

## Son éveil

Indispensables à l'éveil de votre enfant, ses premiers jouets doivent être adaptés à son âge. Ils attirent son attention et développent ses sens.

Votre enfant a également besoin d'une interaction (paroles, sourires, chansons...) avec vous.

➔ **Attention au matériel prêté ou d'occasion.** Si cela s'avère très utile pour bon nombre de choses, certains équipements - comme le siège-auto - nécessitent l'achat d'un matériel neuf, en parfait état de marche et répondant aux normes de sécurité en vigueur.

Ce dépliant a été réalisé pour vous par une technicienne en économie sociale et familiale, en collaboration avec les puéricultrices de la PMI du Conseil départemental d'Eure-et-Loir à Dreux.

**Retrouvez la circonscription  
la plus proche de chez vous  
Contact : 02 37 20 12 84**

+ d'infos sur : [www.eurelien.fr/pmi](http://www.eurelien.fr/pmi)



## Le Conseil départemental et vous

Composé de 30 Conseillers départementaux élus pour 6 ans, avec un budget de 528 M€ et plus de 2000 agents, le Conseil départemental agit tous les jours au service des 431 997 Euréliens.

### ➔ SOLIDARITÉ

familles (femmes enceintes, petite enfance...) • personnes âgées et handicapées • protection de l'enfance en danger personnes en difficulté • insertion

### ➔ ROUTES

entretien et modernisation du réseau routier (7500 km)

### ➔ ÉDUCATION ET ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

collèges (restaurants scolaires, équipement des classes, entretien et rénovation des bâtiments) • actions pour la réussite scolaire • Eure-et-Loir Campus

### ➔ ENVIRONNEMENT, AGRICULTURE

développement durable • eau • déchets • cadre de vie • aménagement foncier (ex-remembrement) • énergies renouvelables (éolien, solaire, biocarburants, biomasse)

### ➔ AIDES AUX COMMUNES

fonds départemental d'investissement • soutien technique

### ➔ EMPLOI, ÉCONOMIE, LOGEMENT

accueil des entreprises • aide à la construction de logements • développement de secteurs porteurs d'emploi • Espaces Cyber Emploi

### ➔ ASSOCIATIONS, SPORTS, CULTURE

aide aux clubs sportifs • subventions aux associations soutien aux bibliothèques • spectacles, festivals...

**CONSEIL DÉPARTEMENTAL D'EURE-ET-LOIR**  
28028 CHARTRES  
Tél. : 02 37 20 10 10 – [www.eurelien.fr](http://www.eurelien.fr)

Conception - Direction de la communication du Conseil départemental d'Eure-et-Loir - BD - Photos - DR - Février 2022



## Préparer l'arrivée de bébé

Le Département,  
à vos côtés,  
tous les jours





Votre famille va s'agrandir ? Félicitations !  
Pour vous guider dans vos premiers pas de parents, le Conseil départemental d'Eure-et-Loir vous propose une liste d'« indispensables » afin de préparer l'arrivée de bébé en toute sérénité.  
Vêtements, matériel de puériculture...  
Soyez prêts pour le jour J !

## Son sommeil

### ■ Couffin, berceau ou nacelle de landau

Très utiles pour les tous premiers mois : votre bébé se sentira rassuré dans un espace réduit.

### ■ Lit à barreaux

Il doit être stable et répondre aux normes de sécurité. Choisissez un modèle avec sommier réglable : il évolue avec votre enfant et ménage votre dos !

### ■ Matelas, drap et gigoteuse

Le matelas doit être ferme et s'adapter parfaitement aux contours du lit. Un drap-housse imperméable et lavable le protégera.

Jusqu'à 18 mois, l'usage d'oreillers, couettes, couvertures... est déconseillé. Leur préférer un surpyjama ou une gigoteuse (turbulette).

➔ Éviter les tours de lit mal fixés, qui peuvent empêcher votre enfant de respirer. Retirez également les peluches du lit quand bébé dort.

## Ses balades

### ■ Landau et poussette

Indispensables pour les sorties avec bébé. Le modèle choisi doit tenir compte de l'âge de l'enfant et de votre mode de vie (véhicule, environnement, besoins spécifiques...).

### ■ Nacelle et siège-auto

Ils doivent être homologués et adaptés à son âge : siège-auto ou nacelle avec « 5 points » d'encrage (épaules, hanches, entrejambe).

### ➔ Attention !

**En voiture, pour la sécurité de votre enfant, respectez la loi ! Ne le tenez jamais sur vos genoux : en cas de choc, il serait propulsé avec une telle violence qu'il vous serait impossible de le retenir. De même, si le siège-auto est fixé à l'avant (dos à la route), l'airbag doit être obligatoirement désactivé. Votre enfant doit être positionné dos à la route au minimum jusqu'à ses deux ans.**

### ➔ Et en +

**Une écharpe de portage ou un porte-bébé ventral vous permettra de porter votre tout-petit en gardant les mains libres. Si vous optez pour un porte-bébé à utiliser un court temps les premiers mois, il doit être assez rigide pour assurer le maintien de son dos et de sa tête (présence d'un appui-tête).**

## Ses vêtements

Pensez au confort de votre enfant : privilégiez les matières naturelles, les vêtements amples et évitez les rubans à l'encolure.

**Pour la maternité et les 3 premiers mois, vous devez prévoir au minimum :**

- 3 brassières de laine (1 à 3 mois).
- 6 bodys ou brassières (3 mois).
- 4 à 6 pyjamas (3 mois).
- 4 à 6 paires de chaussettes.
- 6 bavoirs.
- En hiver : un bonnet et une tenue chaude pour la sortie (combinaison ou manteau).
- En été : une casquette, un chapeau ou un bob.

## Sa toilette



### ■ Vous devez prévoir

- Matelas à langer.
- Baignoire ou transat de bain adapté à l'âge de l'enfant.
- Plusieurs serviettes de toilette (ou capes de bain).
- Un savon ou gel lavant (de préférence surgras pour protéger l'épiderme) et huile d'amande douce.
- Dosettes de sérum physiologique pour les soins du nez et des yeux.
- Mouchoirs jetables, coton et compresses stériles.
- Brosse souple, peigne, ciseaux à bout ronds, thermomètre de bain et thermomètre médical.
- Couches 1<sup>er</sup> âge (3 à 6kgs).

## Ses repas

Que vous choisissiez d'allaiter ou non votre enfant, l'important est d'être sereine avec lui lors de ses repas.

### ■ Allaitement maternel

Prévoir :

- Des coussinets d'allaitement et un soutien-gorge adapté.
- Une alimentation équilibrée pour la maman qui doit boire suffisamment pour étancher sa soif (sans se forcer à boire), et s'interdire de boire de l'alcool.
- Facultatif = un tire-lait

➔ À noter : Pour tout savoir sur l'allaitement maternel, contactez la puéricultrice du secteur.

### ■ Donner le biberon

Prévoir :

- 6 biberons : quelques biberons de 150ml + biberons 240 ml.
- Un chauffe-biberon (ou une casserole + eau pour le bain marie).
- Eau minérale convenant à l'alimentation des nourrissons.
- Lait infantile en poudre 1<sup>er</sup> âge qui sera conseillé par la maternité.

➔ À noter : Le matériel de stérilisation n'est pas indispensable.