Nourriture

Le lait maternel est ce qu'il y de mieux pour un bébé. C'est ainsi qu'il bénéficie d'une alimentation saine et toujours adaptée à son âge.
Si vous allaitez, vous ne devez ni boire d'alcool, ni consommer de drogue et, autant que possible, ne pas fumer. Cela porterait préjudice à votre bébé.
Si vous prenez des médicaments, veuillez consulter votre médecin.

Si **vous n'allaitez pas** votre bébé vous avez besoin :

- 6 - 8 biberons pour lait (0 -6 mois) et les tétines correspondantes
- Lait en poudre adapté à l'âge (Pre)
- 1 biberon pour pour thé
- Thé au fenouil (sachets infusions sans sucres ajoutés)
- Une brosse à vaisselle pour bouteille

Pour l'extérieur

- Une poussette ou une écharpe porte-bébé
- Une couverture pour bébé ou une chancelière pour la poussette
- Éventuellement, un sac à langer
- En cas de besoin, un siège-auto

Vous pourrez acheter d'occasion des vêtements et des accessoires à bon prix dans un magasin de seconde main, sur des marchés aux puces pour vêtements pour bébé/enfants ou aussi sur Internet.
Seulement le matelas doit être neuf.

Vous pouvez laver le linge de bébé avec le linge de la famille en utilisant une lessive en poudre normale sans adoucissant.

Erstausstattung Französisch

NETZWERK FRÜHE HILFEN Kreis Heinsberg

Promu par :
Bundesstiftung Frühe Hilfen
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Vêtements

- 4-6 Bodys bébé, taille 50/56 à manches courtes ou longues
- 4-6 vêtements de dessus (gilets à manches longues, pulls légers) et pantalons ou barboteuses, taille 50/56
- 6 paires de chaussettes, en hiver 1 -2 collants
- Jaquette, bonnet, moufles, combinaison de ski (selon la saison)
- 2 gigoteuses, (taille 50/56)

Mentions légales :
Bureau de coordination
Frühe Hilfen dans
l'arrondissement de Heinsberg
Tél. : 02452/ 13-5147
www.fhkhs.de

Produits de soins

- 6-8 couches jetables comme bavoirs
- Couches pour nouveau-né (2-5 kg)
- Lotion de lavage neutre sans parfum
- Huile pour bébé
- Gant de toilette pour la maison
- Lingettes humides pour l'extérieur
- 2 capes de bain bébé à capuche
- 1 thermomètre de bain
- 1 thermomètre médical à embout souple
- 1 brosse pour bébé
- 1 ciseaux à ongle pour bébé
- Eventuellement, en hiver une crème protectrice ou une crème solaire pour bébé (Indice de protection maximum 30)
- Crème protectrice pour les fesses

Accessoires

- Couchette, berceau ou lit pour bébé avec matelas noeuf
- Commode à langer ou coussin à langer lavable
- Poubelle à couches avec couvercle
- Baignoire pour bébé
- Si nécessaire, un chauffage radiant pour la table à langer

Recommandations pour le sommeil :

➔ Température ambiante = 16-18°C

➔ pas de nid d'ange

➔ pas de ciel

➔ pas de coussin

➔ une gigoteuse au lieu d'une couverture

➔ seulement couché sur le dos

➔ dans la chambre parentale, dans son propre lit