

## LE LAIT MATERNEL POUR DES ENFANTS EN BONNE SANTÉ

- Le lait maternel est le meilleur aliment pour les enfants
- Allez les enfants jusqu'à l'âge de quatre mois et puis continuez a le faire jusqu'a ce que l'enfant soit âgé d'une année.
- Initier les enfants aux aliments solides lorsqu'ils sont âgés de 4 a 6 mois. Présentez la nourriture solide entre 4 mois à 6 mois d'âge
- Nourrissez le avec chaque nouvelle variété de nourriture pendant plusieurs jours successifs avant de l'introduire a une autre nouvelle nourriture.
- Ne laissez pas l'enfant s'endormir avec le biberon pour éviter la déformation de ses dents.
- **Les enfants allaités ont moins des problèmes de santé par rapport à ceux nourris au biberon.**

