	<ul style="list-style-type: none"> • Si combinée à une baignoire, préférez un modèle avec bain coulissant ; évitez le modèle dans lequel il faut soulever le plan pour accéder au bain
	Plan à langer sur commode 	<ul style="list-style-type: none"> • Transformable en commode (plan à langer amovible) • Nombreux espaces de rangement • Stabilité 	<ul style="list-style-type: none"> • Encombrant
Chambre ou salle de bain de petite taille	Table à langer à poser sur baignoire 	<ul style="list-style-type: none"> • Pliante : peu encombrante • Amovible • Hauteur adaptable en fonction des modèles 	<ul style="list-style-type: none"> • Parfois inconfortable pour le dos des parents • À installer et désinstaller pour l'utilisation de la baignoire adulte
	Table à langer modèle mural 	<ul style="list-style-type: none"> • Peu encombrante • Pliante • Hauteur adaptable à la taille de l'adulte 	<ul style="list-style-type: none"> • À fixer solidement au mur



Bébé soigné

LA TABLE À LANGER



Pensez à la bonne hauteur pour le confort de l'adulte

Nombreux rangements pour avoir tous les produits utiles à portée de main







La table à langer doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 12221**

Pour une bonne utilisation du matériel

- Pour rendre le moment de change plus sûr, il est utile d'avoir à portée de main tout ce qui est nécessaire.
- Gardez toujours une main sur bébé même si vous devez vous baisser ou vous retourner un bref instant. Les chutes de la table à langer sont des accidents trop fréquents!
- Si la table à langer est munie de roulettes, pensez à bien les bloquer quand vous l'utilisez.
- Respectez les indications du fabricant concernant l'âge d'utilisation ou le poids maximum de l'enfant supporté par le système.

LA BAIGNOIRE

COMMENT CHOISIR ?

Situations	Modèles	Avantages	Inconvénients
Espace disponible dans la salle de bain, dans le lieu de vie ou dans la chambre	Table à langer avec baignoire 	<ul style="list-style-type: none">• Tout à portée de main• Bain à hauteur de l'adulte	<ul style="list-style-type: none">• Encombrante• Le bain devient vite petit ; au-delà de 1 an, seule la table à langer peut continuer à être utilisée
	Baignoire avec ou sans pieds 	<ul style="list-style-type: none">• Bain à hauteur de l'adulte• Peut être utilisée sans pied. Vérifiez si nécessaire qu'elle rentre bien dans la douche	<ul style="list-style-type: none">• Temps d'utilisation limité• Parfois difficile à vider ; renseignez-vous sur le système de vidange
Espace limité	Baignoire bébé combinée ou non à une table à langer posée sur la baignoire adulte 	<ul style="list-style-type: none">• Compacte• À hauteur ou non de l'adulte en fonction du modèle ; confort / ergonomie à vérifier	<ul style="list-style-type: none">• Utilisable uniquement avec baignoire adulte• À installer et désinstaller à chaque utilisation si on veut utiliser la baignoire familiale
Usage occasionnel ou en voyage	Baignoire gonflable ou pliante 	<ul style="list-style-type: none">• Peu encombrante• Facile à transporter• Se pose dans une douche ou dans une baignoire adulte• Pratique pour voyager	<ul style="list-style-type: none">• Instable, le modèle gonflable ne permet pas à l'adulte de prendre appui• Difficile à vider• Difficile à sécher, donc risque de moisissures



- ⊙ Les baignoires en PVC ou autre plastique sont susceptibles de contenir des phtalates ou du bisphénol A. Préférez un modèle en polypropylène ou en matière recyclée.
- ⊙ Il existe des réducteurs de bain à installer dans la baignoire adulte.

Pour une bonne utilisation du matériel

- L'enfant ne doit jamais rester seul dans son bain !
- Avant de baigner l'enfant, vérifiez toujours la température de l'eau, soit à l'aide du thermomètre de bain (37,5°), soit en y plongeant votre coude. Quand vous faites couler le bain, terminez par un peu d'eau froide pour refroidir la robinetterie.
- Pensez à entretenir le matériel de bain car des moisissures peuvent se développer dans les tuyaux d'évacuation de l'eau, dans les jouets de bains, tapis antidérapant...

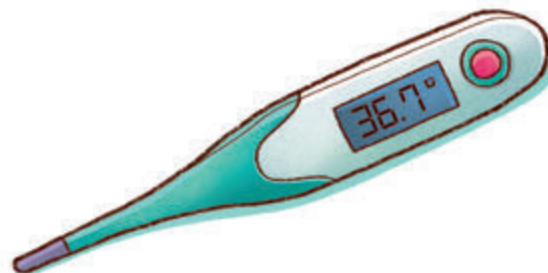


⊙ *Si vous utilisez une baignoire adulte, prévoyez un tapis de bain antidérapant pour éviter que le bébé ne glisse.*

LE THERMOMETRE CORPOREL

Un thermomètre est indispensable dans la pharmacie familiale. Le modèle standard permet une prise de température très fiable. Il existe des thermomètres avec embout souple et fin permettant une prise de température rectale sans sensation désagréable pour le bébé.

