

Kounye a mwen kabap

M ap grandi vit! Mwen gen ant 4 ak 6 mwa. Kounye a mwen ka kenbe tèt mwen dwat epi chita ak sipò, mwen petèt pare pou m eseye nouvo bagay.

CHITA AK YON TI ED



Pandan m ap pare pou eseye manje solid, mwen gen dwa kòmanse:

- Chita byen ak èd ou
- Woule
- Rale monte avèk men mwen pandan mwen kouche sou vant
- Mete bagay oswa jwèt nan bouch mwen
- Kenbe manje nan bouch mwen epi vale l

Mwen ka montre m enterese nan manje ki nan asyèt ou.

Kite m chita ak fanmi an pandan lè manje. Mwen renmen jwe ak bòl, kouto ak kiyè.

Mwen ka eseye sereyal pou tibebe ki fòtifye ak fè epi manje solid yo kraze si m mwen pare.

Ban mwen manje fason mwen pare pou m pran lan.

Prepare m pou manje solid:

- Si ou panse mwen pare, gade si mwen ka mete manje nan bouch mwen avèk men mwen oswa kiyè.
- Gade pou wè si mwen rekrache manje a. Si mwen pa ka kraze epi vale ankenn manje, mwen pa pare. Kite m eseye nan yon semèn.
- Mwen kapab eseye sereyal pou timoun piti nan yon bòl ak lèt manman, lèt bebe nan bwat, oswa dlo. Pa mete ankenn manje nan bibwon mwen, mwen ka trangle.
- M ap prepare m pou manje solid. Kite m jwe e fè dega. Pa enkyete w si plis manje tonbe atè pase sak rante nan bouch mwen. M ap aprann.
- Tann 2-4 jou pou banm manje yon lòt manje pou w ka gade si m fè alèji.
- Tann anvan w ofri mwen manje melanje jiskaske mwen eseye chak manje nan melanj lan.

WIC pa ofri m manje solid jiskaske mwen gen 6 mwa. Pale avèk founisè swen sante mwen an si ou panse mwen pare pou manje solid.

Ki kantite mwen ka manje chak jou:

Lèt manman lè m mande, 6 oswa plis fwa nan yon jounen. Lèt manman se tou sa mwen bezwen jiskaske mwen gen 6 mwa.

Si w ap banm mwen lèt bebe nan bwat, mwen dwe resevwa 6-8 ons 4-6 fwa nan yon jounen (26-39 ons total nan jounen an).

Apeti m ap ogmante ofiamezi m ap grandi. Mwen pare pou manje solid, kòmanse ak 1-2 gwo kiyè sereyal tibebe chak jou.