



Publié sur *Le Club Nestlé Bébé* (<https://www.bebe.nestle.fr>)

[Accueil](#) > Éveil et alimentation

Partager ce thème
X



Eveil et Alimentation

À mesure que bébé grandit, ses besoins évoluent, et les questions se bousculent... Quels aliments ? Quelles quantités ? Quels menus pour nourrir bébé jour après jour ? Trouvez les réponses à vos questions en suivant le guide !

<https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation> [1]

[2] [3] [4]

Eveil et Alimentation

À mesure que bébé grandit, ses besoins évoluent, et les questions se bousculent... Quels aliments ? Quelles quantités ? Quels menus pour nourrir bébé jour après jour ? Trouvez les réponses à vos questions en suivant le guide !

- [5]
- [Imprimer](#) [1]
- [Partager](#)

S'occuper au mieux de bébé grâce aux outils Nestlé Bébé

Outils pour accompagner le développement de votre enfant.



[6]

Guide de l'alimentation de bébé [6]

Tous les jours, les besoins de votre bébé changent et évoluent ... Pas toujours facile de suivre ! Des menus, astuces et conseils réunis au sein d'un même outil pour correctement suivre ses progrès à chaque étape. Rassurez-vous, nous sommes là pour vous aider !

[Découvrir le guide de l'alimentation de bébé](#) [6]



[7]

Menu pour une semaine [7]

Découvrez nos suggestions de menus sur plusieurs semaines pour ne jamais être à court d'idées ! Quatre menus par jour, approuvés par un nutritionniste et conçus pour apporter à bébé tous les apports dont il a besoin pour bien grandir, semaine après semaine.

[Découvrir les menus](#) [7]



[8]

Courbe de croissance de votre bébé [8]

La première année, bébé multiplie son poids par 3 et sa taille augmente de 50 %, autant dire qu'il grandit à vue d'œil ! Pour suivre son évolution, il est recommandé de relever son poids et sa taille chaque mois durant ses 3 premières années. Suivez la croissance de votre bébé avec notre courbe de croissance !

[Découvrir l'outil](#) [8]



[9]

Test allergies [9]

Un test simple peut vous aider à déterminer le risque d'allergie chez votre bébé afin d'évaluer un éventuel risque d'allergie et de vous aider à prendre des mesures de prévention. Il ne saurait en aucun cas remplacer les conseils d'un professionnel de santé.

[Découvrir l'outil](#) [9]

Eveil et alimentation

À mesure que bébé grandit, ses besoins évoluent, et les questions se bousculent... Quels aliments ? Quelles quantités ? Quels menus pour nourrir bébé jour après jour ? Trouvez les réponses à vos questions en suivant le guide

[10]

Bébé est encore trop petit... [10]

Nestlé suit les recommandations de l'OMS et, dans ce cadre, s'interdit toute communication sur les laits pour nourrissons, de la naissance jusqu'aux six mois de votre bébé.

Ainsi, certains contenus ne vous seront pas accessibles si l'âge de bébé est inférieur à six mois

[Lire l'article](#) [10]



[11]

Diversification alimentaire : l'introduction des morceaux [11]

Pour les bébés impatients de découvrir les saveurs, la diversification alimentaire peut débuter dès 4 mois en douceur : c'est un premier contact avec une autre texture que le lait habituel de votre bébé. Plus tard, la grande étape de l'alimentation solide de bébé sera l'introduction des morceaux : un passage parfois délicat.

[Lire l'article](#) [11]

[12]

Fer et vitamine C [12]

Votre bébé est fragile, c'est pour cela qu'il faut l'aider au maximum.

Le fer et la vitamine C sont là pour protéger Bébé contre les infections.

Le fer contribue à la résistance tandis que la vitamine C est un bon complément pour protéger le nourrisson!