Ce modèle peut également s'utiliser en mode buccal ou sous les aisselles.








Bébé éveillé



LE PARC ET LE RELAX

COMMENT CHOISIR ?

Situations	Modèles	Âges	Avantages	Inconvénients
Bébé bouge	Parc 	De la naissance à +/- 18 mois	<ul style="list-style-type: none"> Espace de jeu sécurisé Isole du froid du sol et des animaux domestiques Souvent plusieurs hauteurs de fond possibles 	<ul style="list-style-type: none"> Pour l'enfant plus grand, le parc diminue les possibilités de mouvements libres
Bébé se détend	Pouf 	De la naissance à +/- 6 mois	<ul style="list-style-type: none"> Confortable Douillet/chaud Transformable en pouf pour l'enfant plus grand Déhoussable/lavable 	<ul style="list-style-type: none"> Une seule position d'inclinaison Ne permet pas à l'enfant de bouger à sa guise ; à utiliser pour de courtes périodes de détente (environ 10 minutes) Statique Accessoires vendus séparément (balancelle, ...) Encombrant
	Relax 	De +/- 1 mois à +/- 6 mois	<ul style="list-style-type: none"> Facile à transporter Pliable Multi-positions Certains modèles sont sur pieds (réglables en hauteur) Possibilité de se balancer 	<ul style="list-style-type: none"> Ne permet pas à l'enfant de bouger à sa guise À utiliser pour de courtes périodes de détente (environ 10 minutes)

LE PARC



Le parc doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 12227**

Écartement des barreaux compris entre 4,5 et 6,5 cm



Bébé éveillé

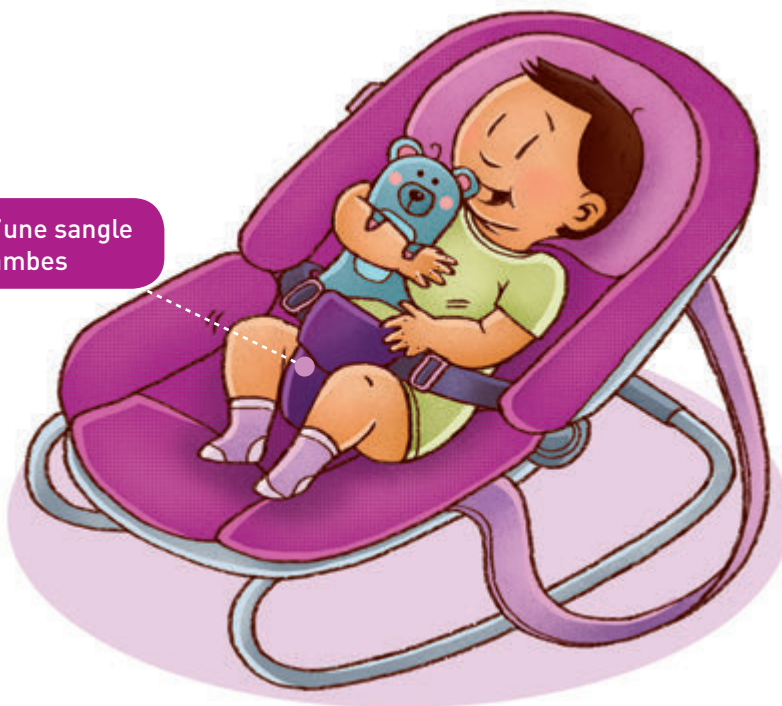
Pour une bonne utilisation du matériel

- Le parc peut être utile pour la sécurité de l'enfant si vous devez le quitter des yeux quelques instants. En dehors de ces moments, offrez la possibilité à l'enfant de ramper, de se déplacer à quatre pattes, de marcher dans un espace plus ouvert.
- Adaptez la hauteur du fond en fonction du stade de développement de votre enfant.



- ⊙ De gros jouets placés dans le parc peuvent être utilisés par l'enfant comme tremplin. Ils réduisent l'espace de jeu et empêchent l'enfant de bouger librement.
- ⊙ L'aire de jeu avec cloisons en plastique ou en tissus n'est pas un parc. L'enfant arrive à déplacer les panneaux en les poussant car il n'y a pas de fond.
- ⊙ Choisissez un tapis de parc aux dimensions recommandées par le fabricant.

Harnais muni d'une sangle d'entre-jambes



Le relax doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 12790**

Pour une bonne utilisation du matériel

- Attachez toujours votre bébé, même pour un temps très court. Un harnais muni d'une sangle d'entre-jambes empêche que l'enfant ne glisse vers le bas.
- Ne posez jamais le relax ou le pouf sur un meuble (table, fauteuil...), bébé devient vite remuant, ses mouvements sont brusques et augmentent les risques de chutes. Placez le bébé de préférence dans un parc.
- Limitez l'usage du relax et du pouf dans la durée pour permettre à l'enfant de bouger librement le plus souvent possible.



