Petit Nid petitnidbebe.fr · checklist gratuite

Repères bébé

Chambre, couchage, siège auto, bain : les repères officiels repris par les guides Petit Nid, à cocher.

Sommeil et chambre

Guide : petitnidbebe.fr/questions/quelle-temperature-dans-la-chambre-de-bebe

- [ ] Chambre entre **18 et 20 °C** (ameli.fr), **19 °C** en période froide, pièce aérée **chaque jour**. Thermomètre à hauteur du lit, loin du radiateur et de la fenêtre.
- [ ] Dans le lit : **matelas ferme** à la bonne dimension, **drap-housse**, bébé dans une **gigoteuse** à sa taille. Rien d'autre : ni oreiller, couette, couverture, tour de lit, peau de mouton, cale-bébé ni rouleau.
- [ ] Bébé dort **sur le dos, à plat**, dans la chambre des parents **au moins les six premiers mois**. Transat et coque ne servent pas à dormir.
- [ ] Barreaux du lit : **4,5 à 6,5 cm** d'écart (norme EN 716). Lits courants : 60 × 120 ou 70 × 140 cm, matelas exactement ajusté. Un lit ancien se mesure avant usage.

Siège auto

Guide : petitnidbebe.fr/questions/jusqu-a-quel-age-garder-bebe-dos-a-la-route

- [ ] Dos à la route **au moins jusqu'à 15 mois** (R129, i-Size), **jamais face à la route sous 76 cm**, puis le plus longtemps possible selon la notice.
- [ ] Choisir selon la **taille** de l'enfant, lue sur l'étiquette orange (un dos à la route longue durée couvre en général **40 à 105 cm** environ).
- [ ] Moins de **10 ans** : à l'arrière, sauf exceptions limitées (amende forfaitaire de **135 €**). À l'avant, un siège dos à la route impose de **désactiver l'airbag passager**.
- [ ] Pas de manteau épais sous le harnais : **un doigt** entre la sangle et l'enfant, pas plus. La couverture se met par-dessus.
- [ ] Après un accident : remplacer le siège, même sans dégât visible. D'occasion : seulement d'un proche de confiance, avec notice, étiquette orange lisible et toutes les pièces ; vérifier RappelConso.

Le bain

Guide : petitnidbebe.fr/questions/faut-il-un-thermometre-de-bain

- [ ] Eau à **37 °C**, vérifiée au thermomètre de bain ; bain d'environ **5 minutes**.
- [ ] Jamais seul dans le bain, même quelques secondes : un bébé peut se noyer dans **moins de 5 cm d'eau**. Tout préparer avant de commencer.

La maison

Guide : petitnidbebe.fr/questions/le-detecteur-de-fumee-est-il-obligatoire

- [ ] Détecteur de fumée obligatoire depuis le **8 mars 2015** (marquage CE, norme NF EN 14604), de préférence dans le dégagement qui dessert les chambres.

Pour aller plus loin : les guides du site

/questions/quelle-temperature-dans-la-chambre-de-bebe Quelle température dans la chambre de bébé ?

/questions/que-peut-on-mettre-dans-le-lit-de-bebe Que peut-on mettre dans le lit de bébé ?

/questions/quel-ecartement-entre-les-barreaux-d-un-lit-bebe Quel écartement entre les barreaux d'un lit ?

/questions/jusqu-a-quel-age-garder-bebe-dos-a-la-route Jusqu'à quel âge garder bébé dos à la route ?

/questions/siege-auto-a-l-avant-est-ce-autorise Siège auto à l'avant : est-ce autorisé ?

/questions/un-manteau-epais-sous-le-harnais-est-ce-sur Un manteau épais sous le harnais : est-ce sûr ?

/questions/peut-on-acheter-un-siege-auto-d-occasion Peut-on acheter un siège auto d'occasion ?

/questions/faut-il-un-thermometre-de-bain Faut-il un thermomètre de bain ?

Certains liens du site sont affiliés : le site peut toucher une commission, sans surcoût pour vous.

Document informatif : la notice de chaque produit, le pédiatre, la PMI ou le médecin restent les interlocuteurs. Repères tirés des pages du site, consultées en octobre 2026 ; la page en ligne fait foi si elle a été mise à jour.