



# WASHplus : Projet d'Intégration de WASH et de la Nutrition



Mis en œuvre au Mali par CARE International en partenariat avec Keneya Jemu Kan, Sahel Eco et YA-G-TU

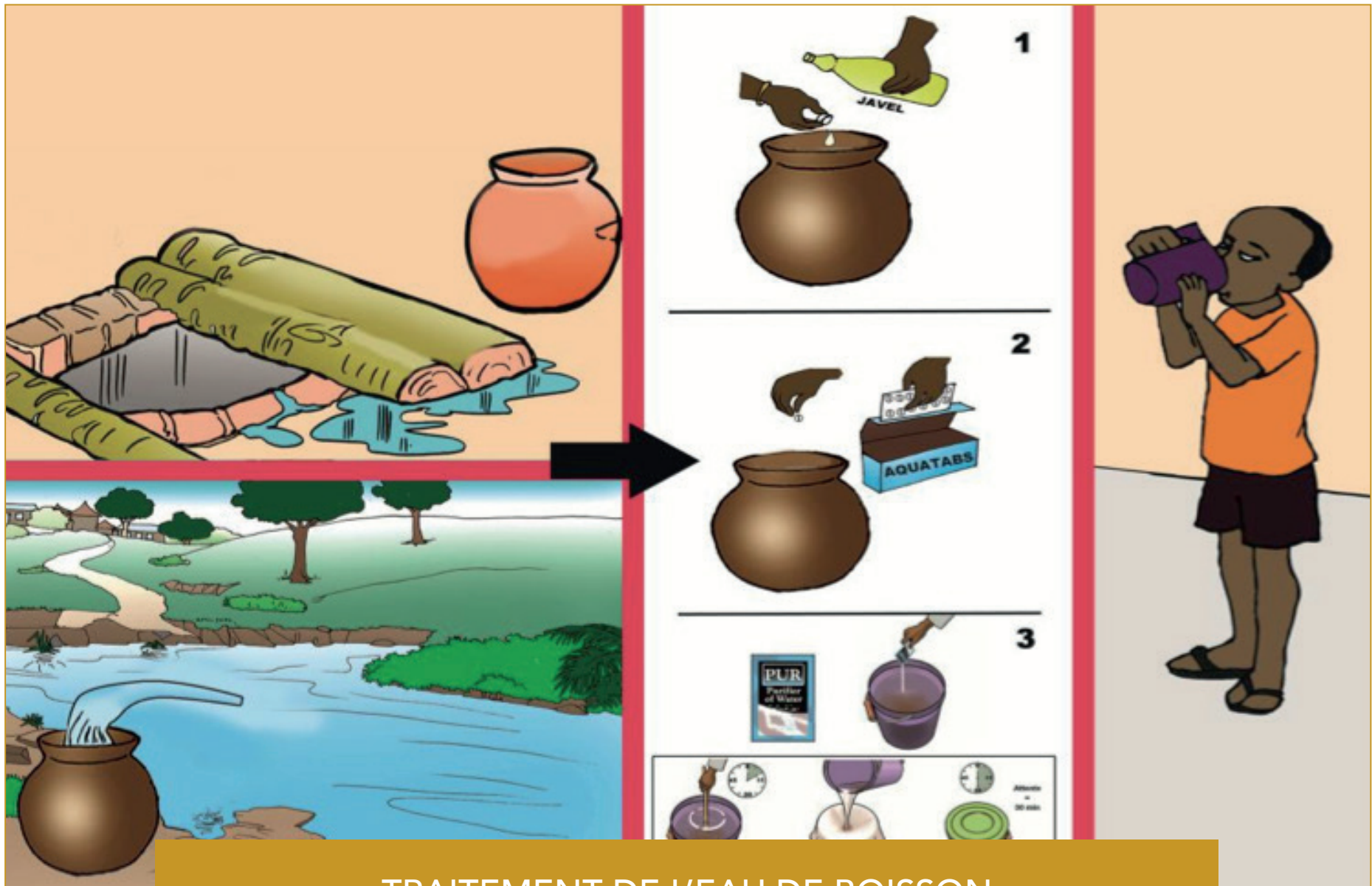






LA COLLECTE, LE TRANSPORT ET LE STOCKAGE DE L'EAU POTABLE





# TRAITEMENT DE L'EAU DE BOISSON

# Comment traiter et stocker l'eau potable

UTILISEZ CETTE CARTE AVEC TOUTES LES MÈRES D'ENFANTS DE MOINS DE CINQ ANS

## DEMANDER

- Qu'est ce qui se passe sur cette image?
- Est-ce-que votre famille traite l'eau avant de la boire?

- Comment stockez-vous l'eau de boisson dans votre famille?
- Comment les membres de la famille récupèrent-ils de l'eau à boire à partir du récipient?

## ECOUTER

- Traite toujours l'eau à boire
- Filtre l'eau à travers un linge
- Ne traite pas l'eau du tout

- La famille stocke l'eau dans un récipient propre, couvert, avec un col étroit.
- La famille ne stocke pas l'eau dans un récipient propre, et couvert
- La famille ne récupère pas l'eau avec un ustensile propre, et met les mains dans l'eau

## DISCUTTER ET RECOMMANDER

FELICITER : la mère pour ce qu'elle fait de bien.

DISCUTTER : boire de l'eau traitée est un moyen effectif d'éviter d'avaler des germes qui causent la diarrhée et autres maladies et de conserver la bonne santé de votre famille.

RECOMMANDER : essayer de bouillir, puis faire tiédir OU acheter des tablettes aquatabs ou de la solution en suivant les instructions sur le paquet avant de boire.

DISCUTER : expliquer que même l'eau qui est propre lorsqu'elle est apportée à la maison, elle peut être contaminée si elle n'est pas stockée dans un récipient propre, couvert avec fermeture. Même l'eau stockée qui est propre peut être contaminée si des mains sales ou une tasse sale la touche. Lorsqu'on la boit elle peut causer la diarrhée et autres maladies.

RECOMMANDER : stocker l'eau potable dans un récipient propre avec un couvercle. Utiliser un pot ou une louche à longue manche pour prendre l'eau dans un récipient, afin d'éviter que les mains touchent l'eau dans le récipient de stockage.

## ACCEPTER

DEMANDER : que pouvez-vous faire d'ici notre prochaine rencontre pour s'assurer que l'eau de boisson familiale est potable

AIDER la mère à choisir une ou deux petites actions. Par exemple :

- Bouillir toute l'eau avant de boire ;
- Traiter l'eau de boisson par chloration ;

PAFI :

- Stocker l'eau à boire dans un récipient propre avec fermeture ;
- Couvrir le récipient d'eau à boire avec un couvercle
- Essayer d'utiliser une tasse ou une louche pour récupérer de l'eau à boire
- Séparation des récipients selon leur utilisation.
- Lavage régulier des récipients de transport et de stockage ;
- Mettre les récipients de stockage en hauteur.