[Lire l'article](#) [12]



[13]

Le calendrier de la diversification alimentaire de bébé [13]

Avec l'introduction progressive de nourriture « solide » dans l'alimentation de bébé, un monde de saveurs et de textures inédites va s'ouvrir devant lui.

L'affirmation de bébé passe par son alimentation. Comment faire de cette étape particulière une réussite ?

[Lire l'article](#) [13]

[14]

Tout savoir sur l'histoire du biberon [14]

Retour sur une invention qui ne s'est pas faite en un jour et qui se perfectionne toujours pour le plus grand confort des bébés.

Vous vous êtes sans doute déjà dit: « je ne sais pas qui a inventé le biberon mais tout cas merci à lui ». Voici sa petite histoire que vous pourrez raconter à bébé pendant son repas.

[Lire l'article](#) [14]



[15]

Le sevrage de bébé, une étape importante après l'allaitement [15]

Après six mois d'allaitement au lait maternel, le moment du sevrage de bébé arrive. Arrêter l'allaitement est un moment parfois difficile pour le bébé et sa maman.

Ce nouveau départ dans votre relation mérite d'être abordé petit à petit afin sevrer bébé en toute sérénité.

Découvrez nos conseils !

[Lire l'article](#) [15]

[16]

Les bienfaits de l'allaitement maternel pour bébé [16]

Découvrez les bienfaits et les avantages de l'allaitement maternel. Le lait maternel est l'aliment essentiel du nourrisson.

Nourrir son bébé au sein demande de la disponibilité de la part de la maman, mais cet investissement lui sera doublement bénéfique puisqu'il est profitable à sa santé et à son moral. Sans oublier la praticité de ce mode d'alimentation : toujours disponible, à la bonne température et gratuit !

[Lire l'article](#) [16]



[17]

Le lait maternel : un surdoué de la nutrition [17]

Le lait maternel s'adapte en temps réel à l'évolution de bébé, change de couleur et de consistance. Le premier lait maternel est appelé colostrum.

En faisant le choix de l'allaitement maternel, la maman propose le lait répondant le mieux aux besoins intenses de bébé pour son développement

[Lire l'article](#) [17]

[18]

Quelques conseils en cas d'allaitement difficile ou douloureux ^[18]

L'allaitement maternel est une expérience unique entre une mère et son bébé pourtant il arrive que quelques petits tracas surviennent. Tétons douloureux, montée de lait douloureuse, crevasses aux mamelons...

Voici quelques conseils.

[Lire l'article](#) ^[18]



[19]

Avoir de beaux seins pendant et après l'allaitement [19]

Certaines vieilles croyances laissent penser aux femmes que l'allaitement abîme les seins. Or, il n'en est rien. Ceci est un mythe. Malgré tout, il est important de prendre soin de sa poitrine pour la préserver.

Il suffit de bien maintenir la poitrine avec un soutien-gorge adapté et surtout à la bonne taille !

[Lire l'article](#) [19]



[20]

Allaitement maternel : n'ayez pas peur du manque de lait [20]

L'une des craintes les plus fréquentes des jeunes mamans désireuses d'allaiter leur nouveau-né est le manque de lait maternel ou l'absence de montées de lait.

Les tétées sont des moments privilégiés avec votre bébé et vous en profitez. Néanmoins, le volume de lait ingurgité par votre bébé étant difficilement quantifiable, vous vous demandez parfois si vous avez assez de lait ou s'il est assez riche

Voici quelques astuces et secrets pour garder confiance en vous.

[Lire article](#) [20]



[21]

Alimentation et allaitement : que manger pour un bébé en pleine santé ^[21]

Alimentation et allaitement : repérer les aliments à privilégier ou à éviter. Pendant que vous allaitez, comme c'était le cas pendant votre grossesse, vous contribuez à l'éveil aux goûts de votre bébé. Il est donc très important de conserver une alimentation variée et équilibrée. Concernant l'alcool et le tabac, c'est zéro durant l'allaitement!

