



Que donner à boire à un bébé ?

De 0 à 6 mois

Du Lait maternel ET/OU Du lait infantile 1er âge

Quand c'est possible



Donner à la demande

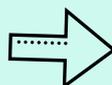


Quantité : en fonction de l'âge et du poids du bébé

Entre 4 et 6 mois Lors de la diversification



Proposer de l'eau lors des repas



Garder le biberon plutôt pour son lait



Dans un verre adapté et selon la soif du bébé

De 6 à 36 mois



Proposer de l'eau, seule boisson indispensable !



Pendant et entre les repas



Selon la soif de l'enfant



Que donner à boire à un bébé ?

QUELLE EAU CHOISIR ?



Eau du Robinet

- o Laisser l'eau s'écouler quelques secondes
- o Prendre uniquement de l'eau froide
- o Ne pas utiliser d'adoucisseur, de filtre à eau ou de carafe filtrante.

Eau en Bouteille

- o Choisir une eau faiblement minéralisée,
- o Avec le logo ou la mention « convient aux nourrissons/bébés ».



EVITER LES BOISSONS SUCREES !

A éviter jusqu'au 3 ans inclus :

- o Jus de fruits du commerce ou fait maison
- o Soda
- o Verre de sirop de menthe, de grenadine, ...
- o Tisanes pour bébé (qui contiennent parfois du sucre),
- o Biberon d'eau avec un peu de sucre pour le faire boire ou l'endormir
- o Biberon de lait la nuit après l'apparition des dents



IL REFUSE DE BOIRE ?



- o C'est juste qu'il n'a pas soif pour l'instant.
- o Réessayez un peu plus tard !