

80% de l'exposition aux UV a lieu avant 18 ans.  
Vos enfants sont-ils bien protégés ?

## ANTHELIOS lait dermo-pediatrics 50+



La plus forte protection renforcée  
contre les UVA pour la peau fragile  
des enfants petits et nourrissons

**Anti UVB SPF 50+**  
**Anti UVA PPD 39**

2 fois plus haute que la recommandation européenne

Une formule minimaliste

**Charte de formulation stricte :**

Sans parfum

Sans parabén

Allégée en filtres chimiques

Un confort sans concession

**Anti-picotement oculaire**

**Très résistant à l'eau et à la transpiration**

S'étale facilement, sans traces blanches

Non grasse, non collante



# Edito

Chère maman, cher papa,

Vive les mois d'été ! Vive les vacances ! Qu'il est bon, durant cette période, de se détendre, de retrouver le goût des choses simples, d'« arrêter » le temps et de se retrouver en famille avec son ou ses bouts de chou(s).

Point n'est besoin d'aller loin pour profiter de ces doux moments : à la mer, dans les Ardennes, dans les parcs et les plaines de jeux. Quelque soit votre lieu de villégiature, n'oubliez pas les petits gestes utiles au bien être de vos enfants. Dans son numéro d'été, **Babyssimo** fourmille de bons conseils. Voyez plutôt.

En page 10, vous trouverez une liste de produits pour composer votre pharmacie d'été. En page 22, nous faisons le point sur les petits bobos liés à la chaleur (boutons, coup de soleil ou de chaleur). Qui dit période estivale dit chaleur et besoin de s'hydrater. En page 26, vous trouverez de nombreux conseils pour une bonne hydratation des enfants. Les vacances sont aussi synonyme de « bouger ». Comment choisir un siège d'auto pour assurer une sécurité optimale de votre bambin ? (voir page 38). Ou ne pas bouger et laisser l'enfant s'ennuyer un peu... (voir page 6).

Côté nutrition, nous faisons le point sur les repas avec des « morceaux ». Est-ce recommandé ? A partir de quel âge ? Rendez-vous en page 14. Et enfin Babyssimo vous propose un « grand concours d'été ». Pour découvrir les cadeaux et peut être en remporter un, allez vite en page 41.

La rédaction se joint à moi pour vous souhaiter un excellent été. Profitez-en pour vous ressourcer avec votre famille, vos enfants et ceux qui vous sont chers.

Dr Marie-Françoise Reynebeau  
Rédactrice en chef



N'exposez pas les bébés et les jeunes enfants directement au soleil.

Protégez-vous ainsi que les enfants avec un chapeau, des lunettes de soleil et un T-shirt.

Choisissez un indice de protection adapté à votre type de peau. Appliquez le produit juste avant l'exposition. Renouvelez généreusement et fréquemment, surtout après une baignade, après avoir transpiré, ou vous être essuyés.

mon instinct de  
**PROTECTION**

ma **PROTECTION**  
maternelle

ma  
**PROTECTION**  
idéale



NAN, la meilleure  
**PROTECTION**  
après le lait maternel.

Bien grandir, c'est pour la vie.



# Sommaire



**Pratique**  
Comment choisir  
de bonnes chaussures

p 29



p 6 **Psychologie**  
Laissons les enfants  
s'ennuyer

p 10 **Santé**  
Que mettre dans  
la pharmacie de voyage ?

p 18 **Nutrition**  
Césarienne et flore intestinale de bébé

p 22 **Santé**  
Lorsque la chaleur fait mal...

p 26 **Santé**  
Bien hydrater son enfant

p 32 **Développement**  
Jouer pour grandir en s'amusant

p 38 **Sécurité**  
Comment choisir un siège-auto ?

p 41 **Concours**  
Participez et gagnez de nombreux cadeaux !

