



# Ce dont les bébés ont besoin



## Lait maternel ...

L'allaitement protège la santé de la mère et de l'enfant. Si les choses ne se passent pas bien, un professionnel de l'allaitement peut apporter son soutien.

## ... ou lait en biberon

Les personnes qui ne souhaitent pas ou ne peuvent pas allaiter leur enfant utilisent des préparations pour nourrissons. Toujours préparer des biberons frais, jeter les restes.



## Alimentation complémentaire

Les bébés sont prêts pour les aliments complémentaires lorsqu'ils tiennent leur tête, tiennent assis seuls et ne poussent plus la bouillie hors de leur bouche. Ils continuent à boire du lait maternel ou du lait en biberon.



## Restes autorisés

Les bébés savent eux-mêmes quand ils sont rassasiés. Les restes dans le biberon ou dans l'assiette ne sont pas un problème.



## Eau

Lorsque les bébés mangent leur troisième bouillie de la journée, ils ont besoin d'eau supplémentaire dans un gobelet ou une tasse. Les boissons sucrées ne sont pas faites pour les bébés.

## Mouvement

Les bébés aiment gigoter et ramper. Pour cela, ils ont besoin d'espace et d'un environnement sûr.



## Un environnement sans tabac

Les bébés aiment l'air frais et n'aiment pas les pièces où l'on fume.



[gesund.ins.leben](http://gesund.ins.leben)



[gesund-ins-leben.de/  
baby](http://gesund-ins-leben.de/baby)

N° d'article 3805  
ble-medien-service.de  
CC BY-ND 4.0 | BLE 2025