ELIMINATION DES MATIERES FECALES DE L'ENFANT,  
UTILISATION ET ENTRETIEN DES LATRINES

# Élimination sûre des matières fécales de l'enfant, l'entretien et l'utilisation des latrines

UTILISEZ CETTE CARTE AVEC TOUTES LES MÈRES D'ENFANTS DE MOINS DE CINQ ANS

## DEMANDER

- Qu'est ce qui se passe sur cette image?
- Qu'est ce qui se passe normalement quand un nouveau-né/enfant défèque dans votre famille?
- Pourquoi déféquer dans les latrines ?

## ECOUTER

Un jeune enfant sur le pot, un environ 7 ans qui défèque dans la latrine, une femme entrain de nettoyer la latrine.

L'enfant défèque dans un pot puis ce dernier est vidé dans une latrine.

Pour ne pas laisser les excréments à l'air libre, car les mouches se déposent sur les excréments et transportent des microbes sur les aliments. La consommation de ces aliments provoque certaines maladies diarrhéiques.

## DISCUTTER ET RECOMMANDER

FELICITER : la mère pour ce qu'elle fait de bien.

DISCUTER : les selles du nouveau-né/enfant ont plus de germes que celles des adultes et peuvent causer la diarrhée en restant par terre. L'élimination des matières fécales en toute sûreté prévient la maladie et maintient la bonne santé des familles.

RECOMMANDER: C'est mieux si le nouveau-né/enfant porte une couche (même si fait avec un vieux pagne) ou se sert d'un petit pot pour déféquer.

Peu importe où les jeunes enfants défèquent, leurs fèces devraient être mises dans une latrine ou enfouies dans le sol si l'environnement le permet (dans un trou et recouvert avec de la terre).

A l'intérieur, nettoyez les résidus de matières fécales du sol avec un chiffon mouillé qui est ensuite lavé avec du savon.

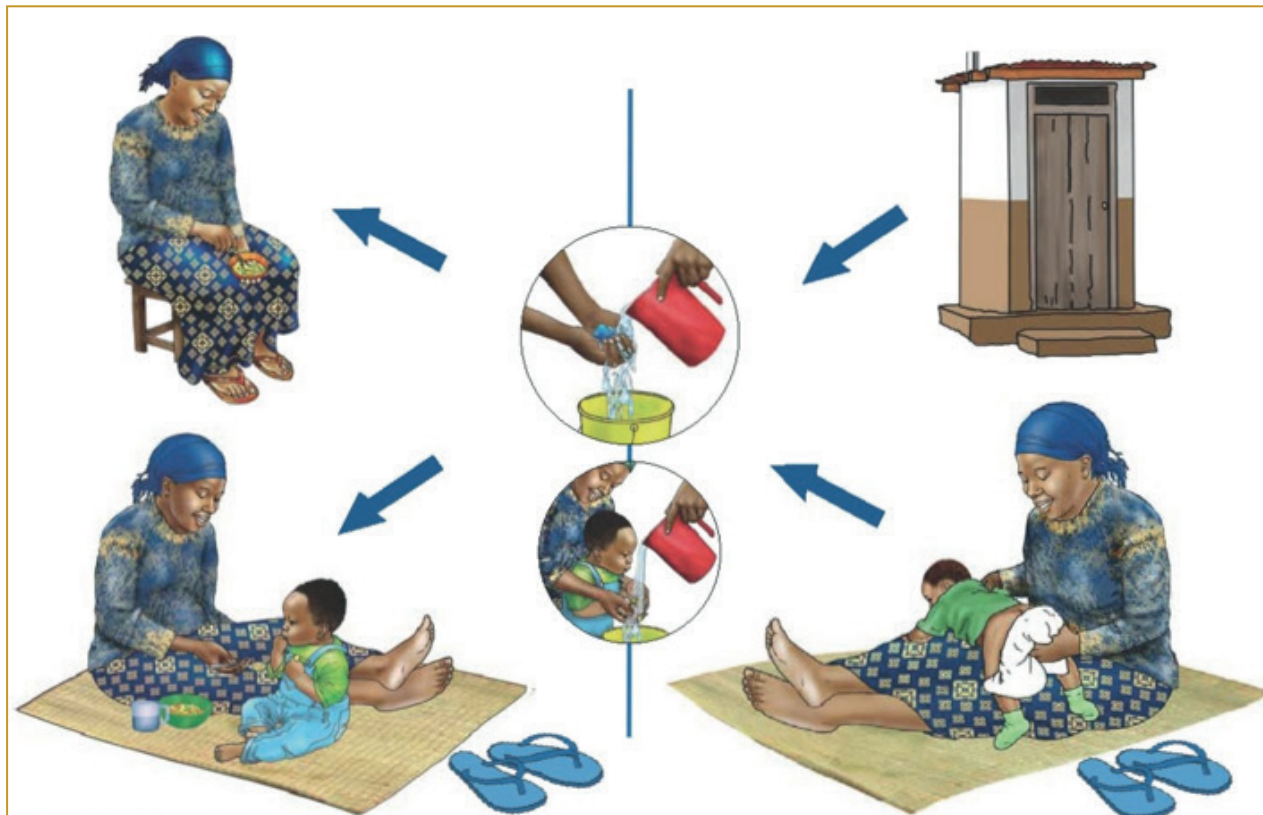
Refermons toujours nos latrines après utilisation et entretenons-les régulièrement pour éviter la contamination de nos aliments et eaux de boisson par les mouches.

## ACCEPTER

DEMANDER : que pouvez-vous faire d'ici à notre prochaine rencontre pour s'assurer que les matières fécales du nouveau-né/enfant soient éliminées de façon sanitaire et que les latrines soient bien entretenues. .

AIDER la mère à choisir une ou deux petites actions faisables. Par exemple :

- Utilisation des grandes feuilles sur lesquelles la cendre ou la poussière pourront être mises ;
- Utiliser les récipients localement disponible pour collecter les selles des enfants : les petits pots hygiéniques en plastique, des Canaris cassés ; Calebasse cassés ;
- Utiliser les vieux pagnes comme couches chez les enfants
- Laver les mains au savon après la toilette anale des enfants et le nettoyage des petits pots
- Utiliser une couche de sable ou de cendre dans les petits pots avant l'utilisation pour faciliter la vidange
- Accompagner et soutenir l'enfant afin de déféquer directement dans la latrine (plus de 5 ans)



## HOW TO WASH YOUR HANDS

Counselling Card

**1**

Wet your hands and lather them with soap (or ash).



**2**

Rub your hands together.



**3**

Rinse your hands with a stream of water.



**4**



Shake excess water off your hands and air dry them.