- ⊙ **Le siège coque n'est pas un relax !**
Il empêche l'enfant de bouger, surtout la tête (risque de tête plate).



- ⊙ **Le trotteur est dangereux !**
L'ONE ainsi que le Bureau Européen des Unions de Consommateurs **déconseillent** l'utilisation du trotteur car il augmente la fréquence et la gravité des chutes et n'apporte rien au développement de l'enfant.








Bébé mange



LE TIRE-LAIT

COMMENT CHOISIR ?

Situations	Modèles	Avantages	Inconvénients
Usage occasionnel pour soulager la tension des seins ou extraire occasionnellement du lait	Tire-lait manuel 	<ul style="list-style-type: none"> • La cadence et la force d'aspiration sont contrôlées par la maman • Facile à l'emploi • Autonomie (pas d'électricité) • Peu encombrant • Silencieux • Certains modèles permettent de visser la tétine sur le récipient récolteur 	<ul style="list-style-type: none"> • Fatigant quand vous devez répéter le mouvement pendant une dizaine de minutes plusieurs fois par jour
Usage fréquent/régulier pour constituer des réserves de lait maternel ou stimuler la production lactée	Tire-lait électrique à piles, batterie ou sur secteur 	<ul style="list-style-type: none"> • Meilleure force d'extraction • Vitesse et force d'aspiration réglables sur certains modèles • Transportable • Peut être loué (pharmacie, mutuelle, maternité) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bruyant • Encombrant • Peu d'autonomie : prévoir des piles de rechange
	Tire-lait électrique double pompe à piles, batterie ou sur secteur 	<ul style="list-style-type: none"> • Meilleure stimulation (quantité de lait/durée d'extraction) • Vitesse et force d'aspiration réglables sur certains modèles • Peut être loué (pharmacie, mutuelle, maternité) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bruyant • Encombrant • Peu d'autonomie : prévoir des piles de rechange

CRITÈRES D'ACQUISITION

- Pour le tire-lait électrique, privilégiez un modèle ayant :
 - une force d'aspiration variable ou constante à 90 mmHg
 - un rythme variable ou constant à 60 aspirations/minute
- Il doit se démonter afin de permettre un nettoyage minutieux et s'assembler facilement de façon à ne pas toucher les parties en contact avec le lait après la stérilisation.
- Les modèles loués nécessitent l'achat d'un kit avec embout et récipient récolteur.
- Il est préférable d'avoir des embouts de tailles différents afin de pouvoir choisir celui qui s'adapte le mieux à la morphologie du sein de la maman.
- Assurez-vous de pouvoir trouver facilement des pièces de rechange si nécessaire.



Pour une bonne utilisation du matériel

- A l'usage, un tire-lait ne doit pas être douloureux. Si nécessaire, un spécialiste de l'allaitement peut vous aider à mieux l'utiliser.
- Avant toute utilisation du tire-lait, assurez-vous que le matériel est propre et stérile.
- Avant de tirer du lait, lavez-vous toujours les mains.



LE BIBERON

COMMENT CHOISIR ?

Modèles	Avantages	Inconvénients
Biberon en verre 	<ul style="list-style-type: none">• Pas de substances chimiques dans le verre• Maintien parfait de la température du liquide• Résistance au temps (reste translucide même après de nombreux lavages et stérilisations)	<ul style="list-style-type: none">• Lourd• Fragile, sauf si le biberon est en verre incassable ou fourni avec une gaine en silicone amortisseur de chocs
Biberon en plastique 	<ul style="list-style-type: none">• Apparence proche du verre• Résistance aux fortes températures• Incassable• Léger (plus facile à tenir pour le bébé)	<ul style="list-style-type: none">• Perte de sa transparence avec le temps• Vérifiez systématiquement l'absence de bisphénol A et de phtalates

CRITÈRES D'ACQUISITION

- Préférez un biberon en verre particulièrement pour les tout-petits. C'est le seul moyen d'être certains de diminuer l'exposition du bébé aux perturbateurs endocriniens lors de l'alimentation au biberon.
- Le biberon idéal, est celui qui convient le mieux à votre enfant.
- Remplacez le biberon et la tétine dès les premiers signes d'usure (craquellements, fissures...).

LA TÉTINE

Les tétines peuvent être en silicone ou en caoutchouc, de formes différentes et à débits variables (tétine à vitesses ou à trou) :

- La tétine en silicone (transparente) est plus dure, plus résistante et n'a pas d'odeur. Elle peut durcir à l'usage.
- La tétine en caoutchouc (marron) est plus souple que la tétine en silicone. Par contre, elle a une odeur et peut devenir collante à l'usage.

Les tétines se dégradent à la stérilisation. Pensez à les changer régulièrement.



⊗ Certains enfants peuvent développer une allergie au latex contenu dans le caoutchouc.

