
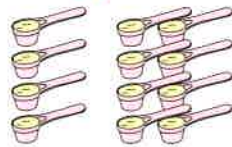
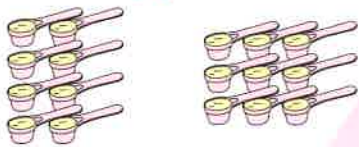



# Mon guide pour le biberon

## Pour le lait infantile

	Les 1 <sup>ères</sup> semaines	De 1-6 mois	De 6-12 mois	De 1-3 ans
TYPE DE LAIT	LAIT 1 <sup>er</sup> ÂGE		LAIT DE SUITE OU 2 <sup>e</sup> ÂGE	LAIT DE CROISSANCE
NOMBRE DE DOSE DE POUVRE DE LAIT*	1 à 4 DOSETTES 	4 à 8 DOSETTES 	8 À 9 DOSETTES 	
NOMBRE DE BIBERONS PAR JOUR	8 à 6	PROGRESSIVEMENT DE 6 à 4	3 à 4	1 à 2
QUANTITÉ D'EAU PAR BIBERON	PROGRESSIVEMENT DE 30 à 120 ml	PROGRESSIVEMENT DE 120 à 240 ml	ENTRE 240 ET 270 ml	

\* 1  pour 30 ml d'eau

### PRÉPARER LE LAIT INFANTILE

#### Quelle eau choisir ?

Pour reconstituer du lait pour votre bébé à partir du lait en poudre, vous pouvez utiliser :

- l'eau du robinet FROIDE
- l'eau en bouteille adaptée à l'alimentation des nourrissons.

## Pour le lait maternel

### RECUEILLIR LE LAIT MATERNEL

- Lavez-vous les mains
- Installez-vous dans un endroit propre
- Tirez votre lait à l'aide d'un tire-lait
- Le lait recueilli dans le biberon (en une ou plusieurs fois) doit toujours être conservé au réfrigérateur.

Le lait congelé ne peut être recongelé. 

Ne jamais ajouter de lait qui vient d'être recueilli avec un biberon de lait congelé.

Si le lait décongelé n'est pas consommé par bébé dans les 24 heures, il faut le jeter.

#### AU CONGÉLATEUR :

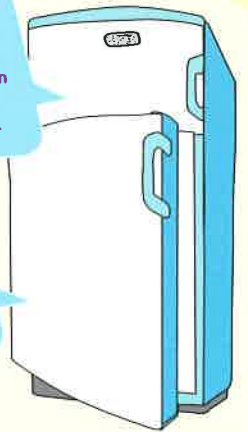
Le lait peut être congelé

- à -18° C
- conservé 4 mois maximum
- pour le décongeler, mettez-le au réfrigérateur

#### AU RÉFRIGÉRATEUR :

Le lait peut être gardé au frais :

- à 4° C (pas dans la porte)
- Il doit être bu par bébé dans les 48 h



# Mon guide pour le biberon

## TRANSPORTER

### POUR LE LAIT MATERNEL :

Transportez le biberon de lait maternel dans une glacière ou un sac gardant le froid. Jetez le biberon si vous avez transporté le lait plus de 1h.

### POUR LES PRÉPARATIONS DE LAIT INFANTILE :

Ne préparez jamais le biberon à l'avance. Pensez à transporter un biberon d'eau et la poudre séparément. Lorsque votre bébé a faim, vous n'aurez qu'à mélanger le tout juste avant de lui donner.



## RÉCHAUFFER

Il n'est pas indispensable de réchauffer le lait. Si vous voulez le réchauffer, mettez le biberon quelques minutes dans l'eau chaude (au bain marie).

### IMPORTANT :

Ne réchauffez jamais le biberon au micro-onde. Avant de le donner, agitez le biberon et vérifiez la température d'une goutte sur l'intérieur de votre poignet. Si votre bébé ne boit pas tout le biberon, jetez le reste.



## NETTOYER

- 1 Rincez le biberon et les accessoires à l'eau froide
  - 2 Lavez-les ensuite avec de l'eau chaude et un peu de liquide vaisselle en brossant bien le fond
  - 3 Rincez bien
  - 4 Laissez sécher sans essuyer
- Si vous avez un lave-vaisselle, vous pouvez l'utiliser



## LA TÉTÉE AU BIBERON

### POSITION :

- Biberon le moins levé possible, la tétine doit être pleine de lait pour une tétée efficace.

### TEMPS :

- 20 à 30 minutes en moyenne, quel que soit l'âge.



## INFOS SANTÉ

La tétine de votre enfant ne doit **jamais** être trempée dans du miel.

**Jusqu'à ses 1 an, cela peut causer une maladie très grave appelée botulisme. Après, cela reste dangereux pour les dents de votre enfant.**

Il est déconseillé de donner une autre boisson que l'eau à votre enfant.

Seulement à partir de 3 ans, les jus de fruits, sodas et autres boissons sucrées doivent être réservés aux moments exceptionnels.



## QUELLE TÉTINE CHOISIR ?

### 2 TYPES DE TÉTINES :

#### CAOUTCHOUC :

fermes pour les bébés qui ont tendance à téter trop vite

#### SILICONE :

molles pour les bébés qui ont tendance à téter trop lentement

### 3 VITESSES :

1 = lent    2 = moyen    3 = rapide

Choisissez celle qui est la mieux adaptée à la façon de téter de votre enfant et suivez son rythme !