LES MOMENTS CRITIQUES POUR SE LAVER LES MAINS ET LA BONNE TECHNIQUE



# Les moments critiques pour se laver mains et la bonne technique

UTILISEZ CETTE CARTE AVEC TOUTES LES MÈRES ET LEUR FAMILLE QUI ONT DES ENFANTS EN BONNE SANTÉ POUR LEUR RAPPELER LES MESURES CRITIQUES PRÉVENTIVES DE SANTÉ

DEMANDER	ECOUTER	DISCUTTER ET RECOMMANDER	ACCEPTER
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Que voyez-vous sur cette photo?</li> <li>• Quand vous lavez-vous les mains?</li> <li>• Utilisez-vous du savon? Avez-vous du savon chez vous?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se lave les mains avec du savon.</li> <li>• Se lave les mains : avant le contact avec de la nourriture et après avoir utilisé les latrines</li> <li>• Se lave les mains de temps en temps/n'utilise pas de savon</li> </ul>	<p>LA FELICITER : pour ce qu'elle fait de bien.</p> <p>DISCUTER : la saleté ou la contamination de matières fécales animales ou humaines pouvant facilement rester sur vos mains et causer la diarrhée et autres maladies.</p> <p>RECOMMANDER</p> <p>Lavez vos mains chaque fois AVANT :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. De préparer la nourriture</li> <li>2. D'alimenter vos enfants</li> <li>3. De manger</li> </ol> <p>Lavez vos mains chaque fois APRES :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Que vous utilisez la latrine</li> <li>2. Que vous nettoyez les fesses de votre bébé</li> </ol> <p>Technique correcte de lavage des mains : utilisez du savon ou de la cendre. L'eau seule n'enlèvera pas toute la saleté.</p> <p>Mouillez vos mains avec de l'eau courante (de l'eau étant versée d'un pichet). Faites mousser vos mains avec du savon. Frottez vigoureusement les palmes, entre les doigts, sous les ongles, et les dos des mains. Rincez vos mains avec de l'eau courante. Secouez l'eau de vos mains et laissez les sécher à l'air pour éviter la recontamination.</p>	<p>DEMANDER que pouvez-vous faire d'ici la prochaine rencontre pour vous assurer que personne dans votre ménage tombe malade à cause de mains sales?</p> <p>AIDER la mère à choisir une ou deux petits actions faisables. Par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se laver les mains à chaque fois AVANT de préparer la nourriture, manger, ou alimenter les enfants.</li> <li>• Se laver les mains à chaque fois APRES que vous utilisez les latrines ou que vous nettoyez les fesses de votre bébé.</li> <li>• Utiliser du savon ou de la cendre</li> <li>• Se Rincer les mains sous l'eau courante</li> <li>• Concevoir un dispositif de lavage des mains selon le matériel disponible localement (Tippy Tap)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quand lavez-vous les mains de votre bébé ou votre enfant?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lave les mains de l'enfant avec du savon avant de manger</li> <li>• Les mains de l'enfant sont lavées, mais sans savon ou sont rarement lavées.</li> </ul>	<p>DISCUTER : les mains de vos enfants peuvent aussi être sales ou contaminées et leur donner la diarrhée.</p> <p>RECOMMANDER : enseigner aux enfants de se laver les mains avant de manger et après avoir déféqué. Leur enseigner d'utiliser du savon et de rincer leurs mains sous l'eau courante (l'eau étant versée d'un pichet).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laver les mains du bébé ou de l'enfant chaque fois avant de manger et après avoir déféqué.</li> <li>• Enseigner à l'enfant d'utiliser du savon, de se mouiller les mains sous de l'eau courante, faire mousser les mains et rincer avec de l'eau courante (tel que décrit ci-dessus).</li> </ul>

## COMMENT SE LAVES LES MAINS

CARTE DE CONSEIL :

1

Se mouiller les mains et les laver avec du savon (ou de la cendre)

2

Se frotter les mains

3

Se rincer les mains avec un filet d'eau

4

Secouer l'excès d'eau de vos mains et les sécher à l'air



ALLAITEMENT MATERNEL EXCLUSIF PENDANT LES 6  
PREMIERS MOIS 8

# Allaitement maternel exclusif pendant les 6 premiers mois

UTILISEZ CETTE CARTE AVEC TOUTES LES MÈRES DE BÉBÉS DE MOINS DE SIX MOIS

## DEMANDER

- Qu'est ce qui se passe sur cette image?
- Comment se passe l'allaitement?
- Avez-vous des problèmes?
- Pouvons-nous observer l'allaitement du bébé?

Combien de temps dure chaque tétée? Est-ce-que vous videz vos deux seins à chaque tétée?

Combien de fois pendant la journée et la nuit allaitez-vous?

## ECOUTER

Une femme assise est en train d'allaiter son enfant. Ensuite une vieille femme lui tend un pot. Elle le refuse.

La maman met le bébé dans une bonne position pour donner le sein. Certaines femmes ne savent pas bien positionner l'enfant pour téter. A observer.

Elle passe au moins 20 minutes à chaque tétée en utilisant les deux seins.

Certaines femmes n'utilisent pas les deux seins.

Allaite rapidement (en travaillant).

Allaite au moins 8-12 fois toutes les 24 heures

Allaite moins de 10 fois toutes les 24 heures.

## DISCUTTER ET RECOMMANDER

FELICITER : la mère de pouvoir si bien allaiter. Prenant le temps d'allaiter son bébé est le meilleur moyen d'assurer que son bébé restera en bonne santé le protégeant de la diarrhée et la pneumonie.

DISCUTER : des problèmes que la mère ou le bébé pourraient avoir.

RECOMMANDER :

pour éviter les mamelons douloureux le bébé doit prendre la partie sombre du mamelon, pas seulement la tétine dans sa bouche. Si la mère n'est pas confortable, montrez lui d'autres moyens de tenir le bébé pendant la tétée.

DISCUTTER : pour satisfaire l'enfant et produire plus de lait maternel, la mère devrait allaiter souvent. Un nouveau-né a besoin d'allaiter fréquemment de 8 à 12 fois en 24 heures.

A chaque tétée, la mère devrait allaiter d'un sein jusqu'à ce qu'il soit vide et ensuite de l'autre sein jusqu'à ce que ce sein soit vide, environ 20 minutes. Si un enfant pleure ce n'est pas un signe qu'il a besoin d'autres liquides ou nourriture, mais plutôt que la mère devrait prendre le temps de s'asseoir et d'allaiter.

RECOMMANDER : essayer de passer plus de temps à allaiter. Si le bébé ne pleure pas ou ne demande pas d'être nourri, offrez le lait maternel toutes les 2 à 3 heures.

## ACCEPTER

AIDER la mère à résoudre tous problèmes discutés

- Assurez-vous que le bébé utilise l'ensemble du mamelon
- Essayez une nouvelle position qui pourrait être plus confortable :
  - position bercer
  - position allongée sur le côté
  - position sous le bras

DEMANDER : que pouvez-vous faire d'ici à notre prochaine rencontre pour vous assurer que l'allaitement se passe bien.

