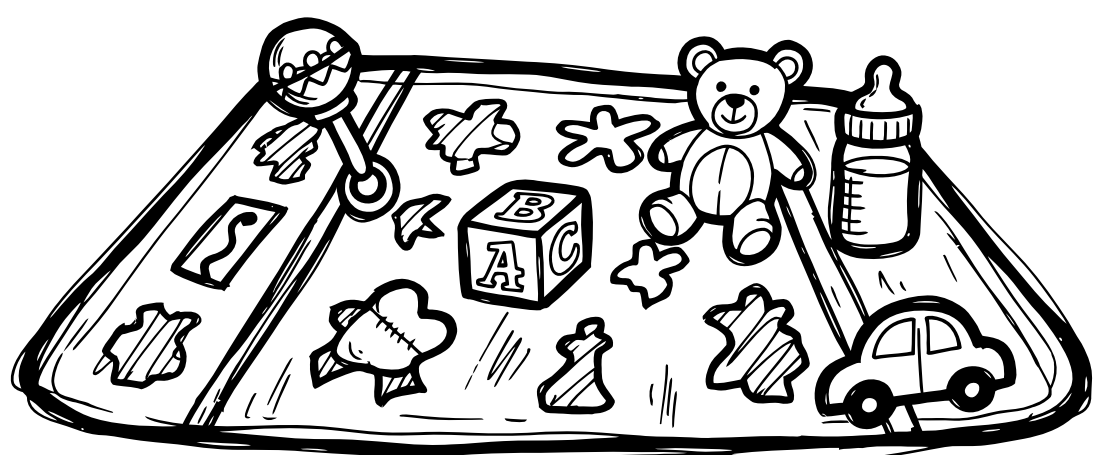


Dès le plus jeune âge, je favorise l'éveil de mon bébé pour optimiser son futur développement.



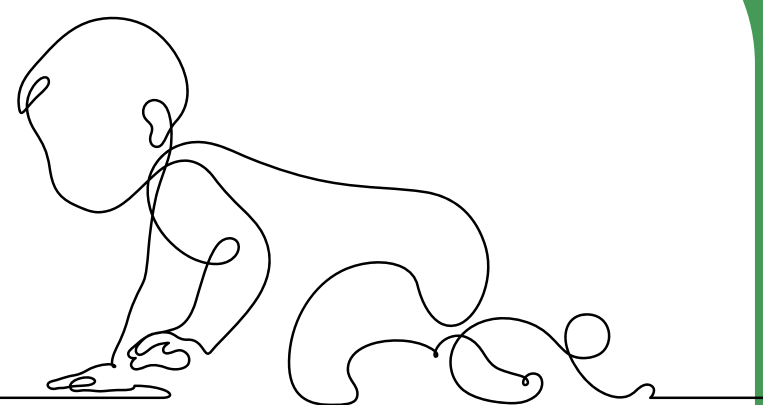
Matériel de puériculture **SIMPLE** :

- Un TAPIS D'EVEIL sans arche.
- Avec quelques jouets posés sur les côtés.

MOTRICITE LIBRE

La favoriser, c'est stimuler et laisser bébé explorer son corps et son environnement.

- En l'installant sur une surface horizontale libre et ferme (= tapis d'éveil).
- En le laissant libre de ses mouvements, avec des vêtements confortables et sans obstacle autour de lui.



A RETENIR !

J'installe mon bébé uniquement dans des positions qu'il peut atteindre SEUL.

Et je l'accompagne quotidiennement pour le retourner sur le ventre.

Ce n'est pas une course...

Chaque bébé va acquérir ses compétences (motrices, sensorielle et autres) selon un rythme qui lui est propre.

Il progressera en franchissant ces étapes de LUI MEME, et à SON rythme.



Favoriser les PIEDS NUS !

Pour donner des informations sensori-motrices à votre bébé.

Et s'il marche ?

Des chaussons/chaussures souples existent !



PRÉVENTION
SANTÉ

COORDINATION DE SOINS

RESPIRATION

Bébé doit respirer par le nez. Pensez à lui dégager régulièrement.

Le dodo, c'est bouche fermée. Dans le cas contraire, des exercices simples peuvent l'aider.

Le PORTAGE

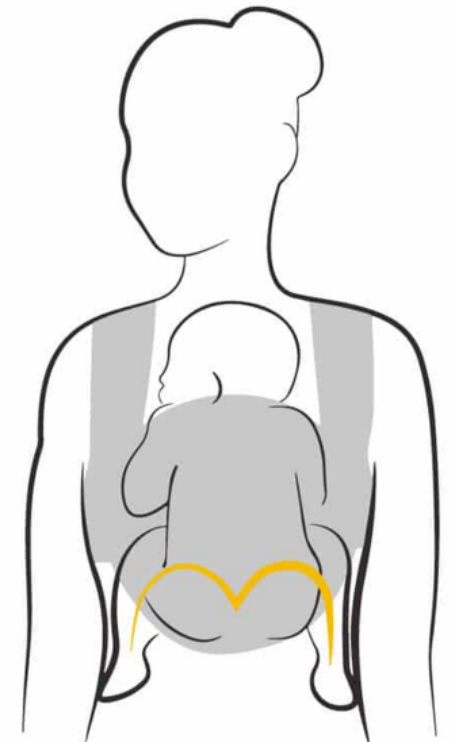
Aux bras ou avec un moyen adapté, c'est le moyen de déplacement le plus physiologique pour le bébé, et le parent.

Il stimulera les 5 sens de bébé, protégera son dos et ses hanches, et favorisera sa motricité.

Attention aux stratégies commerciales ! Une vraie position physiologiques pour bébé est :

- Accroupi
- Face au parent
- Avec le dos rond

Le tissu doit soutenir tous le dos jusqu'au bas du cou, et les cuisses jusqu'aux genoux.



En résumé :
Gardons le cosy
dans la voiture !



SECURITE

Je prends garde aux dangers du quotidien, bouilloire, escaliers, poêle à bois ...

Pour les déplacements en voiture, je peux trouver des renseignements sur

www.securange.fr

DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE

Bébé commence à manger ? Je l'installe dans un endroit adapté : sur *moi* ou sur une *chaise haute* adaptée et sécurisée.

Et si j'ai une question relative à la diversification alimentaire, des diététiciennes peuvent m'accompagner.



Avant 3 ans, éteignons les écrans.
Après, modérons leur utilisation.

