

# Nourrir votre bébé avec une préparation pour nourrissons



Les familles donnent à leur bébé une préparation pour nourrissons pour des raisons médicales ou personnelles, exclusivement ou en complément. Le présent document aidera les parents, les familles, les personnes qui prennent soin d'enfants et les fournisseurs de services de garderie à préparer, à faire boire et à conserver les préparations pour nourrissons en toute sécurité. L'information est destinée à l'alimentation des bébés nés à terme et en bonne santé. Si votre bébé est prématuré (moins de 37 semaines de gestation), avait un faible poids à la naissance (moins de 2 500 grammes) ou a un système immunitaire affaibli, demandez à votre fournisseur de soins de santé de vous suggérer la sorte de préparation pour nourrissons appropriée.

Nourrir un bébé ne signifie pas seulement lui donner des aliments; c'est aussi un moment privilégié pour apprendre à le connaître et sentir le lien qui vous unit l'un à l'autre. Ce lien contribue à la croissance du bébé et au développement de son cerveau.

## Vous avez peut-être entendu parler du peau à peau

Le peau à peau consiste à tenir votre bébé dévêtu contre votre peau, c'est-à-dire, de placer le bébé torse nu sur votre torse nu. Le bébé peut porter une couche si vous préférez.

Tenir votre nouveau-né en peau à peau tous les jours pendant les premiers mois aidera :

- votre bébé à s'adapter à la suite de sa naissance;
- à le calmer et à réduire le stress;
- à le protéger contre les infections;
- à créer un lien d'attachement avec lui;
- à le garder au chaud;
- au bon fonctionnement de son cerveau, de son cœur et de ses poumons;
- à le calmer lors d'interventions stressantes ou douloureuses.



Tous les membres de la famille peuvent profiter d'un contact peau à peau avec le nouveau bébé. L'heure de la tétée est le moment idéal pour le peau à peau puisque vous tenez déjà bébé dans vos bras.

# Comment choisir une préparation pour nourrissons

Il existe de nombreuses sortes et marques de préparation pour nourrissons dans les magasins.

## **Choisissez :**

- une préparation pour nourrissons qui répond aux normes de sécurité établies par Santé Canada (le contenant devrait l'indiquer);
- une préparation pour nourrissons du commerce à base de lait de vache enrichie de fer;
- une préparation pour nourrissons non périmée. N'utilisez pas de préparation pour nourrissons dont la date de péremption est dépassée.

## **Les aliments suivants ne contiennent pas les nutriments nécessaires au développement du bébé et certains peuvent être nocifs. Ne pas utiliser :**

- les préparations pour nourrissons faites maison;
- le lait de chèvre;
- les boissons à base de plantes (amandes, noix de cajou, soja, riz, avoine, etc.);
- le lait de vache avant que votre bébé ait neuf mois.

Consultez votre fournisseur de soins de santé si vous avez des questions sur la préparation pour nourrissons à utiliser.

## Tableau comparatif des préparations pour nourrissons

Préparation pour nourrissons	Mode d'emploi	Coût	Conservation du contenant de préparation restante après ouverture	Durée de conservation d'un contenant ouvert
En poudre *Les préparations en poudre pour nourrissons ne sont pas stériles.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire bouillir de l'eau pendant deux (2) minutes.</li> <li>Ajouter la poudre à l'eau lorsqu'elle est encore à plus de 70 °C et suivre les instructions de mélange qui accompagnent la préparation en poudre que vous avez choisie.</li> </ul>	La sorte de préparation la moins chère	Placer le contenant couvert dans un endroit frais, à l'obscurité.	Moins de 30 jours
À base de concentré liquide	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire bouillir de l'eau pendant deux (2) minutes.</li> <li>Laisser l'eau refroidir.</li> <li>Mélanger des quantités égales d'eau et de concentré liquide.</li> </ul>	Plus cher que la poudre	Couvert dans le réfrigérateur	De 24 à 48 heures. Vérifiez le contenant de la préparation pour connaître les recommandations exactes.
Prête à servir	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utiliser telle quelle</li> </ul>	La sorte de préparation la plus chère	Couvert dans le réfrigérateur	De 24 à 48 heures. Vérifiez le contenant de la préparation pour connaître les recommandations exactes.

