

LIBÉREZ LES BÉBÉS!

● ● ● Pour ma motricité... osez la simplicité!

Pour prévenir la **tête plate** et soutenir mon **développement** sensoriel, moteur, cognitif et affectif... sans investir dans du matériel de puériculture coûteux et inadapté, **des conseils simples suffisent** en alternant régulièrement l'orientation de mon regard.

À l'éveil dès mon 1^{er} mois



Je change de positions

en alternant les bras aux repas et en variant dos/ventre/côté à l'éveil

Je découvre le plat ventre

tous les jours : le temps d'un change, d'un jeu ou d'une comptine

J'évite le transat ou le cosy

en les limitant à 1h30 par jour et en réservant le cosy aux transports en voiture

Je préfère le tapis d'éveil

J'aime être porté

enroulé comme un bouddha, dans les bras, en écharpe ou porte-bébé

J'ai besoin d'interaction et de jeux



● ● ● ● ● ● ● Je fais **dodo** sur le **dos**...



et pas besoin d'artifices ! Même les plus jolis tours de lit, couvertures ou oreillers me sont **inutiles** et sont un risque de mort inattendue.

Alternez la position de ma tête au couchage et demandez conseil si besoin.



Pour en savoir plus : www.chu-dijon.fr/fr/usagers-patients/espace-info-sante/enfant-motricite



LIBÉREZ LES BÉBÉS!

● ● ● Pour ma motricité... osez la simplicité!

Pour prévenir la **tête plate** et soutenir mon **développement** sensoriel, moteur, cognitif et affectif... sans investir dans du matériel de puériculture coûteux et inadapté, **des conseils simples suffisent** en alternant régulièrement l'orientation de mon regard.

À l'éveil dès mon 1^{er} mois



Je change de positions

en alternant les bras aux repas et en variant dos/ventre/côté à l'éveil

Je découvre le plat ventre

tous les jours : le temps d'un change, d'un jeu ou d'une comptine

J'évite le transat ou le cosy

en les limitant à 1h30 par jour et en réservant le cosy aux transports en voiture

Je préfère le tapis d'éveil

J'aime être porté

enroulé comme un bouddha, dans les bras, en écharpe ou porte-bébé

J'ai besoin d'interaction et de jeux

Je fais **dodo** sur le **dos**...



et pas besoin d'artifices ! Même les plus jolis tours de lit, couvertures ou oreillers me sont **inutiles** et sont un risque de mort inattendue.

Alternez la position de ma tête au couchage et demandez conseil si besoin.



Pour en savoir plus : www.chu-dijon.fr/fr/usagers-patients/espace-info-sante/enfant-motricite



LIBÉREZ LES BÉBÉS!

● ● ● Pour ma motricité... osez la simplicité!

Pour prévenir la **tête plate** et soutenir mon **développement** sensoriel, moteur, cognitif et affectif... sans investir dans du matériel de puériculture coûteux et inadapté, **des conseils simples suffisent** en alternant régulièrement l'orientation de mon regard.

À l'éveil dès mon 1^{er} mois



Je change de positions

en alternant les bras aux repas et en variant dos/ventre/côté à l'éveil

Je découvre le plat ventre

tous les jours : le temps d'un change, d'un jeu ou d'une comptine

J'aime être porté

enroulé comme un bouddha, dans les bras, en écharpe ou porte-bébé

J'ai besoin d'interaction et de jeux

Je préfère le tapis d'éveil

J'évite le transat ou le cosy

en les limitant à 1h30 par jour et en réservant le cosy aux transports en voiture



● ● ● ● ● ● ● ● Je fais dodo sur le dos...



et pas besoin d'artifices ! Même les plus jolis tours de lit, couvertures ou oreillers me sont **inutiles** et sont un risque de mort inattendue. **Alternez la position de ma tête** au couchage et demandez conseil si besoin.



Pour en savoir plus : www.chu-dijon.fr/fr/usagers-patients/espace-info-sante/enfant-motricite