## Nutrition

Des morceaux  
dans la panade

p 14



**Editeur responsable :** Dr C. Bourton, New Way,  
chaussée de Louvain 775 - 1140 Bruxelles.  
Tél. : 02/701.94.40 - fax : 02/705.67.61

**Rédactrice en chef :** Dr M.-F. Reynebeau  
(redaction@babyssimo.be)

**Ont collaboré à ce numéro :** Dr J. Andris,  
F. Bojse, M.-C. de Wasseige, M. Dory,  
Dr M.-F. Reynebeau

**Publicité :** D. Pickman

**Mise en page :** New Way

**Impression :** Dereume

Les articles, les photos, les dessins et autres illustrations de la partie rédactionnelle de « Babyssimo » ne comportent pas de publicité; les mentions d'entreprises ou de produits le sont à titre documentaire. Les affiches, les photos et dessins les illustrant ainsi que les opinions et les publicités paraissent sous la seule responsabilité de leurs auteurs/annonceurs. Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction par tous les procédés sont réservés pour tous pays.

Disponible en Néerlandais

**Babyssimo**



## Laissons les enfants s'ennuyer!

Deux mois de vacances, c'est long! Comment occuper les enfants pendant cette longue période? Bonne nouvelle, ils peuvent **AUSSI s'ennuyer!** «C'est même essentiel pour leur santé mentale», affirme Diane Drory, psychanalyste...

### L'ennui, porte ouverte vers l'imaginaire

L'enfant que l'on a suroccupé développe ses compétences mais pas son imagination. Et cette compétence-là manque terriblement aux enfants aujourd'hui. Il s'ennuie? Tant mieux! Il va pouvoir puiser dans sa propre imagination et non dépendre de l'imaginaire de quelqu'un d'autre pour trouver une activité qui le mobilise. De

bon augure pour l'avenir! Car l'enfant qui a pu stimuler son imagination pourra y faire appel pour se sortir de situations difficiles qu'il rencontrera inévitablement dans la vie.

En effet, si l'enfant dépend trop de l'extérieur, du regard de ses parents, il ne parviendra pas à développer sa vie intérieure.



Or, c'est en mobilisant ses ressources personnelles que le petit va progressivement devenir autonome.

### On n'aime pas laisser les enfants dans le vide

Nous sommes dans une société de (trop) plein. Avec, en prime, ce diktat que l'enfant doit être absolument comblé. Le vide fait peur. Trop souvent, les parents veulent en permanence organiser le temps de leur enfant de peur qu'il ne soit englouti par le vide. Or, à être trop occupé à «faire», on n'apprend plus à «être». L'ennui est à cet égard une bonne école. Plutôt que d'être sans cesse aspiré à l'extérieur, l'enfant, en s'ennuyant, se connecte à sa fibre intérieure. A son être intime qui l'inspire. Encore faut-il que ses parents lui fassent confiance. S'il fait tout ce que l'on a pensé pour lui, l'enfant s'éloigne de lui-même. C'est comme si on lui disait : «Sois libre mais fais tout ce que j'ai organisé pour toi». En filigrane, n'y a-t-il pas chez les parents, une peur que l'enfant ne fasse des choses qui leur déplaisent?

### Déjà tout bébé, aidez-le à habiter son corps

Le tout petit n'a que ses sens pour découvrir et expérimenter tout d'abord son corps et ensuite le monde extérieur. Marcher pieds nus, caresser le chat, fermer les yeux pour écouter de la musique ou une histoire racontée par papa, humer le parfum d'une fleur, déguster un nouveau fruit... C'est en rentrant régulièrement en contact avec toutes ces nouvelles sensations corporelles que l'enfant apprend à se connaître et à se faire confiance. C'est en approchant le feu avec sa main que l'on prend conscience que ça brûle, c'est en touchant une ortie que l'on découvre le piquant...

Que de découvertes à faire en présence d'un parent attentif, surtout que dans ces échanges, le parent aussi réveille ses sens!





Ne nous en déplaise, «glander» a aussi ses vertus. On ne fait rien, mais on contemple, on imagine, on crée, on joue. Idéalement avec des choses simples, à commencer par un matériel de premier choix – les 5 sens -, ensuite, des crayons, des bouts de bois, clous, marteaux... (Il pourrait se faire mal? Et alors? Une façon concrète d'appivoiser le danger). Et redécouvrir le goût des cabanes...