Ne mélangez pas différentes sortes ou formes de préparation pour nourrissons (comme la poudre et le concentré liquide) lorsque vous préparez des biberons, sauf sur recommandation de votre fournisseur de soins de santé.

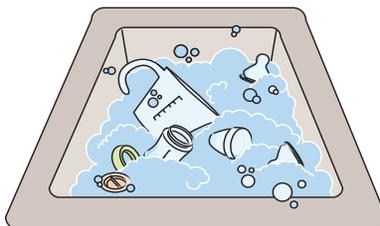
# Prenez des précautions pour protéger la santé de votre bébé quand vous utilisez une préparation pour nourrissons

- Lavez-vous les mains à l'eau et au savon.
- Lavez à l'eau et au savon les comptoirs où les biberons seront placés.
- Lavez à l'eau et au savon tous les biberons, tétines, capuchons et bague, puis stérilisez-les.
- Suivez les instructions de mélange de la préparation pour nourrissons que vous avez choisie.
- L'eau du robinet bouillie est la meilleure eau à mélanger aux préparations pour nourrissons.

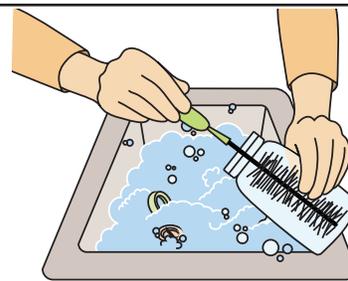
## Instructions de stérilisation



1. Lavez-vous les mains et nettoyez les comptoirs à l'eau et au savon.



2. Lavez tout le matériel dans de l'eau chaude savonneuse, et vérifiez que les trous des tétines ne sont pas bouchés.



3. Utilisez une brosse à biberon réservée au nettoyage du matériel qui sert à nourrir votre bébé. Frottez l'intérieur des biberons et des tétines pour bien les nettoyer.



4. Rincez toutes les pièces à l'eau chaude. Placez-les sur une surface propre. Vous êtes maintenant prêt à les stériliser.



5. Mettez le tout dans une grande casserole. Remplissez la casserole avec assez d'eau pour couvrir tout le matériel. Portez l'eau à ébullition et laissez-la bouillir pendant deux (2) minutes.



6. Laissez l'eau refroidir. Retirez les pièces à l'aide de pincettes et déposez-les sur un linge propre.

**Il est recommandé de stériliser tout le matériel tant que vous nourrissez votre bébé avec de la préparation pour nourrissons.**

- Les stérilisateur domestiques vendus en magasin sont sécuritaires, mais vous devez bien suivre les instructions du fabricant.
- La plupart des lave-vaisselle ne chauffent pas assez l'eau pour stériliser les biberons et le reste du matériel que vous utilisez pour donner de la préparation pour nourrissons.
- Les mélangeurs automatiques à préparations pour nourrissons à utiliser à la maison ne sont pas recommandés. Des bactéries peuvent s'y développer quand l'eau reste trop longtemps à l'intérieur, et l'eau de ces appareils n'est pas assez chaude pour tuer les bactéries qui peuvent se trouver dans la préparation en poudre. De plus, ces appareils sont difficiles à nettoyer correctement.

