

ASTUCES ET CONSEILS

Avant la naissance :

- Evitez d'acheter des **vêtements** « Naissance » ou « 0 mois » si votre enfant naît à terme, ils ne serviront pas longtemps. Evitez aussi le sèche-linge pour les petites chaussettes qui rétrécissent très facilement.
- Même si vous comptez allaiter, un **biberon** de secours et une boîte de lait peuvent vous tranquilliser si vous sortez sans bébé, s'il a besoin d'un complément ou si vous ne pouvez plus allaiter. Il vous sera utile plus tard pour les jus de fruit ou l'eau.
- Choisissez un meuble pour ordinateur avec tablettes réglables en hauteur comme **table à langer** si vous êtes plutôt petite ou très grande (le matelas à langer doit arriver au niveau de votre nombril).
- **Marquez les vêtements** que l'on vous prête avec du fil de couleur (une couleur par personne). Noter la correspondance couleur-nom en lieu sûr pour ne pas oublier.
- Un **réveil** silencieux et phosphorescent vous permettra d'estimer la durée des tétées ou de noter l'heure de prise d'un suppositoire dans la pénombre de la chambre.
- Une peluche à suspendre à la poignée de la porte de la chambre « **Chut bébé dort** » permet de prévenir les aînés que bébé ne doit pas être dérangé.
- Deux **éclairages** : un éclairage doux pour les tétées nocturnes (veilleuse ou ampoule de couleur) + un autre plus puissant pour le change (dirigé vers le plafond ou le mur pour ne pas éblouir bébé). Pensez aux doubles rideaux pour les grasses matinées...
- Des **étagères** permettent de ranger les peluches et autres jouets en hauteur et de suspendre une cordelette et des pincettes pour les cartes de félicitation, les dessins des aînés...

Après la naissance et les 6 premiers mois :

- Votre bébé a choisi son **doudou** parmi ceux que vous avez mis à sa portée dans son lit (vers 10-12 mois), achetez-en vite un deuxième identique pour les lavages ou en cas de perte. Pour limiter ce risque, notez votre no de téléphone portable sur l'étiquette du doudou et pour éviter l'usure, lavez-le dans une taie d'oreiller.
- Pour le bain, transvasez le **savon** de votre choix dans un distributeur à poussoir, plus pratique pour prendre une dose de savon d'une seule main, et plus hygiénique qu'un morceau de savon.
- Si certains **jouets** ou le mobile musical vous semblent trop bruyants, vous pouvez placer du scotch sur les ouvertures de sortie du son.
- Pour conserver une **éponge** de bain hygiénique (même bien rincée, les microbes s'installent vite), vous pouvez la stériliser en la mettant humide dans un sac plastique non fermé, le tout au micro-onde pendant 30 secondes (attention, l'intérieur de l'éponge est très chaud). Idem pour les éponges de cuisine qui servent à laver les biberons.

- Pour stériliser les biberons à peu de frais ou en vacances, utilisez le **bac à légumes** du réfrigérateur et des pastilles pour la stérilisation à froid.

De 6 mois à 2 ans :

- C'est le moment de passer en revue la **sécurité de la maison** : mise en place de barrières, de cache-prises, de protège-coins, de bloc-tiroirs, suppression des lampadaires et autres choses fragiles et dangereuses qui sont maintenant à portée des petites mains, recyclage de la jardinière de plantes potentiellement toxiques en bibliothèque pour livres d'enfants, etc...
- Un grand bac de rangement pour les jouets ou les vêtements peut servir de **baignoire intermédiaire** avant d'utiliser la grande baignoire. Il nécessite moins d'eau et sera facile à réutiliser.
- Votre enfant ne veut pas **sortir du bain** (dans la grande baignoire) ? Proposez-lui de vider le bain pour regarder le tourbillon. Sans eau pour jouer, il sera plus facile à convaincre.

Entre 2 et 3 ans :

- Un **pipi urgent** et pas de toilettes en vue pour soulager votre petit garçon ? Où que vous alliez (magasins, jardin public, train...), pensez à prendre une petite bouteille vide dans votre sac, elle fera un très bon pot de voyage. Cette solution est discrète (votre enfant se déshabille à peine et peut rester debout), pratique (il ne se mouille pas) et facile (vite rebouchée, la bouteille se range dans votre sac). Pas de solution équivalente pour les petites filles malheureusement.
- Votre enfant a des **envies d'évasion** et vous ne pouvez pas toujours fermer la porte d'entrée à clef ? Si ça marche, essayez de cacher ses chaussures, de les mettre hors de sa portée ou encore de les bourrer de papier pour qu'il fasse appel à vous pour l'aider (un bon moyen d'être prévenue). Ne fonctionne qu'avec les enfants qui n'ont pas l'habitude de marcher dehors pieds nus... Essayez alors d'accrocher un carillon à la poignée de la porte.
- Il a des difficultés à **boire suffisamment**, au biberon ou au verre ? Proposez-lui de boire avec une paille et même la soupe liquide sera avalée d'une traite. Certains enfants maîtrisent son utilisation très tôt.
- Utilisez un **sac de couchage** après le sac de nuit comme transition avant la couette pour les grands. Votre enfant se découvrira moins facilement pendant son sommeil. Lavage facile et plus de housse de couette à enfiler !
- Pendant la période d'**apprentissage de la propreté**, vous pouvez faire le lit en mettant : une alèse imperméable et un drap housse, puis à nouveau une alèse et un drap. Vous n'aurez alors qu'à enlever la première couche pour retrouver très rapidement un lit sec en cas de petit accident nocturne.
- Pour faire de la place aux nouveaux **bricolages de la garderie**, prenez votre enfant en photo avec sa nouvelle œuvre (photo que vous archiverez dans un album spécial pour chaque enfant avec la date ou son âge en légende), exposez-la et à chaque nouvelle création proposez à votre enfant de changer sachant que la précédente a été immortalisée.