[Lire l'article](#) ^[21] _[21]



[22]

Introduire le biberon dans l'allaitement maternel [22]

Peut-on nourrir Bébé au lait maternel sans donner le sein ?

Votre bébé est prématuré et donc trop faible pour téter, votre partenaire souhaite donner le repas de bébé, ou bien vous allez bientôt reprendre le travail, ou encore vous devez faire garder votre nourrisson le temps d'une sortie...

Découvrez quelques informations et conseils pour bien tirer votre lait et continuer à donner votre lait à bébé

[Lire l'article](#) [22]



[23]

Trouver la bonne position d'allaitement [23]

"Tu verras, ça se fait naturellement !". Pas si simple dans la réalité de mettre correctement mon bébé au sein.

Trouver une bonne position d'allaitement améliorera la qualité de la succion, donc la production de lait. Quelles sont les astuces pour profiter au maximum de ce moment privilégié ?

[Lire l'article](#) [23]



[24]

Nestlé suit les recommandations de l'OMS [24]

Nestlé s'interdit toute communication sur les laits pour nourrissons, de la naissance jusqu'aux six mois de votre bébé. Ainsi, certains contenus ne vous seront pas accessibles si l'âge de bébé est inférieur à six mois ou si vous n'avez pas précisé son âge.

[Lire l'article](#) [24]



[25]

Fin de congé maternité : comment concilier allaitement maternel et reprise du travail ? [25]

Votre congé maternité touche à sa fin et vous souhaitez continuer à allaiter votre bébé. Travailler et poursuivre l'allaitement n'est pas de tout repos mais c'est possible ! Cela en vaut la peine pour lui comme pour vous. Et prolonge la relation intime entre le bébé et sa maman, une fois que celle-ci redevient une femme active. Voici quelques conseils pour vous organiser.

[Lire l'article](#) [25]

L'alimentation de bébé

Découvrez tous nos articles pour s'occuper au mieux de votre bébé et surveiller son alimentation.



[26]

Comment prévenir le surpoids du bébé et de l'enfant ? ^[26]

Découvrez les principales causes du surpoids et de l'obésité chez l'enfant, quelles précautions prendre pour prévenir l'excès de poids de bébé ?

La courbe de croissance d'un nourrisson est fulgurante durant sa première année, puis ralentit avec l'apprentissage de la marche. Un bébé tout en rondeur perdra en corpulence jusqu'à ses 6 ou 7 ans, période d'un nouveau « rebond » au cours de laquelle la prise de poids sera ponctuellement plus importante que l'augmentation de la taille.

^[26] [Lire l'article](#) ^[26]



^[27]

Rythme repas de bébé : Comment passer bébé à 4 repas par jour ? ^[27]

Découvrez le rythme des 4 repas par jour à instaurer dès 8 mois pour le bon équilibre alimentaire de votre bébé.

Au moment de la diversification alimentaire, vers six mois, le nourrisson, curieux de tout, se

dépense sans compter et a besoin d'énergie ! Il est important pour son développement et son éveil de passer à 4 repas par jour : petit-déjeuner, déjeuner, goûter et dîner.

[Lire l'article](#) [27]



[28]

Les signes de faim et de satiété [28]

Comment savoir si bébé a faim ?

Vers 6-7 mois, le répertoire alimentaire de votre bébé s'est élargi et inclut désormais davantage de céréales et d'aliments pour nourrisson. L'excitation qu'il montre au moment de ses repas peut en faire une expérience drôle et joyeuse pour tous. Profitez-en.

[Lire l'article](#) [28]



[29]

Repas sur mesure pour bébé : plutôt faits maison ou déjà prêts ? [29]

Entre le repas pour bébé fait maison ou le petit pot, les parents sont un peu perdus. Que choisir pour les menus de bébé ?

Chaque mode d'alimentation a ses avantages. L'important est de se faciliter la vie et de satisfaire les papilles de votre petit gourmet !