LE STÉRILISATEUR

Jusqu'à la diversification alimentaire (4 à 6 mois), le biberon, la tétine, l'anneau de serrage, la plaquette de fermeture et le capuchon sont stérilisés (pour tuer les microbes) après nettoyage et à chaque utilisation.

La stérilisation à chaud

Dans une casserole d'eau bouillante :

- Immergez complètement le biberon et le matériel annexe pendant 20 minutes. Les tétines doivent bouillir 10 minutes.

Dans un stérilisateur micro-ondes ou électrique :

- Voir le mode d'emploi.

La stérilisation à froid






Cette stérilisation se réalise à partir de comprimés vendus en pharmacie.

Pour préparer un bain désinfectant, mettez une pastille dans 5 litres d'eau froide. Plongez-y le biberon et le matériel annexe et laissez agir 15 minutes. Retirez le matériel du bain sans le rincer.



LE CHAUFFE-BIBERON

COMMENT CHOISIR ?

Modèles	Avantages	Inconvénients
Bain-marie 	<ul style="list-style-type: none">• Peu encombrant• Ne nécessite pas d'achat spécifique	<ul style="list-style-type: none">• Risque de brûlures si l'eau se renverse• Absence de thermostat ; contrôle indispensable de la température du lait
Chauffe-biberon électrique par bain-marie 	<ul style="list-style-type: none">• Sécurisant et précis• Quasiment pas de surveillance• Peu encombrant• Transport facile• Présence d'un thermostat sur la plupart des modèles arrêtant l'appareil quand le lait est à bonne température• Certains modèles maintiennent le lait à bonne température	<ul style="list-style-type: none">• Risque de brûlures si l'eau se renverse
Chauffe-biberon électrique par vapeur 	<ul style="list-style-type: none">• Mode de chauffe rapide• Sécurisant et précis• Quasiment pas de surveillance• Peu encombrant• Transport facile	<ul style="list-style-type: none">• Risque de brûlures car le biberon sort parfois très chaud ; après ouverture du couvercle, attendre un peu avant de prendre le biberon• S'entartre très vite
Chauffe-biberon de voiture 	<ul style="list-style-type: none">• Pratique pour les déplacements en voiture• Température fiable• Double système d'alimentation (prise allume-cigares et prise électrique) sur certains modèles	<ul style="list-style-type: none">• Temps de chauffe long• Arrêt indispensable sur une aire de repos ou de stationnement pour préparer et donner le biberon
Chauffe-biberon « autonome » (muni d'une housse auto-chauffante) 	<ul style="list-style-type: none">• Pratique pour les balades avec bébé• Très compact	<ul style="list-style-type: none">• Temps de chauffe long

CRITÈRES D'ACQUISITION

- Vérifiez que le modèle que vous choisissez peut accueillir tout type de biberon (base large ou étroite).



Le chauffe-biberon doit porter le marquage CE.



- ⊙ *Tous les modèles de chauffe-biberon conviennent pour le lait maternel.*
- ⊙ *Le micro-ondes ne convient pas pour chauffer le lait maternel.*
- ⊙ *Les modèles de classe énergétique A, A+ sont moins énergivores.*

Pour une bonne utilisation du matériel

- Aménagez un plan de travail dégagé et propre.
- Veillez à la bonne stabilité du chauffe-biberon.
- Vérifiez toujours la température du lait avant de le donner à l'enfant (quelques gouttes à l'intérieur du poignet). Un jet de lait bouillant brûle non seulement la bouche, le fond de la gorge mais aussi l'oesophage. Dans les récipients en verre ou en plastique, le liquide peut être bouillant alors que le contact avec le biberon paraît tiède.

LA VAISSELLE POUR BÉBÉ

Il est préférable d'utiliser de la vaisselle en verre ou en faïence.

La vaisselle en plastique doit être sans bisphénol A et dépourvue de dessins imprimés.

Lors de l'achat de vaisselle en plastique, il est important de vérifier la présence des logos suivants :

	Convient pour les aliments		Convient pour le lave-vaisselle
	Convient pour le micro-ondes		Conçu pour aller au congélateur

Les **couverts** doivent être adaptés au développement psychomoteur de votre enfant. Optez de préférence pour une cuillère souple pour les bébés qui tètent encore et plus tard pour une cuillère rigide mais adaptée à la taille de la bouche de l'enfant. Pour la vaisselle, utilisez une assiette creuse ou un bol qui lui permet de remplir lui-même sa cuillère. Autour de 15 mois, un enfant est capable de commencer à boire au verre.