## L'oisiveté, mère de tous les vices?

Tout est une question d'équilibre. On ne laissera évidemment pas l'enfant livré à lui-même pendant les deux mois de vacances. Une présence constante des parents, des activités qui lui ressemblent, des moments de vacances passés en famille, à la maison ou ailleurs, avec aussi des moments de « rien » pour permettre à son essence créatrice d'émerger. Qui va de pair avec le désir de jouer. Aujourd'hui, les enfants ont trop peu de temps pour vraiment jouer. Sans iPad, s'entend ! Avec les écrans, on se fuit soi-même. Et ces écrans, sans les diaboliser, envahissent la maison et se retrouvent dans les mains de nos petits de plus en plus tôt. Il est important de rappeler que l'image enferme et que la parole libère. Une histoire écoutée plutôt qu'un dessin animé regardé fait de l'enfant un créateur d'images et d'univers et pas seulement un simple consommateur passif.

M. Drory et M.-C. de Wasseige



## « Papa, maman, laissez-moi le temps de rêver »

Etty Buzyn, Ed. Albin Michel

Etty Buzyn nous invite à redonner aux enfants le temps de rêver.

Après avoir dénoncé la tendance dans notre société à pousser les enfants vers la performance, elle se fait l'avocate du jeu et de son importance vitale pour les enfants, pour leur permettre de développer leur imagination.



**Yookidoo**<sup>TM</sup>  
celebrating discovery

## PRIX du JOUET de l'ANNEE 2011 et Baby Product Award 2012

**YOOKIDOO** est une nouvelle marque de jouet premier âge qui allie qualité et service en proposant des jouets favorisant à chaque fois la créativité de l'enfant.

**Stack'n Spray Tub Fountain de YOOKIDOO** est un jouet utilisant la force montante de l'eau, grâce à une pompe fonctionnant sur piles, pour permettre à l'enfant de découvrir de façon ludique l'effet par la cause.

C'est l'enfant qui crée les effets du jet d'eau en superposant différents objets comme le plongeur et le poulpe avec les différents bateaux.

La base est utilisable fixée avec une ventouse ou flottante en fonction de l'âge de l'enfant.

L'enfant pourra bénéficier longtemps de son jouet au grand plaisir de ces parents.

Ce jouet conseillé à partir de l'âge de 9 mois s'utilise dans la baignoire ou dans une piscine. Il est conseillé de veiller à ne pas laisser l'enfant sans surveillance et de ne remplir le bain qu'avec la quantité d'eau nécessaire.

L'entretien après chaque utilisation consiste à bien égoutter et essuyer le jouet avant son rangement.

Lors du remplacement des piles veiller à bien refermer le clapet de sécurité en remettant le joint d'étanchéité correctement dans son logement.

**Stack'n Spray Tub Fountain de YOOKIDOO** a aussi reçu le Prix du Jouet Premier Age 2011 au salon du jouet de Nürnberg et a été désigné Jouet du Salon de Nürnberg 2011 toutes catégories confondues.

Le jouet YOOKIDOO est distribué dans le BENELUX par Mike.E sprl.  
Contact : [michel.eylenbosch@mike-e.be](mailto:michel.eylenbosch@mike-e.be)





# Que mettre dans la pharmacie de voyage ?

En vacances, chacun souhaite avoir sous la main ce qui permettra de parer aux éventuels petits problèmes de santé. Babyssimo vous propose une liste (non exhaustive) des indispensables de la pharmacie.

Le contenu d'une pharmacie de voyage dépend de votre destination, de la durée du voyage, de la saison, de l'infrastructure en soins de santé, de l'accessibilité des médicaments sur place et de l'âge des voyageurs.