Quelques conseils pour vous organiser et accompagner la diversification de votre bébé

[Lire l'article](#) [29]



[30]

Introduire les morceaux dans l'alimentation de bébé [30]

À la naissance, le nouveau-né se nourrit exclusivement de lait (idéalement maternel). Toute autre alimentation, plus épaisse ou solide, est naturellement rejetée.

À quel âge bébé mange des morceaux ? C'est petit à petit que bébé pourra découvrir de nouvelles textures mais aussi des saveurs insoupçonnées.

[Lire l'article](#) [30]



[31]

Vitamines et oligo-éléments indispensables à l'alimentation de bébé [31]

Le repas de bébé est parfois source de stress pour les parents quand bébé refuse de manger sa purée de légumes ou sa compote de fruits. Comment s'assurer que l'alimentation du bébé contient toutes les vitamines et oligo-éléments nécessaires à sa croissance ?

[Lire article](#) [31]



Quelles céréales infantiles dans le repas de bébé ? [32]

Quels sont les bénéfices des céréales infantiles pour bébé ? Quelle quantité de céréales mettre dans son repas ? Les céréales infantiles, vous en avez certainement déjà entendu parler mais à quoi servent ces céréales pour bébé ? Sont-elles indispensables à l'alimentation du jeune enfant ?

Ont-elles le pouvoir de faire passer de belles et longues nuits aux nourrissons affamés. Un peu de céréales infantiles dans le biberon du soir et bébé fera ses nuits ? Pas sûr, si la cause du réveil est autre que la faim.

Retrouvez les réponses à vos questions dans notre article [32]



[33]

Une alimentation adaptée à bébé selon son âge [33]

Il est important de faire évoluer l'alimentation de bébé selon son âge. Suivez les conseils de Nestlé Bébé pour que bébé grandisse au mieux.

Nourrir un nouveau-né après six mois exclusivement avec du lait de suite, c'est plutôt simple, même si les jeunes parents arrivent déjà à s'inquiéter que leur bébé boive trop ou pas assez de lait. Quand la grande étape de la diversification alimentaire arrive, les choses se corsent.

[Lire l'article](#) ^[33]

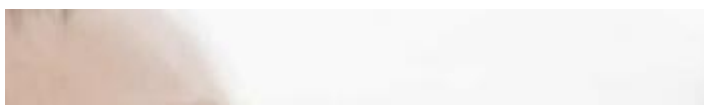


^[34]

Bébé refuse de manger, comment faire manger bébé? ^[34]

Bébé refuse le biberon ou la cuillère ? Aucun parent n'échappe à cette scène. Ce tout-petit bout-de-choux change de comportement, ses yeux virent au noir, et surtout, sa bouche reste désespérément fermée ! Impossible de le faire manger...

[Conseils quand votre bébé ne veut pas manger](#) ^[34]



[35]

Diversification alimentaire ou quand votre bébé découvre la cuillère ^[35]

Votre bébé aura bientôt 4 mois et vous pensez qu'il est temps de lui faire découvrir de nouvelles saveurs et des textures inédites. Demandez conseil à votre médecin et découvrez sans plus attendre comment réussir l'introduction progressive de la nourriture solide dans l'alimentation de votre bébé.

[Lire l'article](#) ^[35]



[36]

A quel âge bébé mange seul ? ^[36]

Votre bébé apprend à manger seul ? Une nouvelle aventure commence ! Les parents sont ravis quand leur bébé atteint l'âge de manger à table avec les grands. Se retrouver ensemble pour le repas est une étape dans la constitution de la vie familiale, avec ses bonheurs et ses petits désagréments !

[Lire l'article](#) ^[36]

La santé de bébé

Allergies, intolérances, aliments à éviter ... La santé de bébé passe aussi par son alimentation.



[37]

Comprendre et prévenir les allergies alimentaires de bébé

[37]

De plus en plus de bébés sont intolérants ou allergiques à un aliment: au gluten, aux œufs... Apprenez à identifier les symptômes de l'allergie alimentaire de bébé.