**Remarque :**

- *Ne pas utiliser de biberon ni de matériel fissuré ni décoloré.*
- *Ne pas utiliser de tétines fissurées, décolorées ou collantes.*
- *Remplacer les tétines au moins tous les trois mois.*

## Choisir l'eau à mélanger aux préparations pour nourrissons

Les préparations à base de concentré liquide ou de poudre doivent être mélangées à de l'eau. Il existe de nombreuses sortes d'eau sur le marché et **l'eau mélangée aux préparations doit toujours être stérilisée avant l'utilisation.**

L'eau recommandée est :

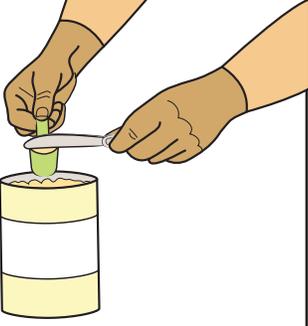
- L'eau froide du robinet si elle ne provient pas d'un puits. Faites couler l'eau froide pendant au moins deux minutes avant de l'utiliser. Cela permet de réduire les contaminants.
- L'eau de puits qui est testée régulièrement pour y détecter les bactéries et les niveaux de nitrates. Des niveaux élevés de nitrates peuvent être dangereux pour les bébés. Renseignez-vous auprès de votre service de santé local sur votre eau et sur les analyses recommandées.

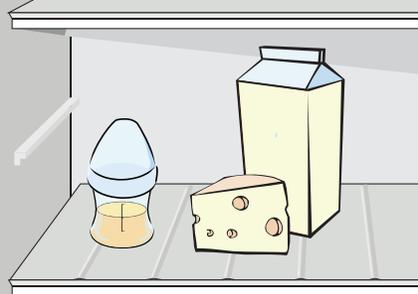
Si une recommandation de faire bouillir de l'eau est émise dans votre collectivité, utilisez de l'eau embouteillée et stérilisez-la. Si vous n'avez pas de source d'eau potable, utilisez une préparation prête à servir.

**Remarque :** *Il n'est pas recommandé de donner de l'eau provenant d'une source équipée d'un adoucisseur d'eau.*  
*L'eau embouteillée n'est pas stérile et doit être stérilisée avant l'utilisation.*

## Comment préparer des biberons pour la journée avec une préparation en poudre

**Les préparations en poudre pour nourrissons peuvent contenir des bactéries nocives. Il est très important de suivre les consignes de préparation et de conservation pour éliminer ces bactéries nocives.** Les bébés prématurés (moins de 37 semaines de gestation) ou de faible poids à la naissance (moins de 2 500 grammes) de moins de deux mois, ou les bébés dont le système immunitaire est affaibli, sont les plus vulnérables aux maladies. Ces bébés devraient boire des préparations liquides stériles, si possible. Si vous avez des questions, demandez à votre fournisseur de soins de santé de vous donner des conseils sur la préparation à donner à votre bébé.

 <p>1. Votre matériel stérilisé doit être prêt (voir les instructions de stérilisation à la page 5).</p>	 <p>2. Portez l'eau à ébullition et laissez-la bouillir pendant deux (2) minutes. Il n'est pas nécessaire de refroidir l'eau avant d'y ajouter la poudre. Toutefois, si vous laissez l'eau refroidir jusqu'à une température inférieure à 70 °C, vous devrez la chauffer à nouveau. La chaleur tue les bactéries contenues dans la préparation.</p>	 <p>3. Lavez-vous les mains et nettoyez les comptoirs à l'eau et au savon.</p>
 <p>4. Lisez l'étiquette pour connaître la quantité exacte de poudre et d'eau. Utilisez la cuillère qui se trouve à l'intérieur du contenant.</p>	 <p>5. Versez de l'eau stérilisée dont la température s'élève à 70 °C ou plus dans une tasse à mesurer.</p>	 <p>6. Remplissez de poudre la cuillère fournie dans le contenant. Nivelez avec un couteau.</p>