## Les médicaments

- Les médicaments dont vous ou votre enfant avez besoin régulièrement. Veillez à en avoir en quantité suffisante si vous partez pour une longue période. En effet, les médicaments disponibles en Belgique ne le sont pas toujours dans d'autres pays ou sous un autre nom ou associés à d'autres substances. D'où l'intérêt de connaître la DCI (dénomination commune internationale) des médicaments que vous devriez éventuellement vous procurer à l'étranger.
- Un médicament contre la fièvre et la douleur
- Du sérum physiologique, en doses uniques
- Une solution antiseptique, pour désinfecter une plaie; pensez aux unidoses, plus faciles à transporter

Pratique



POUR EN SAVOIR PLUS

## « Vive les vacances »

Une brochure amusante, éditée par l'ONE, livre aux parents une mine de conseils utiles et rappelle quelques règles de prudence élémentaires pour prévenir certains incidents qui risqueraient de tout gâcher. A télécharger à l'adresse suivante :

[http://www.one.be/uploads/tx\\_tproducts/datasheet/Vive\\_les\\_vacances\\_01.pdf](http://www.one.be/uploads/tx_tproducts/datasheet/Vive_les_vacances_01.pdf)



- Une pommade pour soigner les brûlures ;
- Une pommade contre les démangeaisons des piqûres d'insectes
- Une pommade ou un gel pour soigner les contusions (bosses, bleus)
- Un médicament (éventuellement) contre le mal des transports. Mais attention, demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant d'en donner à un enfant.

## Les compresses et pansements

- Des compresses stériles
- Des pansements de différentes tailles, de préférence hypoallergéniques
- Du sparadrap, de préférence hypoallergénique
- Des bandages élastiques
- Des épingles de sûreté

## Les autres indispensables

- Un thermomètre, incassable de préférence, et dans un étui
- Des ciseaux
- Une pince à épiler pour enlever les épines et les dards
- Une crème solaire, d'un indice de protection adapté aux enfants (au moins 30)
- Une crème ou lotion après-soleil
- Un produit anti-moustiques
- Des mouchoirs en papier
- Si votre enfant porte des lunettes, emportez une copie de la prescription de l'ophtalmologue : cela vous évitera beaucoup de stress si par malheur, un verre ou les lunettes devaient être remplacées en vacances.

Bonnes vacances !

Dr M.-F. Reynebeau



Babyssimo



## A l'eau avec Sevylor

Le Puddle Jumper de Sevylor se compose d'une combinaison unique de brassards et d'un gilet avec fermeture dans le dos. Grâce à cela, aucun enfant ne peut donc l'ôter seul. Proposé dans des couleurs vives et avec des imprimés débridés, le Puddle Jumper soutient aussi bien les bras que le torse. Il permet à chaque enfant de 15 à 30 kg de se mouvoir de façon optimale pendant les parties de splash. Il peut être adapté rapidement et facilement à la taille de l'enfant grâce à la boucle de sécurité présente dans le dos.

**Prix de vente conseillé: 19,99 €**  
**Pour connaître les points de vente près de chez vous: 86 31 76 572 85 00**



Brèves

## En exclusivité chez Game Mania, pour partir en voyage

Celui qui veut ajouter un accessoire unique à sa collection Skylanders doit aller chez Game Mania. Cette société propose en exclusivité un Skylanders Adventure Case<sup>(1)</sup>. En un tour de main, on peut le transformer en surface de jeu car il peut contenir jusqu'à 32 figurines Skylanders. En un mot, un sac très utile pour partir en vacances. Et ne partez pas sans les stylets aux têtes de Skylanders<sup>(2)</sup>, destinés aux DS et DS3, à acheter également en exclusivité chez Game Mania. Pour les longs trajets en voiture, pensez aussi à l'adaptateur universel de D3MON<sup>(3)</sup>, en vente chez Game Mania et chez Free Record Shop. Fourni avec un sac de rangement, il se branche sur l'allume-cigare, permet de recharger aussi bien les consoles des enfants que la plupart des smart-phones, une tablette ou un GPS.

- (1) Prix : 29,90 €.
- (2) Prix : 9,90 € pièce
- (3 versions différentes)
- (3) Prix : 14,99 €



# Diarrhée aiguë?

## ENTEROL®

Saccharomyces boulardii 250 mg



enfants  
jusqu'à  
12 ans



en complément de  
la réhydratation  
orale

un choix  
intelligent



2 sachets-doses ou 2 gélules par jour, en 2 prises



Ceci est un médicament. Lisez attentivement la notice et demandez conseil à votre pharmacien. Pas d'utilisation prolongée sans avis médical. Biocodex Benelux.