AIDER la mère à choisir une ou deux petites actions. Par exemple:

- nourrir d'un sein jusqu'à temps qu'il soit vide et ensuite de l'autre sein jusqu'à temps qu'il soit vide.
- allaiter pendant au moins 20 minutes utilisant les deux seins
- passer plus de temps à allaiter
- allaiter au moins 8 fois par jour, y compris plusieurs fois la nuit





LA MÉTHODE DE L'ALLAITEMENT MATERNEL ET DE L'AMÉNORRHÉE (MAMA)

# La méthode de l'allaitement maternel et de l'aménorrhée (MAMA)

DEMANDER	ECOUTER	DISCUTTER ET RECOMMANDER	ACCEPTER
<p>Question pour la femme enceinte :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comptez-vous allaiter ?</li> <li>• Pouvons-nous discuter des avantages de l'allaitement ?</li> <li>• Avez-vous déjà entendu parler de l'allaitement exclusif et les avantages qu'il a sur l'espace-ment des naissances ?</li> <li>• Si oui, dites-moi ce que vous en savez ?</li> <li>• Que comptez-vous faire à la naissance du bébé ?</li> </ul>	<p>Si elle dit qu'elle va allaiter, dit-elle qu'elle va le faire des la naissance ?</p> <p>Combien de fois par jour envisage-t-elle le faire et comment ?</p> <p>Peut-elle citer des avantages ?</p> <p>FELICITER</p>	<p>Félicitez-la de vouloir allaiter</p> <p>Rappelez lui de :</p> <p>Démarrer la MAMA dès la naissance du bébé.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discuter des avantages de l'allaitement exclusif et la contraception :</li> <li>• Méthode sans risque, naturelle et sans effets secondaires</li> <li>• Ne nécessite aucun matériel ni aucune procédure</li> <li>• Bienfait pour la santé de la mère et du bébé</li> <li>• Peut s'utiliser immédiatement après l'accouchement</li> <li>• Renforce le lien entre la mère et l'enfant.</li> </ul>	<p>Demandez à la femme enceinte (a) ce qu'elle peut faire pour l'encourager à allaiter une fois que le bébé est né ; (2) ou/et de déjà penser à se protéger d'une grossesse ?</p> <p>Reponses possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parler avec une amie/voisine qui allaite/une qui allaite exclusivement</li> <li>• Visiter le centre de santé pour discuter de l'allaitement (exclusif) et des avantages de la MAMA comme méthode de contraception.</li> </ul>
<p>Questions pour la femme qui vient d'accoucher :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Est-ce que vous allaitez ?</li> <li>• Avez-vous déjà donné un liquide ou une autre boisson à votre nouveau-né ?</li> </ul>	<p>Qui sera là pour l'aider ?</p> <p>La-t-elle déjà fait ou est-ce que une première fois ?</p> <p>Sait-elle comment faire, comment placer l'enfant ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• allaiter aussi bien le jour que la nuit. "A la demande".</li> </ul> <p>Cependant, dans la journée, de ne pas laisser passer plus de 4 heures entre deux têtes.</p> <p>dans la nuit, de ne pas laisser passer plus de 6 heures entre deux tétés.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demander à la femme qui l'allait de donner le sein une fois de plus/12h</li> <li>• De ne pas donner même de l'eau au bébé</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avez-vous entendu parler de la MAMA ?</li> <li>• Si oui, dites-moi ce que vous en savez ?</li> <li>• Peut-on discuter des critères de la MAMA ?</li> </ul>	<p>Peut-elle citer un plusieurs des 3 critères de la MAMA ?</p> <p>FELICITER</p>	<p>Discuter des 3 critères de la MAMA.</p> <p>Et des alternatives si les 3 critères de la MAMA ne sont plus existants/suivis :</p> <p>REPONSE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le bébé est âgé de moins de 6 mois, ET</li> <li>• Le bébé est allaité de manière exclusive et est allaité à la demande de l'enfant (et au moins 12 fois/24), aussi bien le jour que la nuit, ET</li> <li>• Les règles ne sont pas réapparues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De trouver/discuter avec une voisine qui a suivi la MAMA.</li> <li>• Retourner au centre de santé pour recevoir des conseils et encouragements</li> <li>• Chercher d'autres femmes dans le même cas (soutien de paires) pour discuter des difficultés ou des choses qui facilitent</li> </ul>
		<p>Si elle exprime des craintes qu'elle soit s'éloigner de son enfant, discuter qu'elle peut pomper son lait dans un petit récipient nettoyé et fermé et qu'il se conserve 6-8 heures</p>	<p>Discuter comment pratiquement elle peut conserver du lait maternel le jour où elle doit s'abstenir.</p>

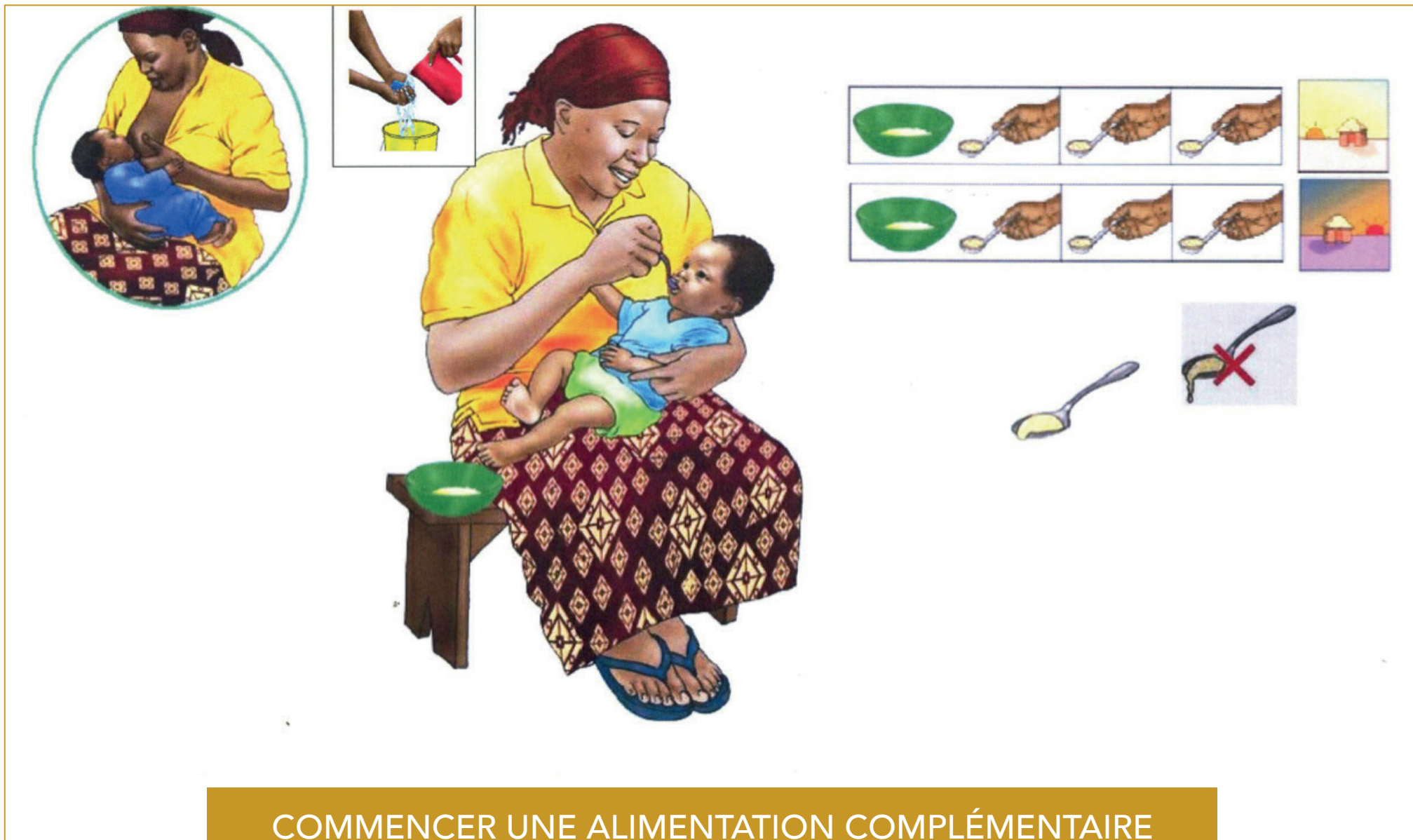


TRANSITION MÉTHODE DE L'ALLAITEMENT MATERNEL  
ET DE L'AMÉNORRHÉE (MAMA)