 <p>7. Ajoutez la bonne quantité de poudre à l'eau.</p>	 <p>8. Mélangez jusqu'à ce que la préparation soit lisse.</p>	 <p>9. Remplissez les biberons de préparation. Utilisez des pinces stériles pour mettre les tétines, les anneaux, les bagues et les capuchons sur les biberons.</p>
 <p>10. Refroidissez le biberon de préparation sous l'eau froide courante ou dans un bol rempli d'eau froide.</p>	 <p>11. Une fois refroidi, placez le biberon au réfrigérateur. Utilisez-le dans les 24 heures.</p>	 <p>12. Avant de nourrir votre bébé, vérifiez toujours la température de la préparation pour vous assurer qu'elle n'est pas trop chaude.</p>
<p>13. Le contenant de poudre doit être refermé au moyen du couvercle fourni et conservé dans un endroit sombre et frais, et son contenu doit être utilisé dans le mois qui suit.</p>		

**\*REMARQUE:** Si vous n'avez pas de réfrigérateur, préparez des biberons frais à donner immédiatement, comme indiqué dans la partie intitulée Préparer des biberons avec une préparation en poudre pour nourrissons en vue d'un usage immédiat.

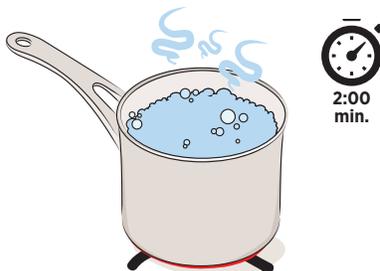
## Préparer des biberons avec une préparation en poudre pour nourrissons en vue d'un usage immédiat

Si votre bébé est à terme (né après 37 semaines de grossesse) et en bonne santé, la préparation en poudre peut être mélangée pour une utilisation immédiate avec de l'eau préalablement bouillie, qui a été refroidie à température ambiante et conservée dans un récipient couvert stérilisé. Assurez-vous d'avoir stérilisé tous les biberons, cuillères, tétines, couvercles et autres articles que vous utilisez. Si vous n'utilisez pas votre matériel stérilisé immédiatement, vous pouvez couvrir et ranger le tout dans un endroit propre. Juste avant le moment prévu de la tétée, préparez le biberon en mélangeant la préparation en poudre et l'eau selon les instructions. Utilisez-le immédiatement.

## Comment préparer des biberons avec une préparation de concentré liquide



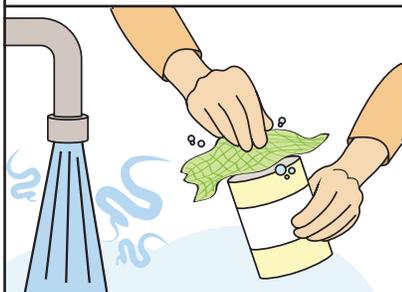
1. Votre matériel stérilisé doit être prêt (voir les instructions de stérilisation à la page 4).



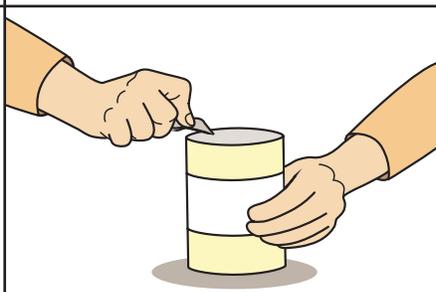
2. Portez l'eau à ébullition et laissez-la bouillir pendant deux (2) minutes. Laissez l'eau refroidir à température ambiante.



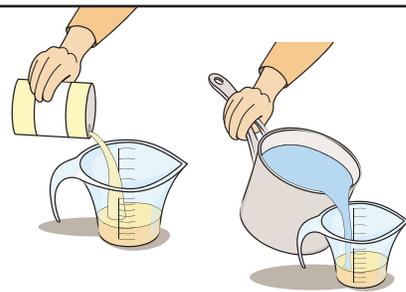
3. Lavez-vous les mains et nettoyez les comptoirs à l'eau et au savon.