## Des morceaux dans la panade?

**L'introduction de morceaux d'aliments est une étape nécessaire dans l'alimentation de l'enfant. Mais il ne faut pas se presser, ni le faire n'importe comment.**

Quand un petit enfant peut-il commencer à manger des morceaux ? Les uns prônent une introduction rapide, les autres disent de le faire à l'aise.

### Mastiquer pour son cerveau

Au rang des avantages d'une telle alimentation, il y a peut-être une plus grande facilité dans la préparation des repas, celui de l'enfant pouvant se rapprocher quelque peu de celui du reste de la famille. Mais cela ne se fait pas d'emblée : une progression est nécessaire.



Une nouvelle génération de lait de suite :

# HiPP Combiotic®



**NOUVEAU : HiPP BIO Combiotic®, une innovation HiPP**



Le lait maternel est ce qu'il y a de meilleur pour votre bébé. Outre le lactose, le lait maternel contient surtout deux composants essentiels pour la construction d'une flore intestinale saine: des cultures d'acide lactique probiotiques et des fibres prébiotiques. Inspirés du modèle du lait maternel, le lait de suite **HiPP BIO Combiotic®** contient **une combinaison unique de fibres prébiotiques (GOS), de cultures d'acide lactique naturelles et d'acides gras essentiels** — nutriments naturellement contenus dans le lait maternel. Le lait HiPP Bio Combiotic®, en **qualité BIO**, bien évidemment !

Je m'y engage personnellement.

*Claus Hilg*

Pour plus d'informations sur les prébiotiques et les probiotiques, cliquez sur [www.combiotic.be/fr](http://www.combiotic.be/fr) ou [www.hipp.be](http://www.hipp.be)

Pour une diversification alimentaire pleine de goût, faites découvrir le bon goût des fruits et des légumes avec les petits pots HiPP BIO.



Par contre, un autre avantage, bien réel celui-là, de l'apprentissage d'une alimentation contenant des morceaux, est le passage progressif à une vie plus complexe, qui deviendra un jour celle de l'adulte. Dans l'immédiat, s'il commence à trouver des morceaux dans son repas, le petit enfant commencera à mastiquer. Et sans qu'on s'en doute, cette activité musculaire est importante, non seulement pour le développement de ses mâchoires, mais aussi pour celui de sa face et même de la base de son crâne. Par des répercussions mécaniques que les spécialistes connaissent bien, si la base du crâne évolue correctement, il y a beaucoup de chances pour que la voûte (le sommet) du crâne se développe aussi et donc que le développement de son cerveau ne soit pas entravé par une dynamique crânienne insuffisante. La mastication permet aussi le développement et le placement correct de la langue. Elle contribue au développement sensoriel et favorise la motricité intestinale.

### Attention à la fausse route

Il n'y a pas que des avantages à la mastication de petits morceaux d'aliments. Le grand risque est bien entendu celui de la fausse déglutition (« avaler de travers »). Si un morceau d'aliment passe ainsi dans la trachée de l'enfant, il existe un risque de difficultés respiratoires ou même d'étouffement, ou encore d'infection respiratoire dans les jours qui suivent.

Autre désavantage, si on veut introduire trop tôt des morceaux dans l'alimentation du petit enfant, c'est qu'il ne l'apprécie pas et devienne plus difficile dans ses choix alimentaires. Car si petit qu'il soit, l'enfant a ses préférences alimentaires.



16

## Nutrition

### Quand faut-il commencer ?

L'introduction de morceaux dans l'alimentation du petit enfant ne devrait pas se faire avant l'âge d'un an. Et encore, il ne faut pas se presser.

Mais entre 12 et 15 mois, l'enfant commence à se montrer plus curieux. Il a sorti ses premières dents. Il ne dédaigne pas les découvertes en tous genres et c'est le moment de lui proposer du neuf en alimentation. Mais il faudra de tout petits morceaux. Et surtout, on s'efforcera, au prix d'une aimable mise en scène (« Mmm, que c'est bon »), de lui faire apprécier et on évitera le forcing ou la vitesse excessive. On lui proposera donc des fruits crus mais bien mûrs, bien tendres et coupés très menu. De fines lamelles de légumes suffisamment cuits pour être très tendres pourront aussi lui être proposées progressivement. Les féculents seront des pâtes, elles aussi bien cuites. Quant au morceau de pain, il sera petit et sans croûte. Certaines personnes parlent de riz mais attention : le grain de riz se trompe facilement de route. En tout cas, il faudra veiller à une cuisson complète.

