

Bay Manje apre 6 mwa.



“

Objetiv bay manje apre 6 mwa se le timoun yo pral komanse konnen lot manje yo. Manman timoun nan dwe kontinye bay tete, menm si li komanse manje lot manje paske sa se pi bon manje pou timoun yo. ”

”



¿Depi ki le nou dwe komanse bay timoun nan lot manje?

Depi li gen 6 mwa, nou kapab komanse bay lot manje pandan nou kontinye bay tete chak fwa timoun nan bezwen l.

- Lé timoun nan ka byen chita pou pran manje.
- Le timoun ou kapab itilize men li pou pran manje e mete nan bouch li pou kont li.
- Timoun ou pa gen pwoblem pou bwe nan gode.
- Le timoun nan komanse genyen dan.



Enpotan:

- Nou dwe konpran chak apetit diferan, genyen ki ka manje anpil, genyen ki manje yon ti kal. Li enpotan **pou timoun nan gen bon pwa, bon sante ak bon nitrisyon.**
- Li enpotan anpil pou nou chwazi manje ki bon pou **sante timoun nan.**

“ OMS di nou: Bay tete selman (san lot manje, ni dlo, ou ji) jiska 6 mwa. Bay tete ak manje depi 6 mwa jiska 2 ane. ”



¿Depi ki le nou dwe komanse bay timoun nan lot manje?

- 1 Byen lave men ou avan ou fe manje pou pitit ou.
- 2 Chwazi komanse bay timoun ou manje, le pa gen stress lakay ou, le gen ke poze.
- 3 Chak manje yo nou pral komanse bay timoun nou, dwe yon manje ki pi bon pou sante li, ki gen anpil koule ak gou.
- 4 Chak semen ou kapab komanse timoun nan sou yon nouvo manje, apre ou we li manje sapa bay li oken mal alez, komanse l sou yon nouvo.
- 5 Pa mete sel ak sik nan manje timoun.
- 6 Pa bay chokola, manje fri, kafe ak te.
- 7 Si timoun ou pa renmen yon manje, pa fose li manje l, apre yon ti tan ou kapab eseye li anko.
- 8 Le Manman an ap bay manje, li dwe fe li avek yon souri, epi pale avek douse, yon fason pou ankouraje timoun nan renmen manje a.
- 9 Nou dwe komanse avek yon ti kantite manje, epi apre timoun nan vin abitye a manje, nou kapab bay li plis.



www.lecheparahaiti.cl

Bay Manje **apre 6 mwa.**