Les causes peuvent être multiples et dès que l'organisme rencontre une substance qu'il ne "reconnait" pas ou plus, il se défend pour éliminer l'intrus. Quand les symptômes de l'allergie sont nombreux, il vaut mieux bannir l'ingrédient de l'assiette de votre bébé.

[Lire l'article](#) [37]

[38]

Lait de vache : allergie et intolérance [38]

Après avoir pris son laitage, bébé devrait être repu et détendu. Pourtant, il arrive qu'il ne se sente pas très bien. Une allergie au lait de vache peut alors être suspectée. Quelles sont les solutions pour y faire face ?

Les bébés nourris au lait maternel peuvent en souffrir puisque une partie des protéines de lait de vache ingérées par la mère passe dans son lait.

[Lire l'article](#) [38] [38]



[39]

L'allergie aux fruits à coques, comment la prendre en charge ? [39]

Les allergies aux fruits à coques, encore appelés « fruits secs oléagineux », également désignée sous le terme "allergies au groupe noix", sont fréquentes et concernent quelque 1 % de la population.

Comment prendre en charge l'allergie aux fruits à coque chez bébé ?

[Lire l'article](#) [39]

[40]

Comment détecter l'intolérance au lactose chez bébé ? [40]

L'intolérance au lactose est fréquente chez l'adulte. Dans le monde, on estime que 70 % des adultes digèrent mal le lactose. En France, les différentes études évaluent cette proportion entre 10 et 50 %.

L'explication est simple : lorsque se termine la période de l'allaitement, l'être humain élabore des quantités décroissantes de lactase, l'enzyme nécessaire à la digestion du lactose du lait.
M

[Lire l'article](#) [40]



[41]

L'introduction de fruits dans l'alimentation de bébé : une étape essentielle [41]

L'introduction des fruits dans l'alimentation de bébé est importante et doit se préparer dans les meilleures conditions.

Pas facile de savoir comment et sous quelle forme introduire les fruits dans le régime de son bébé. Est-ce le bon moment ? Va-t-il les aimer ? Va-t-il les supporter ? Cela peut-il provoquer une allergie ?

[Lire l'article](#) ^[41]

Sport après grossesse, ce qu'il faut savoir

Bébé est là ? Toutes nos félicitations ! Bien que vos journées soient intenses, vous souhaitez peut-être reprendre un sport après l'accouchement ou une activité physique pour retrouver la forme ou votre ligne. Mais quand reprendre le sport après un accouchement tout en s'occupant de bébé au quotidien ? Quel sport choisir après votre grossesse après une césarienne, une épisiotomie ? Voici quelques idées et conseils pour une reprise en douceur.



^[42]

Piscine après accouchement : Que faire comme activité physique ? ^[42]

Lors de votre grossesse, votre corps a pu changer pour accueillir bébé. Votre squelette, la tonicité de votre peau, quelques petits kilos... Vous avez sans doute envie de vous (re)mettre au sport pour retrouver votre énergie voire, prendre tout simplement du temps pour vous et pour vous relaxer.

Et pour cela rien de mieux que de faire une activité physique ou sportive en douceur et à votre rythme, comme la natation, l'aquagym ou l'aquabiking. Adaptées aux jeunes mamans, elles permettent de faire travailler l'ensemble de votre corps à votre rythme !

Alors, **quand aller à la piscine après un accouchement** ? Quel exercice de natation choisir ? Voici quelques conseils avant de vous jeter à l'eau !



[43]

Peut-on faire du vélo après la grossesse ? [43]

Bébé est là et vous souhaitez vous (re)mettre au **sport après l'accouchement** pour être en forme ? Vous adorez le vélo mais, cela reste entre nous, vous avez une petite appréhension à l'idée de vous remettre en selle ? Nous comprenons ! Voici quelques conseils pour savoir quand et comment faire du **vélo après la grossesse**.



