

L'ÉQUIPEMENT INDISPENSABLE POUR MON BÉBÉ

- **Le lit bébé :** votre bébé y passera la majeure partie de ses journées les premiers mois. Le lit doit répondre aux normes de sécurité, notamment en matière de hauteur et d'espacement des barreaux. Le matelas, neuf de préférence, doit être ferme et aux dimensions exactes du lit. Il est à recouvrir d'une alèse imperméable facilement lavable et d'un drap-housse en coton.
- **La poussette :** essentielle pour vos déplacements, c'est sans conteste le poste le plus important de votre budget bébé. La poussette premier âge se compose d'un châssis et d'un hamac. Celui-ci doit être homologué dès la naissance et être totalement inclinable pour pouvoir y allonger votre bébé. À ce modèle de base peuvent se greffer différentes options. On parle alors de pack ou de poussette combinée duo ou trio avec une nacelle permettant au bébé d'être allongé et une coque maintenant le bébé en position semi-assise et pouvant faire office de siège auto. Il existe de très nombreux modèles, si bien qu'il est parfois difficile de faire son choix. Pour vous guider, voici quelques points à vérifier au regard de votre environnement (rural, urbain, escalier ou ascenseur à monter...) et style de vie (usage fréquent de la voiture, bus, etc.) : le poids de la poussette, son encombrement, son mode de pliage, la maniabilité des roues, la prise en main (guidon ou poignées), la présence d'accessoires (filet, panier de rangement, capote), l'entretien (housse lavable ou non), le budget bien sûr (qui peut aller de 200 à plus de 1 000 euros...) et éventuellement l'aspect esthétique.
- **Une table à langer :** elle doit allier sécurité (le change étant un moment à fort risque de chute), praticité (tout le nécessaire de change doit être à portée de main) et confort pour votre bébé... et votre dos. Vérifiez bien sa stabilité et préférez un modèle avec des protections latérales. Les modèles à fixer au mur doivent, évidemment, être installés correctement. Un matelas à langer, facilement lavable ou déhoussable, permettra d'allonger confortablement votre bébé. Les premières semaines, nous vous conseillons de le recouvrir d'une serviette de toilette, les débordements et autres accidents de couche étant fréquents !
- **Une baignoire bébé :** il existe différents modèles. Baignoire sur pieds, baignoire à placer dans la baignoire classique ou sur les rebords, etc. Plus petit, le modèle Shantala® est pratique si vous n'avez qu'une douche.
- **Le nécessaire pour le bain et les soins :** thermomètre de bain, ciseaux à ongles pour bébé (à utiliser seulement à partir de 1 mois pour les ongles des mains, 2 et de ou 3 mois pour ceux des pieds), brosse, thermomètre, sérum physiologique, produits pour le change.

6^e mois

- **Un transat** : vous pourrez y installer votre bébé durant ses moments d'éveil, attaché avec une sangle (quel que soit son âge), le transat au sol, et jamais en hauteur. Choisissez un modèle avec différentes positions, dont une allongée pour les premières semaines. Attention cependant à ne pas en faire un usage prolongé les premiers mois : le transat ne doit pas remplacer le lit pour le sommeil. Aujourd'hui, certains modèles ont une fonction balancelle. Nous, nous préférons les bras...
- **Des gigoteuses ou turbulettes** : les couettes, couvertures et draps plats ne sont pas adaptés au nourrisson. Pour lui tenir chaud dans son lit, une gigoteuse à sa taille (0-6 mois pour le nouveau-né) et plus ou moins épaisse selon la saison lui suffit.
- **Un porte-bébé ou une écharpe de portage**, pour vous déplacer léger ou pour rassurer votre bébé ou le calmer lorsqu'il pleure. Choisissez un porte-bébé physiologique, c'est-à-dire qui respecte la morphologie du bébé, notamment au niveau des hanches et du dos. L'assise doit être large et réglable pour un bon soutien des hanches, et l'appui-dos doit permettre une position naturelle, le dos infléchi en C, tout en assurant le maintien de la tête. Votre bébé doit également pouvoir bouger ses jambes et ses bras. Si vous êtes tentée par l'écharpe de portage, nous vous encourageons à suivre un atelier afin d'apprendre à la nouer correctement, pour la sécurité et le confort de votre bébé.
- **Un sac à langer.**
- **Une petite armoire ou une commode** pour ranger ses affaires.
- **Biberons, tétines, goupillon, et chauffe-biberon** si vous optez pour l'allaitement artificiel : ils constituent le matériel de base. Inutile d'acheter dix biberons, vous allez vous encombrer...