

Boire dans une tasse

Les aliments pour bébé préparés à la maison

Votre enfant peut manger les mêmes aliments que ceux normalement mangés par votre famille. Les aliments mous peuvent être écrasés, hachés, émincés ou réduits en purée. Ou essayez des aliments qui se prennent bien avec les doigts comme des petits morceaux de légumes cuits, des fruits à chair tendre sans la peau, des pâtes cuites ou du fromage râpé.

Une fois que votre enfant est capable de s'asseoir et de tenir sa tête droite, généralement vers l'âge de 6 mois, il est probablement prêt à commencer à apprendre à boire dans une tasse sans couvercle entre les allaitements au sein ou à la poitrine.

Choisissez une petite tasse adaptée aux mains et à la bouche de votre enfant. Commencez par lui donner un peu d'eau. Aidez-le à tenir la tasse et à la porter à sa bouche. Et préparez-vous à essuyer quelques éclaboussures.

Pourquoi ne pas utiliser de gobelets à bec?

Les gobelets à bec n'aident pas votre enfant à apprendre à boire au verre, car la valve qui prévient les dégâts le force à têter plutôt que boire à petites gorgées.

Pourquoi ne pas utiliser de biberon?

Si vous complétez son alimentation avec du lait maternel que vous avez tiré ou de la préparation pour nourrissons, votre enfant peut utiliser une petite tasse sans couvercle à la place d'un biberon. Les enfants peuvent utiliser un biberon jusqu'à l'âge de 12 mois. Après 12 mois, les biberons ne sont plus nécessaires. Utiliser un biberon pour boire d'autres liquides que de l'eau peut causer des caries (consultez [Les soins des dents de votre enfant](#)).



À ESSAYER

Si votre enfant a l'habitude de boire du lait au biberon, essayez de diminuer lentement la quantité de lait que vous y versez chaque fois. S'il veut boire davantage, offrez-lui une petite quantité d'eau dans un autre biberon. Utilisez une tasse sans couvercle aux repas et à la collation.

Passer du biberon à la tasse

Si votre enfant est habitué au biberon, commencez à faire la transition vers une tasse sans couvercle lorsqu'il aura environ 12 mois. Il pourrait ne plus utiliser de biberons à l'âge de 18 mois.