# Transition méthode de l'allaitement maternel et de l'aménorrhéé (MAMA)

DEMANDER	ECOUTER	DISCUTTER ET RECOMMANDER	ACCEPTER
<p>Pour la femme qui a adopté la MAMA et qui approche des 6 premiers mois de l'enfant :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pensez-vous à une méthode en particulier ?</li><li>• Si oui, comment allez-vous choisir ?</li><li>• Comment savez-vous que telle ou telle MCM vous convient ?</li></ul>	<p>Laisser parler l'autre Encouragez / Félicitez la quand s'est approprié</p>	<p>Démarrer une nouvelle méthode de contraception au bon moment, AVANT que les critères de la MAMA se soient plus remplis.</p> <p>Commencer à donner d'autres aliments à votre bébé lorsqu'il est âgé de 6 mois, mais continuez d'allaiter.</p>	<p>informez-vous sur les choix des autres MCMs en lisant sur les MCMs ; en discutant avec vos proches/amis ; en visitant un centre de santé ou vous pouvez recevoir les informations sur les MCMs ou plus particulièrement sur une MCM</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Pensez-vous à une méthode en particulier ?</li><li>• Si non ; vous pouvez choisir un MCM qui vous convient</li></ul>	<p>Ne l'interrompez pas quand elle vous parle des méthodes dont elle a entendu parler</p> <p>FELICITER</p> <p>Si elle vous parle d'effets négatifs de certains MCMs ou pire encore de rumeurs, ne la contredisez pas, écoutez.</p>	<p>Mentionner les différentes méthodes en se focalisant sur une dans le groupe qui est la plus appropriée pour son objectif</p> <p>Comparaison des méthodes (montrer affiche/dessins.)</p> <p>Invitez-la à rencontrer un agent de santé, "spécialisé" en planification familiale pour qu'elle soit orientée sur les avantages et limitations ou contre effets des différentes méthodes.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Visitez un centre de santé/PF ;</li><li>• Prenez avec vous les brochures sur la PF que vous trouvez dans le centre/online</li><li>• Invitez votre mari/partenaire à avoir une visite conseils avec un agent de santé/PF pour recevoir une orientation sur les différentes MCMs, et leurs conditions.</li></ul>



COMMENCER UNE ALIMENTATION COMPLÉMENTAIRE  
À 6 MOIS RÉVOLUS

# Commencer une alimentation complémentaire à 6 mois révolus

## DEMANDER COMMENT LE BÉBÉ SE PORTE

DEMANDER	ECOUTER	DISCUTTER ET RECOMMANDER	ACCEPTER
<ul style="list-style-type: none"> <li>Est-ce que vous allaitez ?</li> </ul> <p>Si oui, à quelle fréquence allaitez-vous ? Si non, posez des questions sur l'alimentation.</p>	<p>Allaite au moins 8 fois par jour</p> <p>La mère allaite moins de 8 fois par jour</p>	<p>Félicitations, vous allaitez votre bébé d'une bonne façon.</p> <p>Allaitez votre bébé plus souvent est important pour maintenir une bonne production de lait et votre bébé en bonne santé : Nourrissez votre bébé à l'aide des deux seins à chaque tétée ; Continuez à allaiter au moins 8 à 10 fois, jour et nuit ; Votre bébé sera plus satisfait.</p>	<p>DEMANDER: que pouvez-vous faire d'ici notre prochaine rencontre pour vous assurer que votre bébé reçoive le type d'alimentation dont il a besoin?</p> <p>AIDER la mère à choisir une ou deux petites actions. Par exemple</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Donnez-vous des aliments à votre bébé autre que le lait maternel ?</li> </ul>	<p>Elle donne des aliments mous</p> <p>N'a pas commencé la nourriture</p>	<p>Félicitations, vous nourrissez votre bébé d'une bonne façon. Parlons de la façon dont vous nourrissez votre bébé.</p> <p>Commencez à habituer à votre bébé de manger. A cet âge ils sont prêts et ont besoin d'autres aliments nutritifs en plus du lait maternel.</p>	<p>La mère peut allaiter son bébé 1 à 2 fois plus souvent chaque jour.</p> <p>La mère va essayer d'introduire progressivement des aliments mous.</p>

Voici les caractéristiques d'une bonne alimentation de l'enfant. Aidez la mère à penser à ces caractéristiques quand elle décrit comment elle nourrit son enfant : FADDUAH  
(F= fréquence; A = quantité; D = densité ou consistance des aliments; D = différents types d'aliments; U = utilisation; A = alimentation active; H = hygiène.

<ul style="list-style-type: none"> <li>Combien de fois donnez-vous de la nourriture (F)?</li> <li>Combien de nourriture donnez-vous à chaque fois (A)?</li> </ul>	<p>La mère donne la nourriture 2 fois par jour; 30 à 45 ml</p> <p>La mère alimente trop peu ou donne trop de nourriture.</p>	<p>Félicitations, vous nourrissez votre bébé d'une bonne façon.</p> <p>Les bébés à 6 mois n'ont pas besoin de beaucoup de nourriture parce qu'ils devraient encore boire beaucoup de lait maternel, mais ils ont besoin d'être introduits à des petites quantités d'aliments, jusqu'à ce qu'ils soient nourris 2 fois par jour, 30-45 ml à chaque fois.</p>	<p>La mère donnera des petites quantités de nourriture.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Quels aliments avez-vous donnés? Sont-ils liquides ou aliments mous? (D et D)</li> </ul>	<p>Donne de la bouillie et des fruits</p> <p>Donne une bouillie liquide</p>	<p>Félicitations, vous nourrissez votre bébé d'une bonne façon.</p> <p>Les bébés ont besoin de nourriture molle mais assez épaisse pour nourrir à la main.</p> <p>Des bouillies légères à base de farine et beaucoup d'eau n'aideront pas votre bébé à grandir et n'empêcheront pas la faim. Commencez avec une bouillie épaisse faite de grain et l'écraser ou l'assouplir avec une cuillère à soupe de légumes comme le potiron ou aux les légumes à feuilles vertes de la nourriture de famille. Donnez des fruits écrasés comme de la papaye ou de la banane.</p>	<p>La mère passe de la bouillie liquide à la bouillie plus épaisse mélangée avec de la nourriture familiale ou des fruits écrasés.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Décrivez comment vous nourrissez votre bébé et vos pratiques d'hygiène (U, A, H)</li> </ul>	<p>La mère alimente avec patience et se lave les mains avant de cuisiner et de manger</p> <p>La mère n'est pas patiente, et ne se lave pas les mains.</p>	<p>Félicitations, vous nourrissez votre bébé correctement et vous l'aidez à éviter des maladies.</p> <p>Soyez patiente lors de l'alimentation: le bébé a besoin de s'habituer à manger des aliments, s'ils crachent leur nourriture ils ne vomissent pas. Essayez à nouveau la nourriture. Regardez et parlez à votre bébé quand vous l'alimentez. - Laver les mains de la mère et du bébé avec de l'eau et du savon avant de manger évite une maladie comme la diarrhée. (voir la carte X pour plus de conseils sur le lavage des mains).</p>	<p>La mère se lavera les mains avant d'alimenter l'enfant.</p> <p>La mère utilisera de la patience lors de l'alimentation de l'enfant ou obtiendra de l'aide de la part d'un membre de la famille</p>