4. Rincez le dessus du contenant à l'eau chaude et assurez-vous que la boîte n'est pas bosselée.



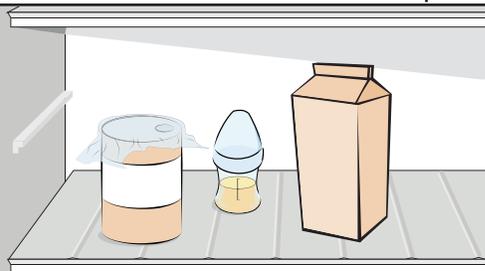
5. Secouez le contenant. Ouvrez-le avec un ouvre-boîte stérilisé.



6. Mettez la même quantité de concentré et d'eau pour chaque biberon. Mélangez doucement avec un ustensile stérilisé.



7. Versez la préparation dans les biberons. Utilisez des pinces stériles pour mettre les tétines, les anneaux, les bagues et les capuchons sur les biberons

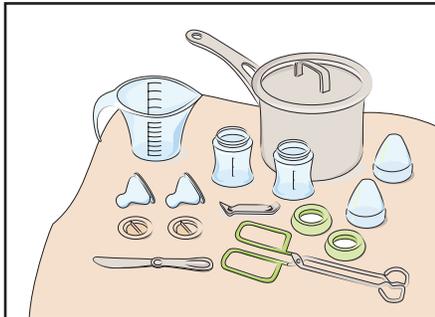


8. Rangez les biberons au réfrigérateur. **Utilisez les biberons préparés dans les 24 heures.** Ne laissez pas les biberons à température ambiante. Mettez un couvercle étanche sur le contenant de concentré liquide non utilisé et conservez-le au réfrigérateur. **Utilisez-le dans les 24 à 48 heures. Vérifiez le contenu de la préparation pour connaître les différentes recommandations de conservation.**



9. Avant de nourrir votre bébé, secouez bien le biberon et vérifiez toujours la température de la préparation pour vous assurer qu'elle n'est pas trop chaude.

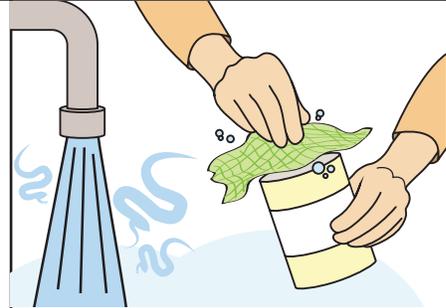
## Comment préparer des biberons avec une préparation prête à servir



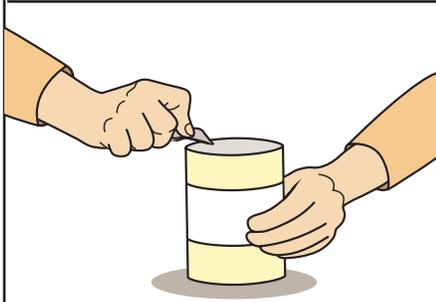
1. Votre matériel stérilisé doit être prêt (voir les instructions de stérilisation à la page 4).



2. Lavez-vous les mains et nettoyez les comptoirs à l'eau et au savon.



3. Rincez le dessus du contenant à l'eau chaude et assurez-vous que la boîte n'est pas bosselée.



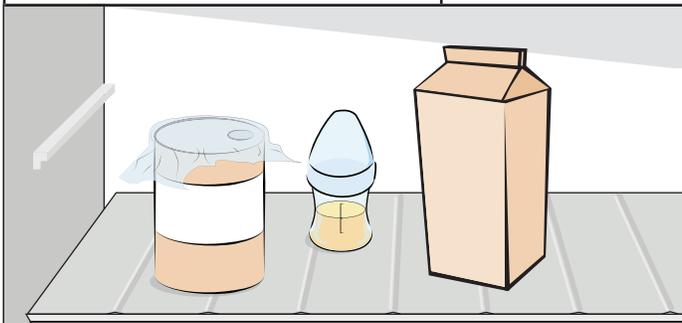
4. Secouez le contenant. Ouvrez-le avec un ouvre-boîte stérilisé.



