

Die optimale Schlafumgebung für Ihr Baby



rauchfreie Umgebung

nur Rückenlage zum Schlafen

Schlafsack, keine Bettdecke

Matratze: schadstoffarm, mit trittfestem Rand

kein Schaffell

keine wasserdichte Matratzenauflage

keine Schnüre oder Bänder in Reichweite des Babys

Zimmertemperatur 16-18 °C zum Schlafen

Stillen, Muttermilch füttern

eigenes Bett im Schlafzimmer der Eltern

nur kleines Kuscheltier

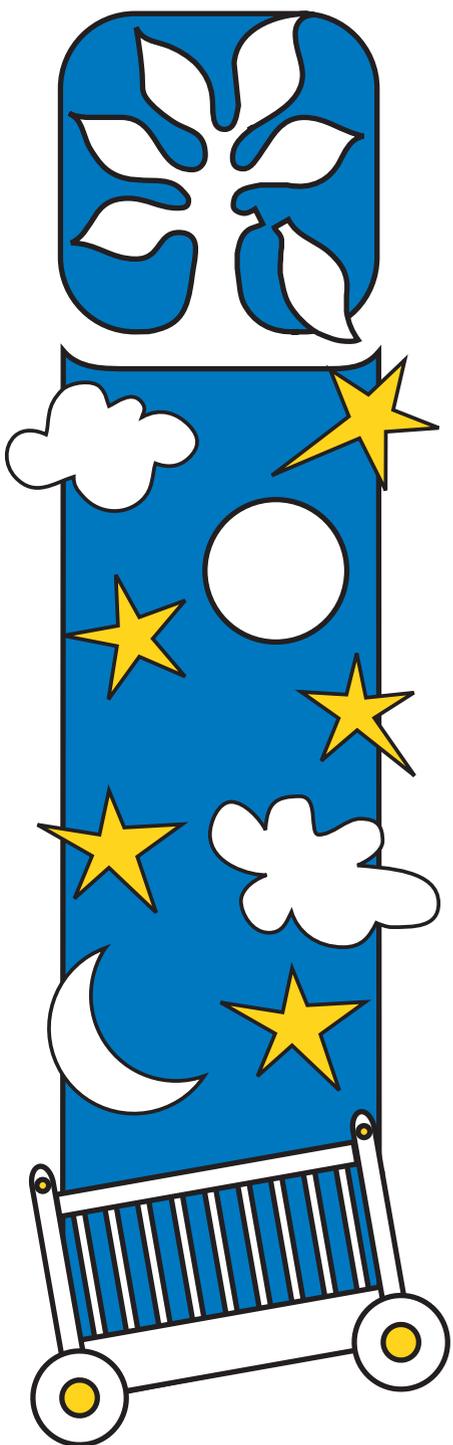
kein Kissen, kein Bettnestchen (Kopfschutz)

sichere Gitterabstände (4,5 - 7,5 cm)



Weitere Infos zur optimalen Schlafumgebung für Ihr Baby finden Sie in der gleichnamigen Broschüre oder im Internet unter www.schlafumgebung.de

GEPS



SENKEN Sie das RISIKO

PLÖTZLICHER SÄUGLINGSTOD

Was Sie als Eltern tun können:

Die **Rückenlage** ist die **sicherste Schlafposition** für Ihr Baby. Gewöhnen Sie Ihr Baby nicht an eine andere Schlafposition.

Die Behauptung, dass Babys in Rückenlage an Erbrochenem eher ersticken als in Bauchlage, hat sich als Irrtum erwiesen.

Achten Sie – auch während der Schwangerschaft – auf eine **rauchfreie Umgebung** für Ihr Kind. Jede Zigarette weniger senkt das Risiko.

Schützen Sie Ihr Baby vor Überwärmung und Überdeckung.

Es braucht nicht mehr Kleidung und keine höhere Raumtemperatur als Sie selbst. Verwenden Sie **Schlafsäcke** und keine Zudecken.

Stillen Sie Ihr Baby nach Möglichkeit 6 Monate.

GEPS-DEUTSCHLAND e.V.
Elternselbsthilfeorganisation
Bundesgeschäftsstelle
Fallingbosteler Strasse 20
30625 Hannover
Tel/Fax: +49 511 83 86 202
www.geps.de

GEPS

Gemeinsame
Elterninitiative
Plötzlicher
Säuglingstod