*La vaisselle pour bébé doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN 14 372**.*



- ⊙ *Un cuit-vapeur pour enfant avec mixeur intégré a une durée d'usage limitée. Il ne permet de réaliser qu'un seul repas. De plus, la texture obtenue est trop lisse au-delà de 9 mois.*

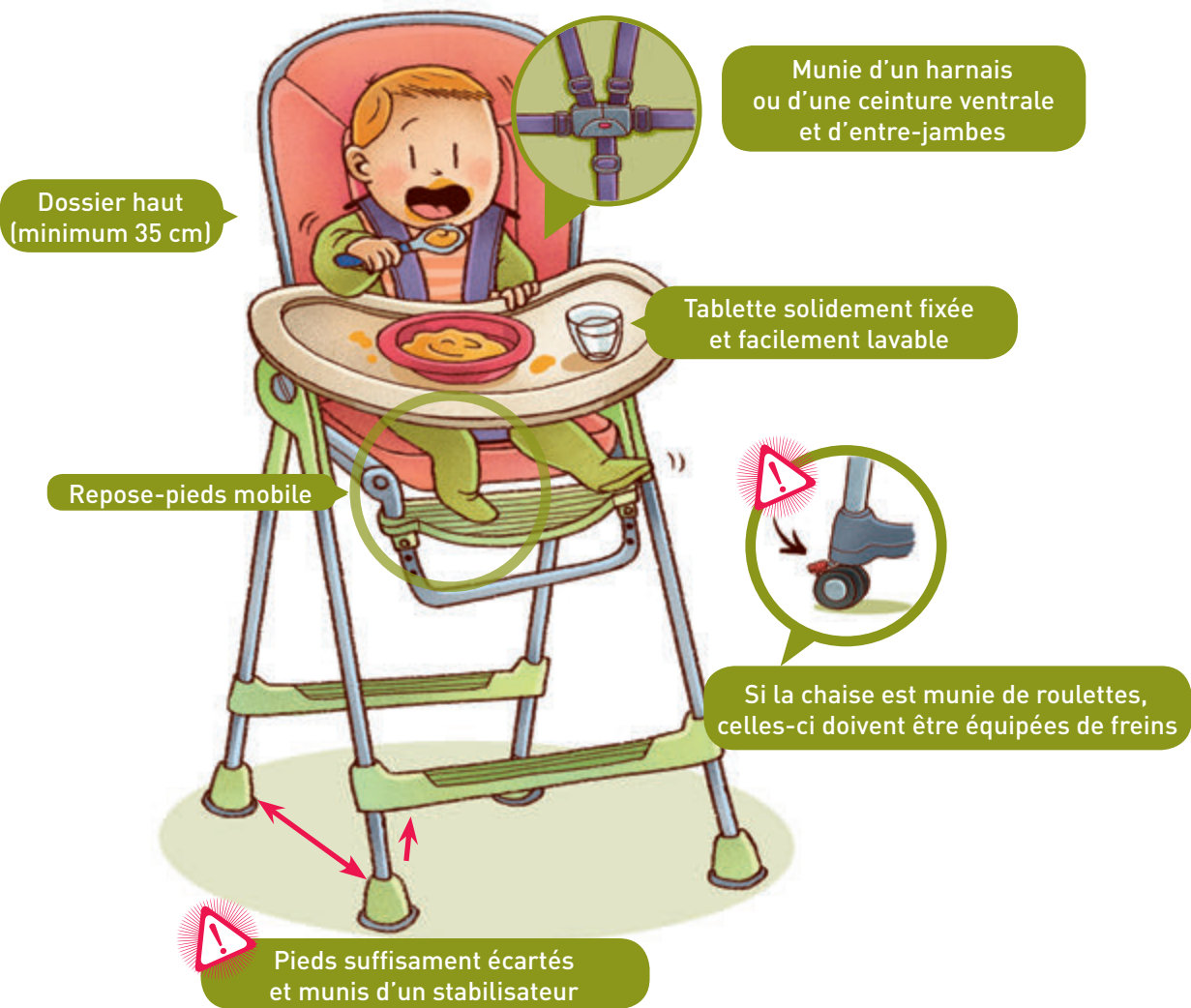


LA CHAISE HAUTE

COMMENT CHOISIR ?

Modèles	Âges	Avantages	Inconvénients
Chaise haute pliante 	De +/- 8 mois à maximum 15 kg	<ul style="list-style-type: none">• Siège rembourré• Inclinable/multipositions• Souvent sur roulettes pour faciliter les petits déplacements• Pliante• Entretien facile	<ul style="list-style-type: none">• Roulettes à bloquer• Encombrante• Enfant éloigné de la table familiale
Chaise haute cube 	De +/- 8 mois à 36 mois	<ul style="list-style-type: none">• Robuste• Indémodable• Transformable en chaise et table d'enfant	<ul style="list-style-type: none">• Peu confortable• Enfant éloigné de la table familiale• Encombrante• Lourde• Taille d'assise large ; nécessite un coussin réducteur pour les petits
Chaise haute évolutive 	De +/- 8 mois jusqu'à l'âge adulte	<ul style="list-style-type: none">• Évolutive : le système permet une adaptation à la taille de l'enfant• Entretien facile	<ul style="list-style-type: none">• Lourde ; difficile à déplacer• Non repliable• Pas de ceinture intégrée (harnais en accessoire)• Accessoires souvent vendus à part (coussin, tablette...)
Siège de table 	De +/- 8 mois à maximum 15 kg	<ul style="list-style-type: none">• Peu encombrant• Pratique pour les petits espaces de vie• Transportable/léger• Très compact une fois plié	<ul style="list-style-type: none">• Pas adaptable à toutes les tables• Entretien parfois difficile
Rehausseur 	De +/- 10 mois à maximum 22 kg	<ul style="list-style-type: none">• Peu encombrant• Pratique pour les petits espaces de vie• Transportable	<ul style="list-style-type: none">• Fixation à la chaise adulte pas toujours facile• Pas adaptable à toutes les chaises