5 Versez dans chaque biberon assez de préparation pour une tétée. **N'ajoutez pas d'eau.**



6. Utilisez des pinces stériles pour mettre les tétines, les anneaux, les bagues et les capuchons sur les biberons.



7. Rangez les biberons au réfrigérateur. **Utilisez les biberons préparés dans les 24 heures.** Ne laissez pas les biberons à température ambiante. Mettez un couvercle étanche sur le contenant de préparation prête à servir non utilisée et conservez-le au réfrigérateur. **Utilisez-le dans les 24 à 48 heures. Vérifiez le contenant de la préparation pour connaître les différentes recommandations de conservation.**



8. Avant de nourrir votre bébé, secouez bien le biberon et vérifiez toujours la température de la préparation pour vous assurer qu'elle n'est pas trop chaude.

# Nourrir votre bébé en pleine croissance

- Au fur et à mesure que votre bébé grandira pendant les premières semaines, la quantité de préparation qu'il boira augmentera aussi. Attendez-vous à ce que votre bébé boive souvent au cours du premier mois environ. Après cela, il se peut que votre bébé espace les tétées, puis qu'il boive davantage chaque fois.
- Nourrissez votre bébé quand il montre des signes de faim. Les bébés peuvent manger différentes quantités à différents moments de la journée.
- Les poussées de croissance sont courantes vers trois semaines, six semaines, trois mois et six mois. Votre bébé peut vouloir boire plus de préparation qu'à l'habitude à ces moments-là ou vouloir boire plus souvent.
- Répondez aux signes de faim de votre bébé et, si vous avez des questions, adressez-vous à votre fournisseur de soins de santé.



Tous les bébés ont besoin d'un supplément de vitamine D. Consultez votre fournisseur de soins de santé pour connaître la quantité de vitamine D dont votre bébé a besoin.

Si vous avez des questions ou des inquiétudes concernant l'alimentation de votre bébé, parlez-en à votre fournisseur de soins de santé.

## Signes que votre bébé a faim

Au cours des premiers mois de vie, la plupart des bébés ont besoin d'être nourris plusieurs fois par période de 24 heures (au moins huit fois). Cela signifie qu'ils boivent le jour et la nuit. C'est normal, et cela peut durer plusieurs mois. Chaque bébé grandit à un rythme différent et peut donc avoir besoin de boire plusieurs fois pendant la nuit. Votre bébé vous fera savoir quand il a faim.

Signes que votre bébé a faim :

- il suce ses doigts, ses mains ou sa langue;
- il fait des mouvements de claquement des lèvres;
- il ouvre la bouche quand vous lui touchez la joue (il cherche à happer votre doigt);
- il tourne la tête vers vous en cherchant à téter;

Il est important de surveiller ces signes. Attendre que le bébé pleure avant de le nourrir peut rendre l'alimentation difficile. Les pleurs sont considérés comme un signe de faim tardif.

## Signes que votre bébé est rassasié

- le bébé arrête de boire . . . il lâche la tétine du biberon et peut détourner la tête;
- il a l'air calme et satisfait;
- il a les bras et les jambes détendus.

Il est important que vous appreniez à reconnaître les signes de faim de votre bébé pour savoir quand votre bébé a faim et quand il est rassasié.

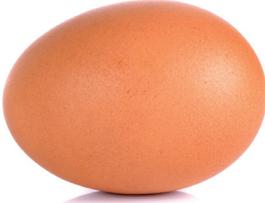
## Comment nourrir votre bébé au biberon en simulant l'allaitement naturel