### Prudence et tolérance

Quoi qu'il en soit, il faut que bébé ait déjà goûté un aliment sous forme moulue avant de le recevoir en petits morceaux. Il ne faut pas introduire en même temps plusieurs aliments en morceaux. Et prendre patience au début, s'il recrache un morceau...



Dr J. Andris



# Césarienne et flore intestinale de bébé

**Naître par césarienne expose le bébé à un risque plus élevé de certaines maladies. En cause, une flore intestinale différente de celle d'un bébé né par voie basse. Le remède : fournir au nouveau-né les bactéries manquantes en quantités suffisantes.**

La flore intestinale (bactéries qui se trouvent dans l'intestin) n'est pas la même chez un bébé né par voie basse que chez un bébé né par césarienne. Le bébé né par voie basse est mis en contact, lors de sa naissance, avec les bactéries vaginales et fécales de sa maman. La flore microbienne que l'on trouve dans son intestin est assez variée et contient, entre autres, des bifidobactéries, des lactobacilles et des bactéroïdes. Ces trois types de bactéries sont considérés comme les plus bénéfiques pour la santé chez l'homme <sup>(1, 2)</sup>.

Nutrition

Le bébé qui naît par césarienne n'est exposé qu'aux bactéries de l'environnement de sa naissance (salle d'opération). La flore microbienne qui va s'implanter dans son intestin est moins variée, contient très peu de bifidobactéries et plus de Clostridiiums.

Cette différence de flore (encore visible à l'âge de 7 ans) a des répercussions sur la santé du bébé.

## Quelles conséquences ?

Les bactéries de la flore intestinale participent à la défense locale de l'intestin : ils empêchent le développement des « mauvaises » bactéries et ont un rôle dans la maturation du système immunitaire. Ne pas avoir les bons germes ou en avoir trop peu se répercute sur la santé.

De nombreuses études ont été consacrées aux différences en termes de maladies entre les enfants nés par voie basse et ceux nés par césarienne. A moyen terme, une étude récente a montré une augmentation de 10% du risque de bronchiolite avant l'âge d'un an chez les enfants nés par césarienne programmée <sup>(3)</sup>. Une étude allemande a mis en évidence un risque plus élevé de diarrhée et de sensibilisation alimentaire chez des nouveau-nés nés par césarienne, avec des antécédents familiaux d'allergie <sup>(4)</sup>. Des études sur les conséquences à long terme d'une naissance par césarienne ont mis en évidence une augmentation de 20% du risque d'asthme <sup>(5)</sup> de même qu'une élévation du risque d'allergie et de sensibilisation alimentaire, de rhinite allergique et d'hospitalisation pour asthme <sup>(6)</sup>.

L'hypothèse a été émise que l'augmentation des taux de césarienne pouvait jouer un rôle dans l'épidémie d'obésité que l'on observe actuellement dans le monde <sup>(7)</sup>. Une analyse de nombreuses études a montré que le risque de diabète de type 1 débutant dans l'enfance était augmenté de 20% chez les enfants nés par césarienne <sup>(8)</sup>.

Chaque fois, les auteurs des articles font l'hypothèse d'un lien entre l'affection et la flore intestinale modifiée en cas de césarienne.

## Les solutions

Instaurer le plus rapidement possible (mais il n'est jamais trop tard) une bonne flore intestinale chez ces enfants nés par césarienne.





Pour rétablir, chez le bébé né par césarienne, une composition de la flore intestinale comparable à celle d'un bébé né par voie basse, il faut donc lui fournir des lactobacilles et des bifidobactéries.

L'allaitement maternel favorise l'implantation de ces bactéries dans le tube digestif du bébé. Mais allaiter n'est pas toujours possible et dans ce cas, il faut nourrir l'enfant avec un lait infantile enrichi en lactobacilles et en bifidobactéries, qui sont des probiotiques. La définition d'un probiotique est la suivante : « un micro-organisme vivant qui a un effet bénéfique sur la santé ».

