

Manje apre 6 mwa.



“ *Manje yo dwe gen konsistans, varyete, e bon jan kalite, pou bezwen nitrisyonèl timoun nan genyen. Sa pral ede timoun nan gen bon pwa, bon sante, e bon nitrisyon. Se enpotan anpil pou ou kontinye bay tete jiska 2 ane.* ”



ÈKouman ou ka bay manje ?

- 1 Pa janm fòse timoun nan manje, li dwe gade manje e deside manje l pou kont li. Si li pa vle manje ou kapab selman kontinye bay tete.
- 2 Ou kap bay manje ak konsistans pi-pap.
- 3 Si ti bebe ou ka manje ak men li, pa gen pwoblem kite li, sa pi bon pou devlopman sevo. **Menm se enpotan anpil pou ou lave men timoun ou avan li manje, pou prevni maladi nan vant, dyare e lot ki genyen.**



Fe manje diferan:

- Vyann, ze, legim oswa pwason.
- Legim nan koulè diferan- tankou epina, chou, cawot, berajen.
- Sereyal (diri, nouy, pòm-detè).
- **Ou ta dwe sèlman ajoute** 1 gwo kiyè lwil nan manje a. Timoun nan pa dwe manje anpil manje ak lwil, ni sel.

Enpotan:

- *Itilize tan sa pou pale e pataje ave pitit ou.*
- *Evite gade televizyon ak jwe le ou ap manje.*
- *Si ou pral komanse bay manje apre 6 mwa, pa bliye komanse bouse dan li e kenbe bouch li pwop!*



¿Konbyen fwa pa jou ou dwe bay li manje?

- Primye fwa li pral manje, bay li yon ti kal, tankou yon ou de gwo kiye, li pa bezwen anpil pou plen vant li.
- **6-8 mwa:** 2-3 fwa pa jou.
- **9-24 mwa:** 3-4 fwa pa jou, plis 1-2 fwi (fig, mango).



¿Kouman mwen dwe bay manje le pitit mwen malad?

- Bay tete anpil fwa pa jou, epi bay li bwe anpil dlo.
- Si ti bebe ou pa vle manje men li vle tete, bay li! Li bezwen anpil likid pandan li malad.
- Bay fwi ak manje li remen.
- Le timoun ou komanse santi li pi byen nan ko li e li vle manje, komanse bay li dousman, epi kontinye bay li tete.



www.lecheparahaiti.cl

Manje **apre 6 mwa.**