- Lavez-vous bien les mains à l'eau et au savon.
- Tenez votre bébé dans vos bras ou près de vous lorsque vous le nourrissez. Tenir votre bébé peau à peau lorsqu'il boit est souvent calmant pour lui.
- Regardez votre bébé dans les yeux pendant qu'il boit pour l'aider à se sentir aimé et en sécurité.
- Tenez votre bébé en position assise, de sorte que sa tête soit plus haute que son corps, en lui soutenant la tête.
- Effleurez les lèvres du bébé avec la tétine du biberon et, quand le bébé ouvre grand la bouche, la langue abaissée, aidez-le à prendre la tétine. N'insérez pas la tétine du biberon de force dans la bouche du bébé.
- Inclinez seulement un peu le biberon, en le tenant presque à l'horizontale, pour aider votre bébé à gérer le débit de la préparation. Un peu d'air dans la tétine ne posera pas de problème à votre bébé.
- Votre bébé peut avoir besoin de courtes pauses pendant qu'il boit, pour qu'il puisse décider s'il veut s'arrêter ou continuer.
- Les signes de stress quand le bébé boit sont, par exemple :
  - du lait qui coule de la bouche du bébé;
  - le bébé s'étouffe ou a des haut-le-cœur pendant qu'il boit;
  - le bébé avale rapidement sans reprendre son souffle après chaque gorgée;
  - le bébé se tortille ou se débat pendant qu'il boit;
  - le bébé repousse le biberon avec les mains ou la langue, ou détourne la tête.
- Le bébé peut aussi avoir besoin de faire un rot pendant qu'il boit.
- Tenez votre bébé dans un bras pour quelques biberons, puis dans l'autre bras pour les suivants. Alternez le bras dans lequel vous tenez votre bébé lorsque vous le nourrissez. Cela aide votre bébé à développer ses muscles pendant qu'il tourne la tête pour vous regarder.

**Remarque :** Si votre bébé montre des signes de stress pendant que vous le nourrissez, vérifiez si le matériel que vous utilisez est adapté à lui. Par exemple, la tétine que vous utilisez a peut-être un débit trop rapide et peut avoir besoin d'être remplacée.

Tenez toujours votre bébé dans vos bras pendant que vous lui donnez le biberon. N'utilisez pas d'objets, comme une couverture ou un oreiller, pour faire tenir le biberon dans la bouche du bébé, car il pourrait boire trop ou pas assez. Il pourrait également s'étouffer. Ne mettez pas votre bébé au lit avec un biberon, car cela peut lui donner des caries dentaires et des otites.

## À quoi s'attendre

Âge du bébé	1 jour	2 jours	3 à 4 jours	5 à 7 jours	De 2 à 3 semaines	De 4 semaines à 6 mois
Taille de l'estomac du bébé	 Pièce de 10 cents		 Pièce de 25 cents	 Pièce de 2 \$	 1 œuf	
À quelle fréquence devriez-vous nourrir votre bébé?	Les bébés ont un petit estomac et ont besoin d'être nourris souvent. La plupart des bébés boivent au moins huit fois ou plus par période de 24 heures.					
Nombre de couches mouillées (par 24 heures)	1	2	3	4	5	6 (de 7 jours à 6 mois)
Nombre de couches de selles (par 24 heures)	De 1 à 2 (couleur noirâtre ou vert foncé)		De 2 à 3 (couleur brune, verte ou jaune)		Selles pâteuses, ressemblant à du beurre d'arachides, de couleur brune (brun-orangé, brun-jaune ou brun-vert).  Une selle par jour, parfois plus. Ce n'est pas la fréquence des selles d'un bébé qui compte, mais la dureté des selles une fois qu'elles sont évacuées. Si elles sont molles, tout va bien. Si elles sont dures, cela pourrait être inquiétant. Si vous pensez que votre bébé est constipé, parlez-en à votre fournisseur de soins de santé.	

## Le rot

Faites faire un rot à votre bébé au milieu de la tétée, puis à la fin.

Signes que votre bébé peut avoir besoin de faire un rot :

- il arque le dos;
- il s'agite ou commence à s'énerver;
- il détourne la tête du biberon;
- la succion du bébé ralentit ou s'arrête.

Faites faire un rot à votre bébé en lui tapotant doucement le dos avec une main en forme de coupe. Essayez ces positions pour faire faire un rot à votre bébé :



Tenez votre bébé en position verticale contre votre épaule.