LA CHAISE HAUTE

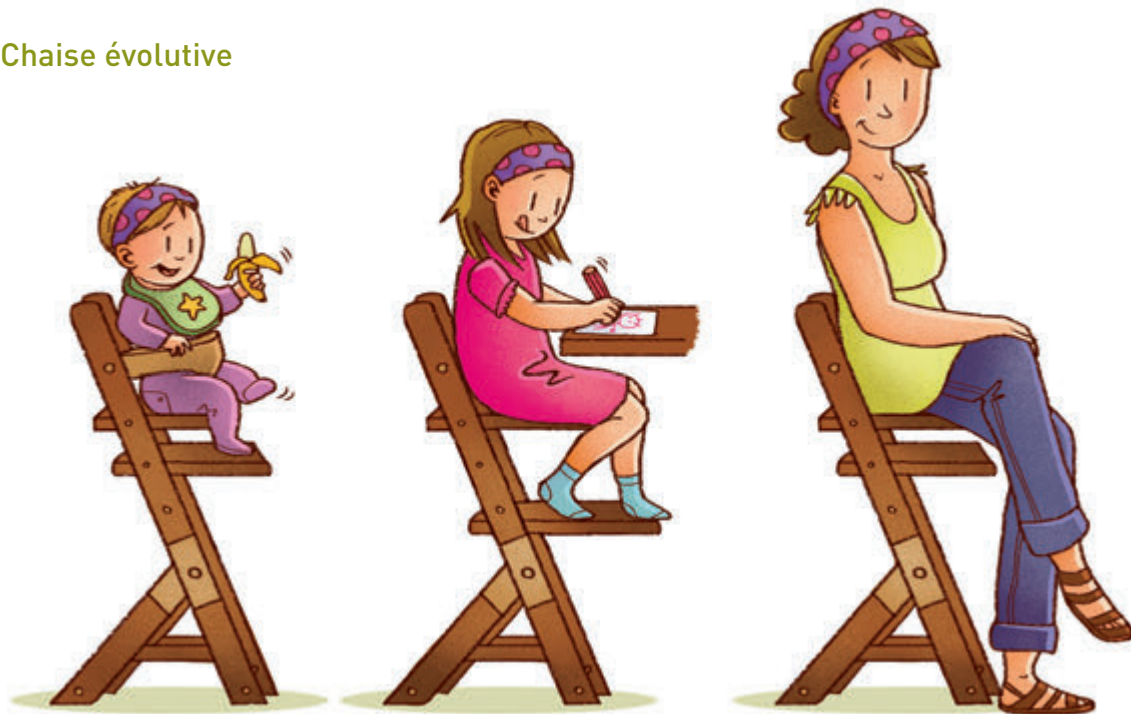


La chaise haute doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **NBN EN 14988**

Pour une bonne utilisation du matériel

- N'utilisez la chaise haute en position assise qu'à partir du moment où l'enfant se tient seul assis.
- Adaptez la hauteur du repose-pieds à la taille des jambes de l'enfant (angle droit au niveau des genoux et pieds à plat).
- Tenez tout objet dangereux (couteau, liquide chaud...) hors de portée de l'enfant.
- Pour éviter les chutes :
 - Ne laissez jamais bébé seul quand il est dans sa chaise.
 - Attachez toujours votre enfant quand il est dans sa chaise.
 - Apprenez à l'enfant à ne pas grimper seul dans sa chaise.
 - Apprenez à ses frères et soeurs à ne pas se suspendre à la chaise : ils risquent de la déséquilibrer.
 - Éloigner la chaise d'un meuble ; bébé pourrait y prendre appui avec les pieds et tomber en arrière.
- Si la chaise n'est pas munie de roulettes et que vous souhaitez la déplacer, évitez de la soulever quand l'enfant s'y trouve.