Parmi les probiotiques les plus étudiés, se trouvent *Lactobacillus rhamnosus* et *Bifidobacterium lactis*. Ce dernier a démontré un effet positif de stimulation de la réponse immunitaire (anti-rotavirus et anti-poliovirus) chez des enfants nés par césarienne<sup>(9)</sup>. Le *Lactobacille rhamnosus* a quant à lui montré un effet préventif sur les allergies chez ces bébés nés par césarienne<sup>(10)</sup>.

## Conclusion

Une naissance par césarienne n'a pas que des conséquences pour la maman. Elle en a aussi pour le bébé. S'il n'est pas nourri au sein, un lait enrichi avec les bons probiotiques lui permettra de rétablir l'équilibre de sa flore intestinale, dont on sait l'importance dans le développement du système immunitaire.

Si vous souhaitez plus d'information, parlez-en à votre pédiatre, à votre médecin ou à votre pharmacien.

F. Boise



### Références

1. Penders J et al. Pediatrics. 2006 Aug;118(2):511-21.
2. Grönlund MM et al. JPGN 1999;28(1):19-25
3. Moore HC et al. Arch Dis Child 2012 May;97(5):410-4.
4. Lauberan B et al. Arch Dis Child 2004 ; 89 (11) : 993-997.
5. Thavagnanam S et al. Clin Exp Allergy. 2008; 38 (4): 629-33.
6. Bager P. et al. Clin Exp Allergy. 2008; 38 (4): 634-42.
7. Goldani HA et al. Am J Clin Nutr. 2011; 93 (6): 1344-7.
8. Cardwell CR et al. Diabetologia. 2008; 51 (5): 726-35.
9. Holscher H et al. JPEN J Parenter Enteral Nutr. 2012; 36 (1 Suppl): 106S-17S.
10. Kuitinen M et al. J Allergy Clin Immunol 2009 ; 123 : 335-341.



# Novalac Caesar

**NOUVEAU**

**Alimentation royale pour votre petit Caesar**



Le lait maternel est l'aliment idéal du nourrisson. Consultez votre médecin avant de décider de l'utilisation d'un lait pour nourrissons. Il est important pour votre enfant d'avoir une alimentation variée et équilibrée ainsi qu'un mode de vie sain. L'effet bénéfique du DHA est obtenu par la consommation journalière de 100mg.



**Novalac Caesar 2** contient un mélange unique de *Bifidobacterium lactis* et *Lactobacillus rhamnosus* qui soutiennent la flore intestinale. Grâce à la haute concentration en acide gras DHA, Novalac Caesar 2 contribue au développement normal de la vue des nourrissons jusqu'à l'âge de 12 mois. Jamais une alimentation infantile n'avait été aussi royale pour votre petit Caesar.



# Lorsque la chaleur fait mal...

**Bien sûr, le soleil est bon pour la santé. Mais à condition de le consommer avec modération pour en éviter les désagréments tels coup de soleil, coup de chaleur (insolation) ou encore petits boutons de chaleur...**

## Le coup de soleil

Une exposition trop prolongée aux rayons du soleil peut entraîner une brûlure superficielle de la peau, qui peut aller jusqu'à la cloque! Il faut savoir qu'une peau qui a reçu trop de coups de soleil court le risque d'un cancer de la peau et d'un vieillissement prématuré!

## Que faire ?

- Rafraîchissez la peau avec de l'eau froide.
- Mettez la crème conseillée par votre médecin ou votre pharmacien.
- Ne percez pas les cloques.
- N'exposez plus directement la partie brûlée au soleil et couvrez-la afin de la protéger des rayons du soleil.

## Comment prévenir ?

- Utilisez une crème solaire spécifique pour les enfants (indice de protection 50).
- Renouvelez régulièrement la crème.
- Evitez les expositions entre 11 et 16 heures.
- Mettez à votre enfant un t-shirt, une casquette ou un chapeau.
- Pensez au parasol, bien utile pour procurer de l'ombre
- Méfiez-vous de la réverbération des rayons du soleil sur le sable et l'eau.