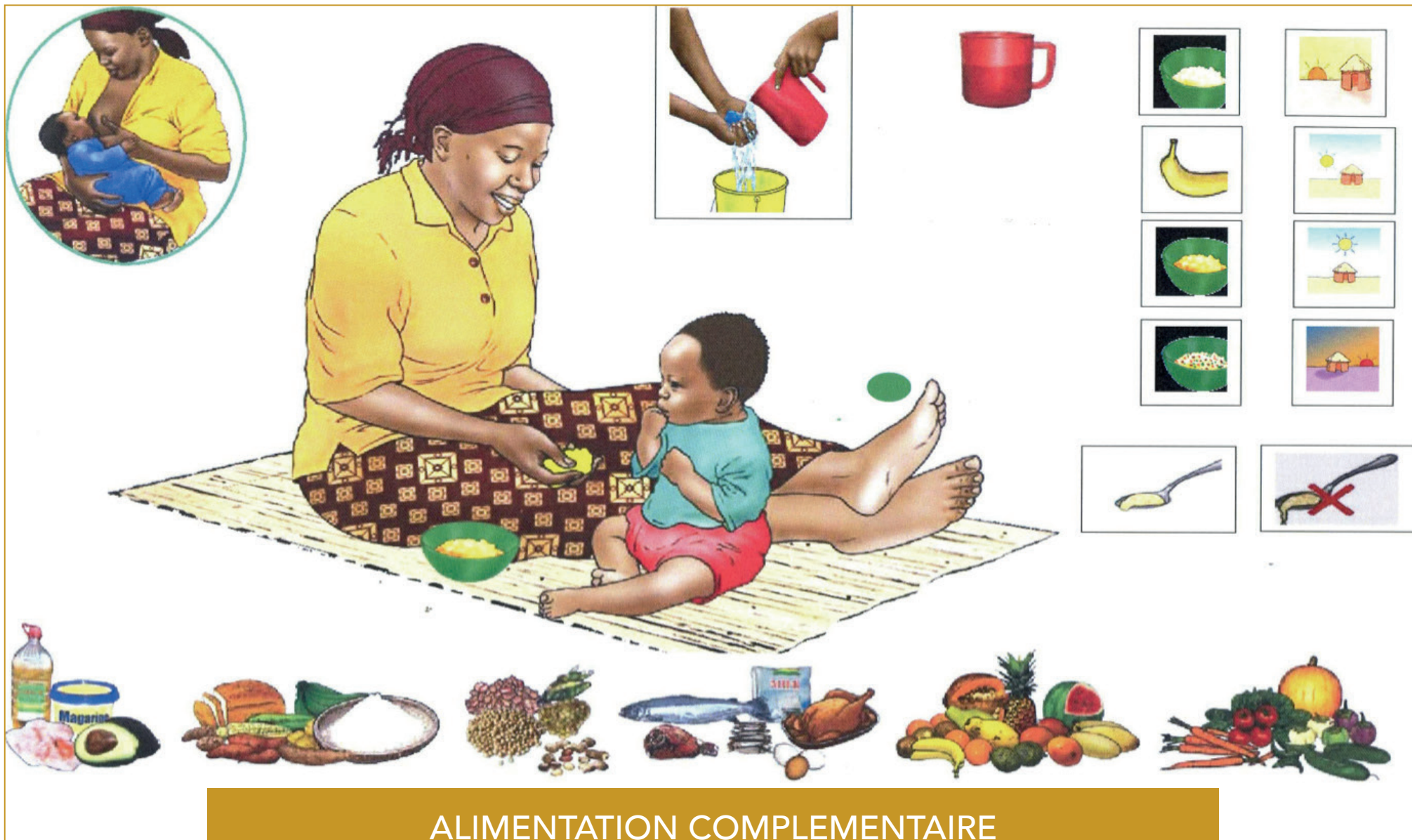


ALIMENTATION COMPLEMENTAIRE  
DE 7 À 9 MOIS

# Alimentation complémentaire de 7 à 9 mois

## DEMANDER COMMENT LE BÉBÉ SE PORTE

DEMANDER	ECOUTER	DISCUTTER ET RECOMMANDER	ACCEPTER
<ul style="list-style-type: none"> <li>Est-ce que vous allaitez?</li> </ul> <p>Si oui, à quelle fréquence allaitez-vous? Si non, posez des questions sur l'alimentation.</p>	<p>Allaite au moins 6 fois par jour.</p> <p>La mère allaite moins de 6 fois par jour</p>	<p>Félicitations, vous nourrissez votre bébé d'une bonne façon.</p> <p>Nourrissez votre bébé à l'aide des deux seins à chaque tétée : Continuez à allaiter au moins 8 à 10 fois, jour et nuit ; Nourrissez votre bébé à l'aide des deux seins à chaque tétée ; Continuez à allaiter au moins 6 fois, jour et nuit.</p>	<p>DEMANDER: que pouvez-vous faire d'ici notre prochaine rencontre pour vous assurer que votre bébé reçoive le type d'alimentation dont il a besoin?</p> <p>AIDEZ la mère à choisir une ou deux petites actions. Par exemple : Allaiter son bébé 1-2 fois de plus chaque</p>
<p>Voici les caractéristiques d'une bonne alimentation de l'enfant. Aidez la mère à penser à ces caractéristiques quand elle décrit comment elle nourrit son enfant : FADDAH (F= fréquence; A = quantité; D = densité ou consistance des aliments; D = différents types d'aliments; U = utilisation; A = alimentation active; H = hygiène.</p>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Combien de fois donnez-vous de la nourriture (F)?</li> <li>Combien de nourriture donnez-vous à chaque fois (A)?</li> <li>Quels aliments voyez-vous sur cette carte ?</li> </ul>	<p>La mère donne de la nourriture 3 fois par jour; 120 ml (voir la tasse)</p> <p>La mère alimente 2 fois ou moins et moins de 120ml</p>	<p>Félicitations, vous nourrissez votre bébé d'une bonne façon. Pendant cette période de les bébés ont besoin de commencer à manger les trois repas principaux et une demi-tasse à chaque fois, une quantité qui répond à leurs besoins pour grandir et se développer.</p> <p>Pendant cette période vous devez augmenter la fréquence de l'alimentation de 2 à 3 fois par jour, les trois repas principaux. A chaque repas le bébé devrait recevoir environ 120 ml de nourriture.</p> <p><b>REMARQUE: la tasse affichée sur la carte mesure 320ml.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Donner un repas supplémentaire;</li> <li>Ajouter environ 2 cuillerées à soupe d'aliments à chaque repas- pour atteindre 120 ml</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Quels aliments avez-vous nourris votre bébé?</li> <li>Décrivez la bouillie que vous faites?</li> <li>Mélangez- vous quelque chose avec (D et D)?</li> </ul>	<p>Donne une bouillie épaisse et une variété d'aliments</p>	<p>Félicitations. Vous nourrissez votre bébé d'une bonne façon. Ils ont besoin de bouillie épaisse et commencent à manger une variété de nourriture familiale de chaque groupe d'aliments affichés sur le devant de la carte.</p> <p>Des bouillies légères à base de farine n'aideront pas votre bébé à grandir et n'empêcheront pas la faim. Faites une bouillie épaisse à base de grain. Servez-la aussitôt après la cuisson mélangée avec d'autres aliments pour faire une bouillie</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passer de la bouillie liquide à la bouillie plus épaisse molle</li> <li>Mélanger la bouillie avec les aliments familiaux ou des fruits.</li> <li>Ajouter de la farine d'arachide aux aliments de bébé</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Décrivez comment vous nourrissez votre bébé et vos pratiques d'hygiène. (U, A, H)</li> </ul>	<p>Alimente patiemment, se lave les mains et utilise un bol séparé</p>	<p>Félicitations, vous alimentez votre bébé correctement et l'aider à se développer en bonne santé.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Laver les mains de la mère et du bébé avant de manger ;</li> <li>Etre patiente au repas ou demander l'aide d'un membre de la famille ;</li> <li>Utiliser un bol séparé pour l'enfant</li> </ul>
