

Accidents de la vie courante

# Risque dans l'habitat intérieur – Couchage et matériel de puériculture

Dernière mise à jour : 16 avril 2026

Temps de lecture : 6 minutes

Périodes :



## Définition

L'habitat est le principal lieu occupé par un enfant de moins de 3 ans. Cette fiche regroupe les conseils de prévention des risques domestiques en lien avec le **couchage** du nourrisson (lit, matelas, ...) ou le **matériel de puériculture** (transat, chaise-haute, porte-bébé, ...).

## Messages clés

Depuis la naissance, le développement psychomoteur et cognitif d'un enfant évolue et passe par différents stades. L'enfant devient de plus en plus curieux et explore son environnement, ce qui l'expose à de nombreux risques en fonction de ses capacités développementales. Ainsi, dès sa naissance, il doit toujours être **sous la surveillance d'un adulte et mis en situation de sécurité**.

## En pratique

### Couchage

- Lit
  - Choisir un lit adapté à la taille du nourrisson avec un écartement des barreaux assez étroit pour éviter que le nourrisson ne se coince
  - Mettre des barrières de protection sur les lits
  - Ne jamais laisser le nourrisson seul et même en présence d'un autre enfant dans un lit adulte, sur les lits superposés (dont l'âge minimum requis est de 6 ans) ou mezzanine
  - Ne pas couvrir le nourrisson avec un drap, une couverture ou une couette : opter pour une gigoteuse ou un surpyjama, adaptée à sa taille
  - Ne pas utiliser de tour de lit
  - Les dimensions du matelas bébé et du sommier du lit doivent être identiques
  - Choisir un matelas plus ferme que celui d'un adulte
  - Ne pas laisser les peluches dans le lit du nourrisson

- **Jouets (en mousse, à projectiles, munis de longues cordes, mini-aimants, etc) et peluches**
  - Les **choisir** en fonction des exigences de sécurité française ou européenne (avec le marquage « CE »)
  - Les **choisir** en fonction de l'âge et au stade développement du nourrisson (bien lire les avertissements sur les emballages)
  - Ne pas laisser à portée du nourrisson les petits objets
  - Surveiller le nourrisson quand il joue
  - Faire le tour très régulièrement du logement pour vérifier que de petits objets ne sont pas tombés sous les meubles ou dispersés au sol dans chaque pièce
  - Ne pas laisser les peluches dans le lit du nourrisson
  - Être très vigilant pour les jouets fonctionnant avec des piles
- **Chaîne, collier de dentition**
  - Ne pas en mettre au nourrisson pendant le sommeil

## Matériel de puériculture

- **Table à langer**
  - Ne jamais laisser le nourrisson seul et sans surveillance
  - Si vous devez vous éloigner, ramener le bébé avec vous ou le déposer dans son lit
  - Avoir le matériel (couches, soins, vêtements) à portée de main
- **Chaise haute et transat**
  - Bien attacher le nourrisson
  - Ne jamais laisser le nourrisson seul sur sa chaise haute
  - Choisir une **chaise haute** et un transat adapté à son âge et conforme aux exigences de sécurité française ou européenne
- **Porte-bébé**
  - Choisir un porte-bébé conforme aux exigences de sécurité française ou européenne
  - Choisir un porte-bébé adapté aussi bien à la taille du nourrisson (sa tête doit dépasser et son visage entier doit être visible) que celui de l'adulte
  - Bien attacher le nourrisson et le tenir avec les deux bras
  - Avant son utilisation, vérifier son état (usé, abîmé, sangles endommagés, coutures défaites, etc.)
- **Trotteur**
  - Déconseillé car peut induire des troubles de l'acquisition de la marche
- **Poussette:**
  - Choisir une poussette ou landau conforme aux **exigences de sécurité française ou européenne**
  - Choisir une poussette ou landau adapté à la taille et au poids du nourrisson

- Bien attacher le nourrisson
- Ne pas placer d'objets lourds sur la poussette pour éviter tout risque de basculement
- Verrouiller la poussette lorsqu'elle n'est pas en mouvement

Pour les conseils généraux sur l'ameublement ou l'agencement de la pièce de couchage (ex : meubles, rideaux, fenêtres, portes, prise ou fils électriques, etc.) voir les conseils de prévention spécifiques à la [pièce de vie](#).

## Documentation

- Rapport Haut Conseil de la Santé Publique : [Prévention des accidents de la vie courante chez les enfants âgés de moins de 5 ans, 1ère partie-Intoxications accidentelles](#), 2025
- Rapport de l'ANSES sur les [plantes toxiques](#)
- Rapport, Santé publique France, [Les accidents de la vie courante chez les moins de 15 ans en France métropolitaine](#). 2021. 30 p.
- Salle de presse de l'Inserm : [Accidents de la vie courante chez les enfants de moins de 15 ans](#), 2024
- Taillefer Aet al. [Port de colliers de dentition chez le nourrisson](#), Arch Pediatr., 2012; 19(10):1058-1064,.

## Information pour les familles

- Site des [1000 premiers jours](#) : [Éviter les accidents domestiques](#)
- Site des [Centres anti-poison](#)
- Brochure : [conseils en fonction du risque](#) (étouffement, chute, ...), Ministère en charge de la santé, 36p
- Brochure : [Dangers à la maison](#), Assurance prévention, 18p
- Brochure Inpes, Assurance maladie : [Prévention des accidents de la vie courante](#), 32p
- Guide de [prévention des accidents domestiques](#), Département de l'Eure en Normandie, 19p
- Vidéo : [manœuvre désobstruction chez les 0-2 ans](#), croix rouge de Belgique
- Jeu d'exploration pour les parents [Zéro Accident : Un Jeu d'Enfant!](#)
- Fédération française de Prévention des Risques Domestiques, Ariel, [Pièce de vie virtuelle](#)
- Site mpedia : [l'inhalation d'un corps étranger dans les voies respiratoires](#)
- Site du gouvernement canadien : tout savoir sur les [porte-bébés](#)