

# Port de la ceinture de sécurité pendant la grossesse

## Dois-je porter ma ceinture de sécurité ?

- Oui. Porter correctement votre ceinture de sécurité est ce qu'il y a de plus important à faire pour garantir votre sécurité et celle de votre bébé.

## Comment ma ceinture de sécurité doit-elle être ajustée ?

- Placez la ceinture abdominale sous la courbe de votre ventre afin qu'elle repose sur vos hanches.
- Portez la ceinture diagonale sur le côté de votre ventre et en diagonale au centre de votre poitrine et de votre clavicule.

## Comment dois-je régler mon siège ?

- Asseyez-vous en inclinant le siège vers l'arrière pour laisser de l'espace entre votre ventre et le volant, mais assurez-vous que vos pieds atteignent suffisamment les freins du véhicule.
- Essayez de ne pas incliner le siège plus que nécessaire. Asseyez-vous dans une position verticale confortable.

## Que dois-je faire pour mes airbags ?

- Inclinez votre volant de façon à ce que l'airbag soit dirigé vers votre poitrine, et non vers votre ventre ou votre visage.
- Réglez votre siège de manière à garder un espace d'au moins 25 cm entre l'airbag et votre poitrine.

## Que dois-je faire si je suis victime d'un accident ?

- Consultez immédiatement un médecin et prévenez votre prestataire de soins prénataux, même si vous ne vous sentez pas blessée.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur [www.hcpvs.org](http://www.hcpvs.org)