Chaise évolutive

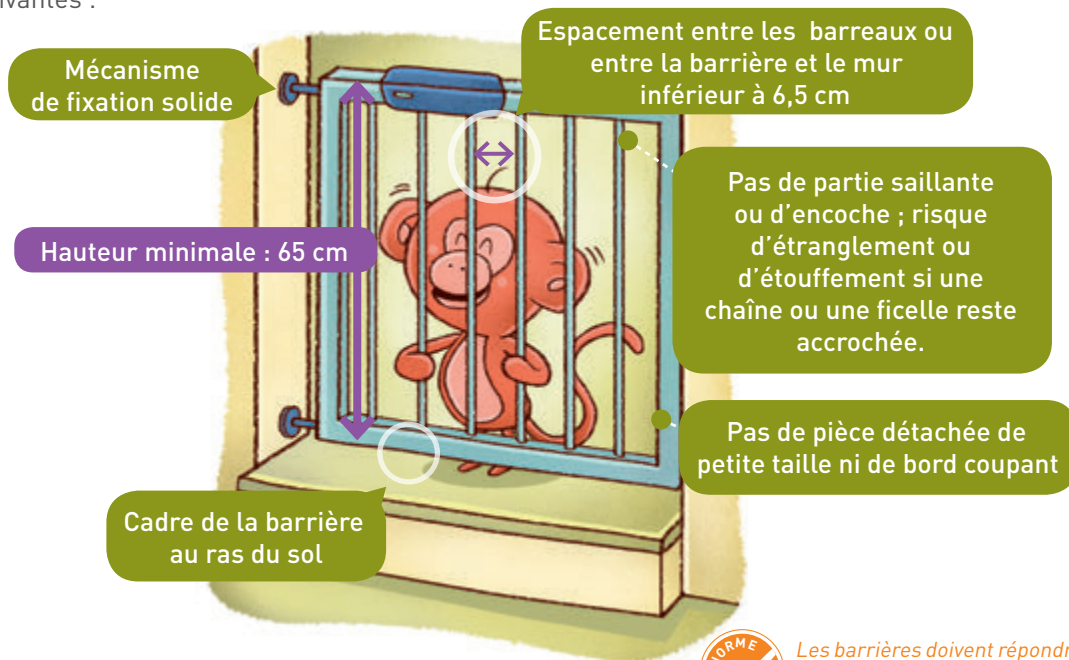


Bébé protégé

LA BARRIÈRE DE SÉCURITÉ

Il existe différents modèles de barrière de sécurité : barrières à fixation définitive ou amovible, barrières en tissu (avec différentes largeurs d'extension), en bois ou en métal.

Pour garantir un maximum de sécurité, tout modèle de barrière doit présenter les caractéristiques suivantes :



Pour une bonne utilisation du matériel

- Assurez-vous que l'endroit choisi permette une fixation des deux côtés.
- Suivez scrupuleusement les instructions de montage pour garantir une sécurité maximale.
- Une fois installée, contrôlez régulièrement la fixation de la barrière.
- Veillez à bien fermer la barrière après chaque passage.
- Une barrière est conçue pour les enfants jusqu'à 24 mois. Au-delà de cet âge, l'enfant risquerait de l'escalader et de chuter.

LE BLOQUE-PORTE ET LE BLOQUE-TIROIR

Ces dispositifs permettent de bloquer portes et tiroirs pour empêcher l'enfant d'accéder au contenu parfois dangereux des meubles. Certains modèles bloquent la porte en position ouverte. L'enfant ne peut donc pas se coincer les doigts dans l'embrasure de la porte.



Les bloque-portes doivent répondre aux exigences de sécurité de la norme EN 16654.

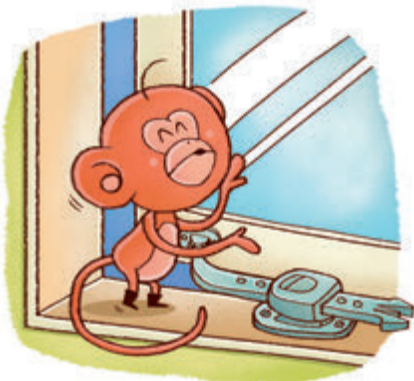


LE BLOQUE-FENÊTRE

Ce dispositif permet de bloquer une fenêtre (fermée ou entre-ouverte) de manière à ce que l'enfant ne puisse pas en changer la position.

Ces systèmes réduisent les risques de chute mais évitent également que l'enfant ne se coince les doigts.

Il existe également des systèmes permettant de bloquer des fenêtres coulissantes.



Les bloque-fenêtres doivent répondre aux exigences de sécurité de la norme EN 16281.

LE CACHE-PRISE

Vérifiez si vos prises de courant sont munies d'un système de sécurité enfant. Si ce n'est pas le cas, des cache-prises à clé peuvent protéger les orifices et empêcher que l'enfant n'y enfonce un petit objet.



LE PROTÈGE-COIN

Différentes matières (mousse, plastique, silicone, ...) et systèmes de fixation sont disponibles sur le marché.

Ces dispositifs diminuent les risques de blessure.



Tout ce petit matériel ne remplace ni les messages éducatifs adaptés à l'âge de l'enfant, ni la surveillance d'un adulte.