Quel sport après accouchement ? 10 atouts du yoga post-natal pour prendre soin de soi ^[44]

Namasté Bébé.
Namasté Maman.

Vous désirez vous (re)mettre au **sport après l'accouchement** et vous recherchez une activité pour prendre soin de vous, vous détendre et vous aidez à tonifier votre corps ? Le yoga post natal est une activité physique douce que vous pourrez pratiquer après la sortie de la maternité et que vous pourrez aussi pratiquer avec bébé.

URL source: <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation>

Liens

- [1] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation>
- [2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation&media=https://www.bebe.nestle.fr/sites/g/files/sxd671/f/styles/thumbnail/public/bo-illu.png&description=Eveil et Alimentation>
- [3] <https://twitter.com/share?text=Eveil%20et%20Alimentation&url=https%3A//www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation>
- [4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation>
- [5] <https://www.bebe.nestle.fr/printpdf/9616>
- [6] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/eveil-et-alimentation>
- [7] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/menu-pour-une-semaine>
- [8] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/courbes-de-croissance-poids>
- [9] <https://www.bebe.nestle.fr/outils/test-allergies>
- [10] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/bebe-est-encore-trop-petit>
- [11] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/diversification-alimentaire-lintroduction-des-morceaux>
- [12] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/fer-vitaminec>
- [13] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/les-etapes-cles-de-la-diversification-alimentaire>
- [14] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/mais-qui-a-invente-le-biberon>
- [15] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/le-sevrage-de-bebe-une-etape-importante>
- [16] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/les-avantages-du-lait-maternel>
- [17] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/le-lait-maternel-un-surdoue-de-la-nutrition>
- [18] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/conseils-pour-les-petits-et-gros-tracas-de-l-allaitement>
- [19] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/avoir-de-beaux-seins-pendant-et-apres-l-allaitement>
- [20] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/allaitement-la-peur-du-manque-de-lait>
- [21] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/l-alimentation-pendant-l-allaitement-de-bebe>
- [22] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/introduire-le-biberon-dans-lallaitement-maternel>
- [23] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/les-bonnes-positions>
- [24] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/les-recommandations-de-loms>
- [25] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/allaitement-et-travail>

- [26] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/prevenir-le-surpoids-de-l-enfant>
- [27] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/passer-bebe-a-quatre-repas-par-jour>
- [28] <https://www.bebe.nestle.fr/e-learning/les-signes-de-faim-et-de-satiete-du-bebe>
- [29] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/les-meilleurs-repas-pour-bebe>
- [30] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/introduire-les-morceaux-dans-l'alimentation-de-bebe>
- [31] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/vitamines-et-oligo-elements-necessaires-pour-bien-grandir>
- [32] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/des-cereales-dans-le-repas-de-bebe>
- [33] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/une-alimentation-adaptee-a-bebe-selon-son-age>
- [34] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/bebe-refuse-de-manger>
- [35] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/la-diversification>
- [36] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/les-repas-du-bebe-qui-mange-seul>
- [37] <https://www.bebe.nestle.fr/nos-marques/ptits-fruits/comprendre-et-prevenir-les-allergies-alimentaires-de-bebe>
- [38] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/lait-de-vache-allergie-et-intolerance>
- [39] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/allergie-aux-fruits-coques-comment-la-prendre-en-charge>
- [40] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/comment-detecter-lintolerance-au-lactose-chez-bebe>
- [41] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/lintroduction-de-fruits-dans-l'alimentation-de-bebe-une-etape-essentielle>
- [42] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/sport-apres-accouchement/piscine-apres-accouchement>
- [43] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/sport-apres-accouchement/velo-apres-grossesse>
- [44] <https://www.bebe.nestle.fr/alimentation-bebe/eveil-et-alimentation/sport-apres-accouchement/yoga-postnatal>