

---

Livres conseillés:

- Mère et enfant: l'alimentation durant la grossesse, l'allaitement et la première année de vie, M. Jaquet
- L'alimentation des enfants en âge préscolaire, M. Jaquet, J. Laimbacher, Société suisse de nutrition (SSN)  
Commande: [www.sge-ssn.ch/fr/shop](http://www.sge-ssn.ch/fr/shop) ou tél. 031 385 00 00

Liens:

- [www.bonappetitespetits.ch](http://www.bonappetitespetits.ch)
- [www.sge-ssn.ch/fr](http://www.sge-ssn.ch/fr)
- [www.swiss-paediatrics.org/fr/parents/accueil](http://www.swiss-paediatrics.org/fr/parents/accueil)
- [www.stillen.ch/fr](http://www.stillen.ch/fr)
- [www.stillfoerderung.ch](http://www.stillfoerderung.ch)

---

Notice 1.1

Nourrisson

---

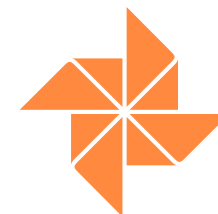


# Plan d'alimentation pour la première année

Centre de Puériculture  
Canton de Berne



Centre de Puériculture  
Canton de Berne



Le plan alimentaire est également valable pour les enfants présentant des risques d'allergies élevés. Eviter des aliments ou en retarder l'introduction ne protège pas des allergies – une alimentation variée au cours de la première année de vie peut même avoir un effet préventif.

## Introduction des aliments