LA BARRIÈRE DE SÉCURITÉ PARE-FEU

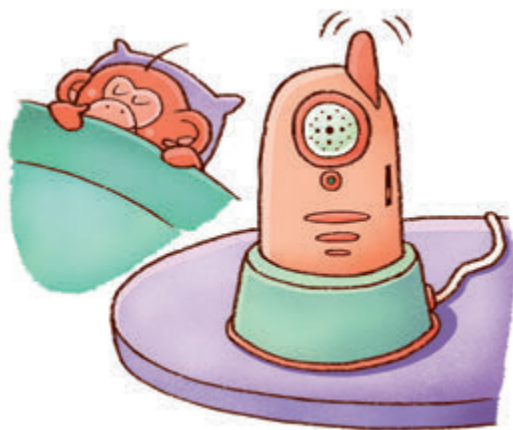
La barrière de sécurité pare-feu permet de mettre une distance de sécurité entre la source de chaleur et l'enfant. Certains modèles peuvent aussi être utilisés pour empêcher l'accès aux escaliers.



*La barrière de sécurité pare-feu doit répondre aux exigences de sécurité de la norme **EB 1930**.*



LE BABYPHONE



Il existe plusieurs types de babyphone allant du **babyphone audio « classique »** au **babyphone vidéo**.

Le **babyphone audio « classique »** permet d'entendre tous les sons de votre bébé. D'autres options sont souvent disponibles sur ces appareils (un répertoire de musiques, une veilleuse, la possibilité de parler au bébé le temps d'arriver dans sa chambre).

Le **babyphone vidéo** permet de surveiller « visuellement » le bébé dans sa chambre.

COMMENT CHOISIR ?

Les babyphones présentent différentes caractéristiques :

- **La portée** (de 50 à 1000m) : plus la portée est grande, plus les ondes émises sont importantes. Il est donc recommandé de placer le babyphone à au moins 1m de l'enfant.
- **La fréquence** : préférez un modèle à basse fréquence (moins de 865 MHz) ou de faible puissance (moins de 10mW) pour éviter que bébé ne reçoive trop d'ondes électromagnétiques. Cependant, sachez qu'aucune norme n'impose une fréquence à respecter. De plus, son indication est souvent difficile à trouver sur l'appareil. Un modèle à plusieurs fréquences offre la possibilité de choisir celle qui n'interfère pas avec un éventuel babyphone du voisinage. Un babyphone vidéo nécessite davantage d'ondes pour garantir une qualité d'image. Préférez un modèle où la vidéo s'affiche à la demande ; cela évite une émission d'ondes en continu.
- **L'autonomie** : les modèles à piles permettent un usage ponctuel ; ceux à batterie rechargeable permettent un usage régulier.
- **Les dimensions** : plus il est petit, plus il est facile à transporter.
- **Les indicateurs** : ils peuvent être sonores et/ou lumineux.

Choisissez le modèle qui répond au mieux à vos besoins et ne faites pas confiance aveuglément aux performances techniques de l'appareil.

Pour une bonne utilisation du matériel

- Restez vigilants et ne faites pas uniquement confiance à la technologie pour vous informer sur la qualité du sommeil de votre enfant.
- Placez le babyphone à minimum 1m du lit (une distance de 3m serait idéale).
- Éteignez l'appareil quand il n'est pas utilisé. N'allumez pas la base si le récepteur est éteint, sinon votre bébé absorbera des ondes pour rien.
- Évitez si possible les babyphones à micro-ondes (DECT notamment).
- Si le modèle le permet, réglez le module bébé sur le mode "déclenchement automatique à la voix" ou "VOX". Il s'active quand bébé pleure et n'émet pas quand il est silencieux.

Mes besoins, mes choix, ma liste ...



Pour en savoir plus

L'équipe de la consultation ONE est disponible pour vous accompagner dans votre réflexion sur le choix du matériel de bébé.

Vous pouvez également consulter **les autres brochures de l'ONE téléchargeables** sur www.one.be

Le CRIOC (Centre de recherche et d'information des organisations de consommateurs) peut vous donner des informations complémentaires sur le matériel de puériculture ou les normes de sécurité sur www.crioc.be

L'IBSR (Institut Belge de la Sécurité Routière) édite des publications sur le transport de l'enfant en voiture et à vélo.

Elles sont téléchargeables sur www.ibsr.be

Que toutes les personnes qui ont contribué à la réalisation de cette brochure soient chaleureusement remerciées et plus particulièrement les organismes partenaires qui ont partagé leur expertise : Infor-Allaitement, le CRIOC, l'IBSR, le Bureau de Normalisation (NBN), le SPF Économie.

LE MATÉRIEL DE BÉBÉ, PETIT GUIDE POUR BIEN CHOISIR

EDITEUR RESPONSABLE
Benoît PARMENTIER

RÉALISATION
ONE

EDSBR0411
D/2015/74.80/01



Chaussée de Charleroi 95 - 1060 Bruxelles
Tél. : +32 (0)2 542 12 11 / Fax : +32 (0)2 542 12 51
info@one.be - ONE.be

Avec la collaboration de



Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles
et de la Loterie Nationale

ONE.be