



## LES CRITÈRES DE CHOIX D'UNE CHAMBRE

Il n'y a pas un bon choix, il y a le bon choix pour vous selon vos besoins spécifiques. La chambre est souvent un achat coup de cœur, voici quelques questions à vous poser pour que cet achat soit le bon !

- **Quelle est la superficie de la chambre ?**

Si la pièce est petite, pensez qu'il existe des lits chambre transformables et des lits évolutifs. Si la chambre est de taille standard, alors pas de restrictions !

- **Y a-t-il déjà des rangements ?**

Si la pièce est petite et sans rangements, le lit chambre transformable peut être la meilleure option. Pour une chambre standard sans rangements, vous avez la possibilité de choisir le lit, la commode et/ou l'armoire.

- **Est-ce votre premier enfant ?**

Si vous avez un(e) ainé(e), pourquoi ne pas récupérer son lit ? Vous pouvez faire passer votre plus grand sur un lit évolutif ou junior.

- **Allez-vous allaiter ?**

Si oui, pensez au berceau d'allaitement pour les 6 premiers mois. Très pratique, vous pouvez vous occuper de votre bébé pendant la nuit et il permet de faciliter l'allaitement.



### BON À SAVOIR

Les marques s'engagent :

Aucune peinture à base de solvant n'est utilisée et les colles sont sans émission de formaldéhyde (norme EN713).



## LES DIFFÉRENTS TYPES DE LITS



### Le couffin

---

Dès la naissance jusqu'à 4 mois.

Les + : facilement transportable, pas encombrant.

Le - : utile peu de temps.

### Le berceau simple ou d'allaitement

---

Dès la naissance jusqu'à 6 mois.

Les + : peu encombrant, proposé en version pliable ou transportable, en bois ou en tissu... Pour l'allaitement, l'enfant est juste à côté du lit.

Le - : utile peu de temps.



## Le lit de bébé

---

Dès la naissance jusqu'à 3 ans.

Réglable en hauteur pour adapter la hauteur du sommier par rapport à l'âge de l'enfant. Sur certains modèles, on peut retirer les barreaux pour que l'enfant sorte du lit sans danger.



## Le lit évolutif

---

Dès la naissance jusqu'à 7 ans : 70 x 140. On peut retirer les barreaux du lit pour les remplacer par les longs pans grâce au kit fourni à l'achat.

Le + : devient un lit junior



## La chambre transformable

---

De la naissance au junior. Existe en 60 x 120 ou 70 x 140.

Le + : Compact avec tous les éléments à portée de main. Beaucoup de rangements inclus (niches, étagères...). Gain de place : idéal pour les petites pièces !

Se transforme en couchage 90 x 190 ou 90 x 200. Très bon investissement dans la durée.

## Le lit transformable

---

De la naissance au junior.

Le 60 x 120 se transforme en 90 x 190 ou 90 x 200.



## Le lit junior

---

A partir de 2 ou 3 ans.

le lit junior existe en 90 x 190 ou en 90 x 200.

Le + : bon investissement dans la durée.

Le - : l'enfant est un peu perdu dans le lit au début.



© Disney 2017



## Le plan incliné

Utile pour éviter les régurgitations. Proposé avec des inclinaisons à 15, 25, 30 ou 45°. Beaucoup plus agréable après le repas que la position allongée qui n'a rien de naturelle !



## Le cale-bébé

Pour éviter que l'enfant ne se retourne. A partir de 3 mois. Permet d'éviter le phénomène de la tête plate en maintenant le bébé sur le côté (en alternant les côtés).





## Le coussin anti-tête plate

---

Utile également pour que votre bébé n'ait pas la tête plate et sans cheveux sur une zone.

## L'emmaillotage

---

Cette technique rassure l'enfant. Le fait qu'il soit serré lui rappelle le ventre de sa maman. A tester si votre bébé a des soucis pour dormir.



## Le cale-tête

---

Encore un système anti-tête plate grâce à sa forme spéciale. Il est en mousse à mémoire de forme et en tissu micro aéré.

## Le Cocoonababy

---

On ne présente plus ce produit breveté, développé par un pédiatre à l'hôpital de Marseille. Il reproduit la forme du bébé dans le ventre de sa maman. La tête et les jambes relevées, on peut ainsi prévenir le syndrome de Moro (sursaut pendant la nuit). A adopter exclusivement dans un lit (interdit aux berceaux.)



## Couette et oreiller

---

A n'utiliser qu'à partir de 9 ou 10 mois pour éviter les risques d'étouffement. Eco tech pour les couettes et oreiller.

# SÉCURITÉ ET BIEN-ÊTRE



## Les babyphones analogiques

Classiques, à petite portée, avec peu de canaux.

## Les babyphones numériques

Leur son est plus clair, plus de problème d'interférences, ils donnent la température et peuvent offrir une fonction veilleuse et talkie-walkie pour parler et entendre son enfant.