	<p>Pas patiente, ou ne se lave pas les mains, ou n'utilise pas un bol séparé</p>	<p>Soyez patiente : le bébé a besoin de temps et d'aide à finir ses aliments. S'ils crachent leurs aliments ils ne vomissent pas. Essayez l'aliment à nouveau. Séparez les aliments de l'enfant dans sa propre petite assiette ou bol afin que vous puissiez voir combien et quoi a été consommé. Laver les mains de la mère et du bébé avec de l'eau et du savon avant de manger évite la maladie comme la diarrhée. (voir la carte X pour plus de conseils sur le lavage des mains).</p>	



ALIMENTATION COMPLEMENTAIRE  
DE 9 À 12 MOIS



# Alimentation complémentaire de 9 à 12 mois

## DEMANDER COMMENT LE BÉBÉ SE PORTE

DEMANDER	ECOUTER	DISCUTTER ET RECOMMANDER	ACCEPTER
Est-ce-que vous allaitez? Si oui, à quelle fréquence allaitez-vous? Si non, posez des questions sur l'alimentation.	Allaite au moins 6 fois par jour  La mère allaite moins de 6 fois par jour	Félicitations, vous nourrissez votre bébé d'une bonne façon.  Nourrissez votre bébé à l'aide des deux seins à chaque tétée : <ul style="list-style-type: none"> <li>Nourrissez votre bébé à l'aide des deux seins à chaque tétée ;</li> <li>Continuez à allaiter au moins 6 fois, jour et nuit.</li> </ul>	DEMANDER: que pouvez-vous faire d'ici notre prochaine rencontre pour vous assurer que votre bébé reçoive le type d'alimentation dont il a besoin?  AIDEZ la mère à choisir une ou deux petites actions. Par exemple : - Allaiter son bébé 1-2 fois de plus chaque jour.

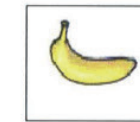
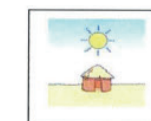
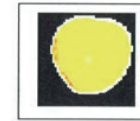
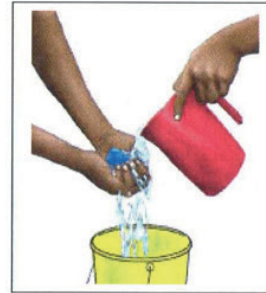
Voici les caractéristiques d'une bonne alimentation de l'enfant. Aidez la mère à penser à ces caractéristiques quand elle décrit comment elle nourrit son enfant : FADDUAH (F= fréquence; A = quantité; D = densité ou consistance des aliments; D = différents types d'aliments; U = utilisation; A = alimentation active; H = hygiène.

Combien de fois donnez-vous de la nourriture (F)?  Combien de nourriture donnez-vous à chaque fois (A)?  Quels aliments voyez-vous sur cette carte ?	La mère alimente 3 fois par jour ; 120 ml à chaque fois + 1 collation à 12 mois.  La mère alimente deux fois ou moins; pas de collation ; moins d'une ½ tasse	Félicitations, vous nourrissez votre bébé d'une bonne façon. Pendant cette période, les bébés ont besoin de trois repas plus une collation chaque jour. Donnez-leur au moins une demi-tasse à chaque fois--une quantité qui répond à leurs besoins pour grandir et se développer.  Pendant cette période la mère doit augmenter la fréquence de l'alimentation de 2 à 3 fois par jour et offrir une collation à partir de 12 mois pour répondre aux besoins de l'enfant qui grandit. A chaque repas le bébé devrait recevoir 120-150ml d'aliments.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Donner un repas supplémentaire chaque jour</li> <li>Ajouter environ 2 cuillérées à soupe d'aliments à chaque repas afin d'atteindre ½ tasse (120 ml)</li> </ul>
--	---	--	--

**REMARQUE : la tasse affichée sur la carte mesure 320ml. Les collations sont en plus, des aliments nutritifs entre les repas, ne remplaçant pas les repas.**

