



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



Retrouvez nos conseils ▼

**Prévention Mort Inattendue du Nourrisson**

# 1 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 !



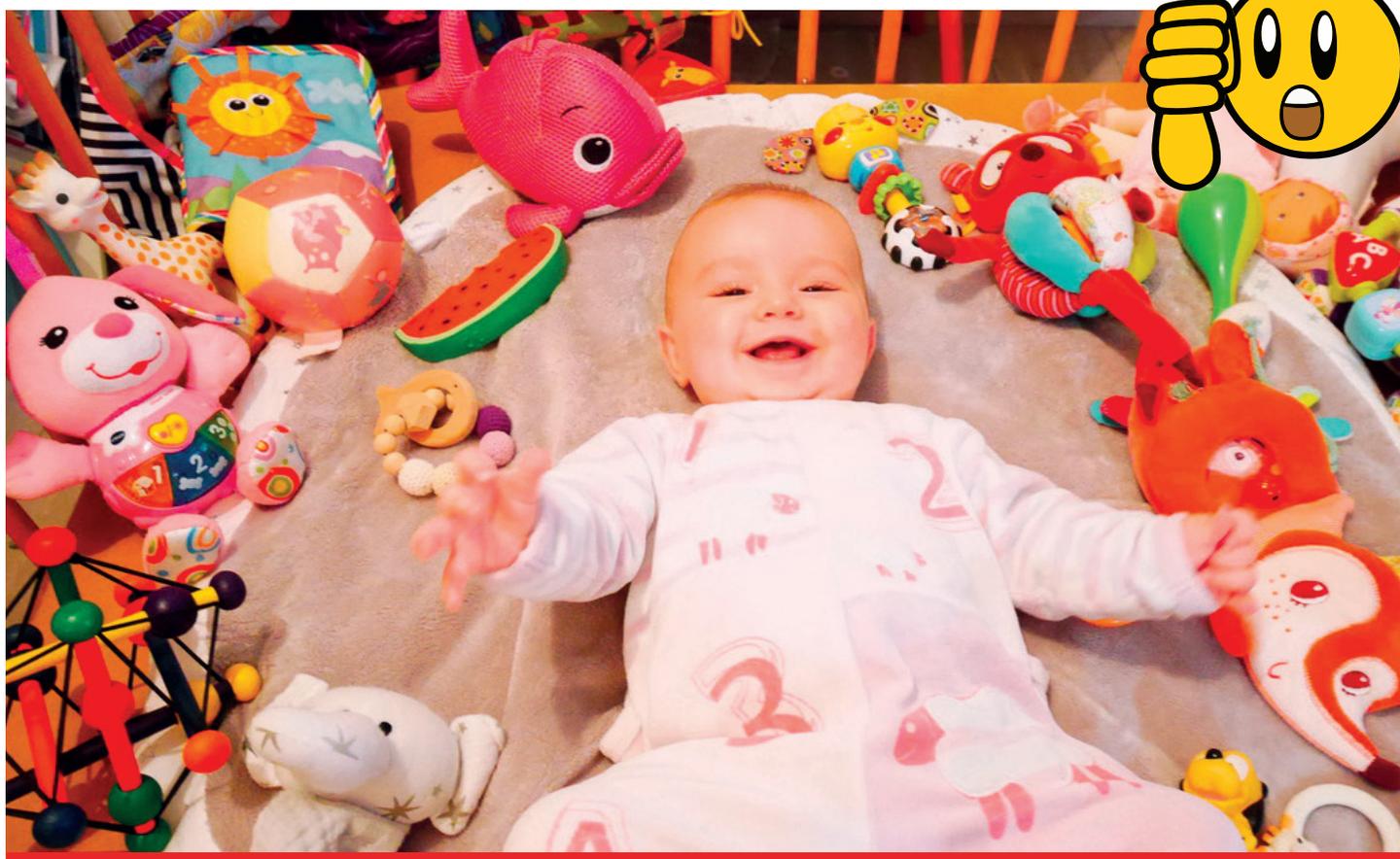
Pas de couverture, ni de nid d'ange car je risque de glisser dessous.



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.**



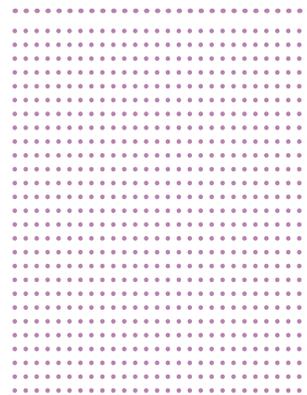
**Laissez-moi plutôt un petit doudou adapté à ma taille ! C'est parfait !**

## 5 Prévention Mort Inattendue du Nourrisson



Lit parapluie avec sur-matelas  
**= danger**

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



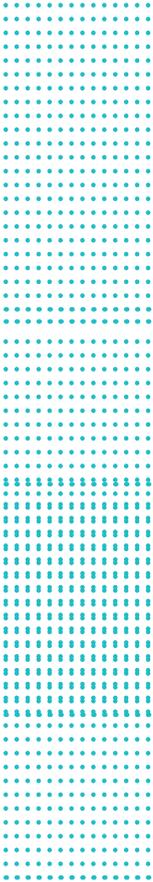
# Aucun partage de lit !



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**