Tenez votre bébé en position assise sur vos genoux. Votre bébé doit être légèrement penché vers l'avant, avec votre main qui soutient sa mâchoire.



Placez votre bébé sur le ventre, en travers de vos cuisses.

## Après la tétée

Quand votre bébé a fini de boire, jetez la préparation qui reste dans le biberon. Utilisez le biberon de préparation dans l'heure qui suit le début de la tétée, ou jetez la préparation, même si le bébé n'a pas bu au biberon. Rincez le biberon et les pièces du biberon juste après la tétée.

Nettoyez les gencives de votre bébé en utilisant un linge humide propre et tiède après chaque tétée. À mesure que votre bébé grandit, essayez ses gencives et brossez-lui les dents pour aider à prévenir les caries.

## Réchauffer la préparation

Placez le biberon de préparation dans un bol d'eau chaude. Laissez tremper le biberon dans l'eau chaude jusqu'à ce qu'il soit tiède. Secouez-le doucement. Vérifiez la température de la préparation sur votre poignet avant de la donner à votre bébé pour vous assurer qu'elle n'est pas trop chaude. La température de la préparation sur votre poignet doit être tiède.

**Remarque :** *Ne faites jamais chauffer le biberon au four à micro-ondes, car la chaleur est inégale et peut créer des « points chauds » qui pourraient brûler la bouche du bébé.*

## Transport de la préparation

Dans les déplacements, la méthode la plus sûre est d'utiliser une préparation prête à servir dont le contenant n'a pas été ouvert. Une autre bonne méthode consiste à faire bouillir de l'eau pour la préparation à votre destination. Si vous n'êtes pas sûr de la salubrité de l'eau à votre destination, apportez de l'eau de votre domicile qui a bouilli et qui est conservée dans un contenant stérilisé. Si vous devez faire un biberon à l'avance, apportez-le après l'avoir refroidi à la température du réfrigérateur, soit à environ 4 °C. Lorsque c'est possible, placez le biberon de préparation au réfrigérateur une fois arrivé à votre destination. Si vous n'avez pas accès à un réfrigérateur, conservez le biberon de préparation dans un sac isotherme avec une plaque réfrigérante jusqu'à l'heure de la tétée. Une fois qu'un biberon de préparation est sorti du réfrigérateur, il est recommandé de l'utiliser dans les deux heures qui suivent.

# Pour obtenir plus de renseignements

**Pour obtenir plus d'information ou de l'aide concernant l'alimentation de votre bébé, appelez votre infirmière de la santé publique locale ou consultez les ressources suivantes :**

Health Links — Info Santé

Composez le 204-788-8200 à Winnipeg ou, sans frais, le 1-888-315-9257, 24 heures sur 24, sept jours sur sept.

Service de consultation de diététistes

Composez le 204-788-8248 à Winnipeg ou, sans frais, le 1-877-830-2892, du lundi au vendredi, de 8 h à 18 h.

Programme Bébés en santé Manitoba <https://www.gov.mb.ca/fs/healthybaby/index.fr.html>

Être parent au Manitoba <https://parentinginmanitoba.ca/fr/>

Santé Canada recommande l'allaitement au sein pour les bébés et les jeunes enfants, exclusivement pendant les six premiers mois, et de continuer l'allaitement jusqu'à deux ans ou plus. Si vous souhaitez en savoir plus sur l'alimentation des nourrissons, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

[https://www.gov.mb.ca/fs/healthybaby/pubs/hb\\_breastfeedingyourbaby.fr.pdf](https://www.gov.mb.ca/fs/healthybaby/pubs/hb_breastfeedingyourbaby.fr.pdf)



BÉBÉS EN SANTÉ



Winnipeg Regional  
Health Authority  
Office régional de la  
santé de Winnipeg



Dial-a-Dietitian

Disponible en d'autres formats, sur demande.

Janvier 2020

Images in the pamphlet have been reproduced with permission from the Best Start Resource Centre.