## Les babyphones vidéos

---

Se rajoutent à toutes les caractéristiques du numérique, offrant différentes tailles d'écrans vidéo. Portée de 300 à 1500 m. A choisir en fonction de sa maison (si les murs sont épais ou si l'on a un grand jardin).

## Les babyphones connectés

---

Grâce à une caméra dans la chambre du bébé, on peut filmer et partager l'application avec d'autres personnes directement sur son smartphone.

Le + : pas de système d'ondes, fonctionne sur le courant électrique existant.



## Les accessoires

---

- **La barrière de lit :**  
Quand votre enfant passe au lit de grand, équipez son lit d'une barrière pour qu'il ne tombe pas en dormant !
- **Les cache-prises :**  
Grâce à ce système, les petites mains baladeuses au ras du sol sont protégées du courant électrique.

# LES CONSEILS : CHAMBRE

© Disney 2017



## Quelle peinture pour la chambre ?

Il est préférable de peindre les murs de la chambre de votre enfant avec une peinture lavable et non toxique plus d'un mois avant son arrivée. Il vaut mieux privilégier les couleurs douces pour favoriser son endormissement.

## Quelle est la température idéale ?

Il est nécessaire de maintenir une température autour de 18-20°C. On a souvent tendance à surchauffer les pièces où se trouve un nourrisson, mais son système de thermorégulation n'est pas encore mature. Il faut veiller à respecter cette préconisation. Sa chambre doit être aérée au moins deux fois par jour.

Hygromètre





## Deux produits qui peuvent être utiles

---

- Un hygromètre : vous pouvez l'utiliser pour mesurer le taux d'humidité dans l'air.
- Un humidificateur d'air : Pour optimiser le confort respiratoire, surtout si le système de chauffage assèche l'atmosphère (chauffage au sol et chauffage électrique). Il permet d'obtenir une ambiance saine en hiver comme en été.

### BON À SAVOIR

**Attention : Ne pas utiliser d'huiles essentielles auprès de nouveau-nés ou seulement sur recommandation médicale.**

### Quel éclairage choisir ?

---

Une petite veilleuse permettra de rassurer votre enfant pendant son sommeil : choisissez une lumière douce rassurante, comme par exemple un mobile avec projecteur d'étoiles.



## ZOOM TURBULETTES ET LINGE DE LIT



Une bonne turbulette est une turbulette ni trop grande ni trop étroite, afin que votre enfant s'y sente bien. Pour offrir confort et sécurité, elle doit être parfaitement ajustée. La turbulette peut être classique, évolutive ou ajustable. Elle existe en plusieurs tailles et plusieurs modèles pour vous offrir un large choix !



### Le TOG, c'est quoi ?

A chaque saison sa turbulette ! Ouatinée en hiver, légère en été ou multi-saison, suivez le TOG pour vous y retrouver !

Ne vous fiez pas à l'épaisseur de la turbulette. Une turbulette peut être fine tout en dégageant beaucoup de chaleur.

Le TOG est un système de marquage, une unité de mesure. Cette mesure permet d'évaluer de façon plus précise la capacité thermique de la turbulette. Plus la valeur du TOG est élevée, plus la turbulette tient chaud (Exemple : quand la pièce est à 20°C, je choisis une turbulette de TOG 2,5).

### Les différents TOG :

- TOG 0,5 : température de la pièce = + 24°C
- TOG 1 : température de la pièce = + 23°C
- TOG 1,5 : température de la pièce = + 22°C
- TOG 2 : température de la pièce = + 21°C
- TOG 2,5 : température de la pièce = + 20°C
- TOG 3 : température de la pièce = + 19°C
- TOG 3,5 : température de la pièce = + 18°C
- TOG 4 : température de la pièce = + 17°C
- TOG 4,5 : température de la pièce = + 16°C
- TOG 5 : température de la pièce = + 15°C





## Les différentes tailles

---

- Dès la naissance (50 cm)
- 0 à 3 mois (60 cm)
- Taille 1 : 0 à 6 mois (65 cm)
- Taille 2 : 6 à 12 mois (85 cm)
- 12 à 36 mois (90 cm)
- Evolutive (80 – 110 cm)

## La turbulette mais pas que !

---

- Un univers d'ensembles naissance complets, avec des modèles variés qui satisferont chacune de vos attentes !
- Le textile : Des thèmes déclinés de la turbulette au cadre photo pour créer des univers complets dans la chambre de bébé.
- Le nid d'ange : Pour un confort douillet en balade. Peut être utilisé avec un produit avec harnais.
- Le tour de lit : Pour éviter les bobos contre les barreaux. Il est parfois controversé, bien qu'il réponde à toutes les normes de sécurité en vigueur. Quoi qu'il en soit, il n'y a que les parents qui savent ce qui est bon pour leur enfant, alors à vous de décider !

