

Les orientations favorisant la saine alimentation

Orientation 1

Offrir le lait aux poupons de manière sécuritaire et respectueuse du choix des parents

Le lait maternel est le meilleur aliment pour optimiser la croissance et le développement des poupons. On peut poursuivre l'allaitement jusqu'à 2 ans et plus.

Les préparations commerciales peuvent remplacer le lait maternel. Par contre le lait de vache et le lait de chèvre ne sont pas adaptés aux besoins de base de poupons.

Le mode d'alimentation du poupon varie selon chaque parent, alors il est important que le service de garde éducatif se montre accueillant, les soutienne et ne les juge pas.

L'eau

Les poupons âgés de moins de 6 mois n'ont pas besoin de boire de l'eau, même en période de chaleur. Vers l'âge de 6 mois, quand les poupons commencent à manger d'autres aliments, des petites quantités d'eau peuvent être servies occasionnellement.



Des pratiques à privilégier

- Respecter les mères quant à leur décision de poursuivre l'allaitement.
- Appliquer des bonnes pratiques en matière de manipulation du lait maternel et des préparations commerciales.
- Offrir occasionnellement de l'eau aux poupons âgés de plus de 6 mois.