Quels aliments avez-vous nourris votre bébé?	Donne de la bouillie épaisse et une variété d'aliments	Félicitations vous nourrissez bien votre bébé. Les bébés ont besoin de bouillie épaisse et une variété d'aliments familiaux. Ils devraient manger des aliments de chaque groupe sur le devant de la carte y compris un œuf, de la poudre de poisson, des haricots, des pois et des légumes verts.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passer de la bouillie liquide à une bouillie plus épaisse et molle</li> <li>Mélanger la bouillie avec tous les aliments de la famille</li> <li>Donner une collation par jour</li> <li>Donner des collations nutritives.</li> </ul>
	Donne une bouillie liquide et ou seulement peu d'autres aliments  Donne des collations nutritives :	Des bouillies liquides à base de farine n'aideront pas votre bébé à grandir : Faites une bouillie épaisse à base de grain. Mélangez avec des légumes écrasés, des légumineuses écrasées en purée, un œuf ou autres produits locaux disponibles; Par exemple : écrasez 60 ml de bouillie épaisse avec 45 ml des légumes de la famille (pas seulement le bouillon) et un demi œuf ou une purée de haricots ou du poisson bien écrasé ; Donnez des collations telles que : papaye, banane, ou avocat. Ne donnez pas de bonbons, puffs et boissons gazeuses.	
Décrivez comment vous nourrissez votre bébé et vos pratiques d'hygiène. (U, A, H)	Alimente patiemment, se lave les mains et utilise un bol séparé	Félicitations, vous nourrissez bien votre bébé et l'aidez à grandir et à se développer d'une façon saine.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Laver les mains de la mère et du bébé avant de manger ;</li> <li>Etre patiente pendant le repas ou demander l'aide d'un membre de la famille</li> <li>Utiliser un bol séparé pour l'enfant</li> </ul>
	Pas patiente, ou ne se lave pas les mains, ou n'utilise pas un bol séparé	Soyez patiente : le bébé a besoin de temps et d'aide à finir ses aliments. S'ils crachent leurs aliments ils ne vomissent pas. Essayez l'aliment à nouveau ; Séparez les aliments de l'enfant dans sa propre petite assiette ou bol afin que vous puissiez voir combien et quoi a été consommé. ; Laver les mains de la mère et du bébé avec de l'eau et du savon avant de manger évite la maladie comme la diarrhée. (voir la carte X pour plus de conseils sur le lavage des mains).	





# ALIMENTATION COMPLEMENTAIRE DE 12 À 24 MOIS

# Alimentation complémentaire de 12 à 24 mois

## DEMANDER COMMENT LE BÉBÉ SE PORTE

DEMANDER	ECOUTER	DISCUTTER ET RECOMMANDER	ACCEPTER
Est-ce-que vous allaitez? Si oui, à quelle fréquence allaitez-vous? Si non, posez des questions sur l'alimentation.	Allaite au moins 5 fois par jour  La mère allaite moins de 5 fois par jour	Félicitations. Vous nourrissez votre bébé d'une bonne façon.  Il est très important d'allaiter votre bébé pour maintenir sa santé et ses forces. Les enfants en bas âge devraient être allaités au moins jusqu'à 24 mois ; Allaitez au moins 5 fois, jour et nuit pour maintenir la santé de votre enfant. Continuez d'allaiter jusqu'à ce que l'enfant ait au moins 24 mois.	DEMANDER: que pouvez-vous faire d'ici notre prochaine rencontre pour vous assurer que votre bébé reçoive le type d'alimentation dont il a besoin?  AIDEZ la mère à choisir une ou deux petites actions. Par exemple : Allaiter son bébé 1 -2 fois de plus chaque jour. Aliments de base (Bouillie, pate, cous-cous...); Fruits/ Légumes (bananes, mangue, papaye orange, melon.

Voici les caractéristiques d'une bonne alimentation de l'enfant. Aidez la mère à penser à ces caractéristiques quand elle décrit comment elle nourrit son enfant : FADUJAH  
(F= fréquence; A = quantité; D = densité ou consistance des aliments; D = différents types d'aliments; U = utilisation; A = alimentation active; H = hygiène.

Combien de fois donnez-vous de la nourriture (F)?  Combien de nourriture donnez-vous à chaque fois (A)?  Quels aliments voyez-vous sur cette carte ?	La mère offre les aliments 3 fois par jour; 150 ml + 2 collations  La mère offre la nourriture 2 fois ou moins; 1 ou moins de collation ; moins de 150 ml d'aliments par repas	Félicitations, vous nourrissez votre bébé d'une bonne façon. Pendant cette période, les bébés ont besoin de trois repas principaux plus une collation chaque jour. Donnez-leur au moins 150 ml à chaque fois, une quantité qui répond à leurs besoins pour grandir et se développer.  Pendant cette période donnez à l'enfant des aliments 3 fois par jour et offrez 2 collations. Les besoins alimentaires de l'enfant sont grands, mais leur estomac est petit alors ils ont besoin de manger plus souvent.- A chaque repas le jeune enfant devrait recevoir au moins 150-240 ml d'aliments.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Donner un repas supplémentaire chaque jour</li> <li>Ajouter 3-4 cuillerées à soupe de nourriture à chaque fois ou 150-240 ml d'aliments total.</li> </ul>
--	--	--	--

REMARQUE : la tasse affichée sur la carte mesure 320ml. les collations sont en plus, des aliments nutritifs entre les repas, non pas un remplacement pour le repas.

Quels aliments avez-vous nourris votre bébé?  Est-ce-que votre enfant reçoit toute la nourriture que la famille mange? (D et D)	Donne de la bouillie épaisse et une variété d'aliments  Donne à l'enfant des quantités limitées de nourriture— surtout de la bouillie.  Donne des collations non nutritives	Félicitations, vous nourrissez bien votre bébé. Les bébés ont besoin de bouillie épaisse et d'une variété de nourriture familiale. Ils devraient manger des aliments de chaque groupe affichés sur le devant de la carte y compris un œuf, du poisson, du poulet, des haricots, des pois, des légumes verts et des fruits.  Le jeune enfant devrait manger tous les aliments que la famille mange. Mélangez les aliments avec la bouillie y compris les aliments du groupe affiché sur la carte : légumes pilés, légumineuses en purée, œuf, poisson ou viande : même si ce n'est que 4 fois par semaine, et ajoutez de l'huile. Par exemple : faites une purée de 3 cuillerées à soupe de légumes de la famille (pas seulement le bouillon) avec 150 ml de bouillie épaisse, un demi œuf ou une purée d'haricots ou du poisson bien écrasé. Ajoutez une petite quantité d'huile. Donnez des collations : papaye, banane, avocat. Ne donnez pas de bonbons, puffs et thé sucré ou boissons gazeuses.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mélanger tous les aliments de la famille en bouillie ;</li> <li>Donner aliments d'origine animale pas utilisés avant, comme le poisson.</li> <li>Donner une collation par jour ;</li> <li>Donner des collations nutritives.</li> </ul>
Décrivez comment vous nourrissez votre bébé et vos pratiques d'hygiène (U, A, H).	Alimente patiemment, se lave les mains et utilise un bol séparé  Pas patiente, ou ne se lave pas les mains, ou n'utilise pas de bol séparé.	Félicitations, vous nourrissez votre enfant d'une façon correcte et vous l'aidez à se développer sainement.  Soyez patiente : asseyez-vous avec l'enfant et encouragez-le à manger ou à finir ses aliments. Séparez les aliments de l'enfant dans sa propre petite assiette ou bol afin que vous puissiez voir combien et quoi a été consommé. Laver les mains de la mère et du bébé avec de l'eau et du savon avant de manger évite la maladie comme la diarrhée. (voir la carte X pour plus de conseils sur le lavage des mains).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lavez les mains de la mère et du bébé avant de manger ;</li> <li>Etre patiente au repas ou demandez l'aide d'un membre de la famille ;</li> <li>Utiliser un bol séparé pour l'enfant</li> </ul>