

## PRÉPARATION AUX SITUATIONS D'URGENCE POUR L'ALIMENTATION SÉCURITAIRE DES NOURRISSONS

Les phénomènes météorologiques extrêmes au Nouveau-Brunswick, tels que les inondations et les fréquentes pannes d'électricité, obligent les familles à se préparer afin de nourrir leurs enfants en toute sécurité pendant ces périodes. Les informations suivantes vous aideront à vous préparer en cas d'urgence afin que vous puissiez adopter des pratiques d'alimentation sûres pour votre bébé.

### Allaitement :

Durant les situations d'urgence, l'allaitement constitue la façon la plus sécuritaire de nourrir les nourrissons et les jeunes enfants. Si vous allaitez, continuez de le faire.

### Préparation commerciale pour nourrir votre bébé :

Consultez le livret *Comment nourrir votre bébé avec des préparations commerciales pour nourrissons* sur la page Alimentation et nutrition des nourrissons et des jeunes enfants du GNB. Il fournit des informations sur une alimentation sécuritaire avec des préparations pour nourrissons.

### Planifier à l'avance pour les urgences :

- Vous devez planifier en cas d'urgence. Élaborez un plan pour nourrir votre bébé de façon sécuritaire. Préparez une trousse d'urgence comprenant :
  - ✓ Un approvisionnement pour au moins 72 heures en préparation pour nourrissons prête à servir. Il est préférable d'avoir des petits contenants sous la main, car les grands contenants doivent être réfrigérés après ouverture. Vérifiez la date d'expiration des préparations pour nourrissons avant de les utiliser ; vérifiez-les tous les mois, si la trousse n'est pas utilisée
  - ✓ Un ouvre-boîte
  - ✓ Des biberons stérilisés, ou une boîte de sacs à biberons jetables et biberons
  - ✓ Des tétines stériles compatibles avec les biberons
  - ✓ Un désinfectant pour les mains
- Sachez où vous rendre si vous devez quitter la maison : chez un membre de la famille, chez vos amis ou dans les endroits dans votre collectivité où il y a du courant et du chauffage (centres de réchauffement).
- En cas de perte de courant ou de manque d'eau salubre, nourrissez votre bébé en utilisant des portions individuelles de préparation pour nourrissons **prête à servir**.
- Quand vous préparez la préparation pour nourrissons, utilisez de l'eau salubre du robinet ou de l'eau embouteillée et faites bouillir l'eau à gros bouillons pendant deux minutes, pas plus longtemps. Si vous n'êtes pas en mesure de faire bouillir de l'eau, utilisez des préparations pour nourrissons prêtes à servir.
- S'il y a un ordre d'ébullition de l'eau en vigueur, utilisez des préparations pour nourrissons prêtes à servir. Si vous n'en avez pas, utilisez de l'eau que vous avez fait bouillir à gros bouillons pendant deux minutes pour préparer les préparations.
- Quand vous entreposez les préparations pour nourrissons, les bouteilles préparées doivent être réfrigérées à une température de **4 °C (40 °F)** et elles doivent être utilisées dans un délai de 24 heures. En cas de perte de courant ou de manque d'eau salubre, utilisez des portions individuelles de préparation pour nourrissons prête à servir.