## Le coup de chaleur

L'insolation ou coup de chaleur est la conséquence d'une exposition à une température extérieure trop élevée : le corps n'arrive plus à maintenir sa température en dessous de 37°C. Elle peut avoir des conséquences très graves. Les symptômes en sont de la fièvre des maux de tête, des vomissements, un malaise général, la peau est sèche et brûlante, le pouls est lent. **Chez l'enfant, le coup de chaleur est une urgence** : il doit être vu par un médecin le plus rapidement possible.

## Que faire en attendant le médecin ?

- Placez l'enfant à l'ombre ou si possible dans une pièce fraîche (attention pas glacée pour éviter un choc thermique !) et bien ventilée (attention, sans ventilation directe sur l'enfant).
- Déshabillez l'enfant et rafraîchissez-le avec des compresses froides sur le front ou un gant tiède sur le corps pour faire baisser la température.
- Si l'enfant est conscient, donnez-lui à boire de l'eau légèrement salée le plus souvent possible.
- Vérifiez le pouls et la respiration de l'enfant et appelez une ambulance s'il perd conscience.





### Comment prévenir ?

- ▶ Evitez les sorties ou l'exposition au soleil aux heures les plus chaudes de la journée.
- ▶ Mettez à votre enfant un t-shirt, une casquette ou un chapeau.
- ▶ Les vêtements amples à l'extérieur permettent une bonne aération du corps.
- ▶ Ne laissez jamais un enfant dans un endroit surchauffé (mansarde, voiture, tente, caravane,...), même pour très peu de temps.
- ▶ Faites en sorte que la température dans les pièces d'habitation soit supportable, en occultant les fenêtres exposées au soleil pendant la journée et en aérant un maximum pendant la nuit.
- ▶ Faites boire régulièrement l'enfant.

### Les boutons de chaleur

Ce sont de petits boutons, qui apparaissent sur le front, dans les cheveux, sur le cou, le torse ou dans la région de l'aîne. Ils sont la conséquence de vêtements trop chauds pour la température de la pièce, et d'une température et une humidité ambiantes trop élevées. Généralement, ils disparaissent sans traitement, dès que l'enfant a moins chaud.

### Que faire ?

- ▶ Lavez la peau délicatement avec de l'eau fraîche.
- ▶ Si les boutons chatouillent beaucoup, appliquez une crème calmante.
- ▶ Consultez sans tarder un médecin si du pus apparaît sur les boutons ou des ganglions dans le cou, sous les bras ou dans le pli de l'aîne, si l'enfant a de la fièvre ou encore si vous n'êtes pas sûr que les boutons sont liés à la chaleur.

### Comment prévenir ?

- ▶ Lorsqu'il fait chaud, préférez des vêtements légers qui ne feront pas transpirer l'enfant, en particulier lorsqu'il dort.
- ▶ Essayez d'obtenir une température et un taux d'humidité normaux dans la pièce ou dort l'enfant.

Dr M.-F. Reynebeau



EAU THERMALE  
**Avène**

**SÉCURITÉ  
ET PLAISIR**  
RÉUNIS EN  
UNE GAMME!

- Tolérance optimale
- Très résistant à l'eau
- Sans paraben



# Bien hydrater son enfant

En tout temps, il faut que l'enfant soit bien hydraté. C'est une condition importante pour jouir d'une bonne santé. Mais l'enfant est plus sensible au manque d'eau que l'adulte et il faut prendre des précautions pour maintenir son hydratation.



## Nutrition

L'eau, c'est la vie. Notre corps d'adulte est composé de 60% d'eau. Par contre, celui de l'enfant en contient proportionnellement beaucoup plus, à des degrés variables selon son âge. Mais cela veut dire que plus la proportion d'eau dans le corps de l'enfant est importante, plus son rôle est capital dans le bon fonctionnement de son organisme. Et plus vite les problèmes viendront s'il perd trop d'eau.

Or plus il est petit, plus il perd son eau facilement et plus il est jeune, plus l'enfant est sensible à la déshydratation. Et il ne faut pas nécessairement qu'il y ait une canicule pour que cela survienne.

## Quels besoins ?

Le tableau suivant reprend les besoins de l'enfant en eau en fonction de son âge. Il est fourni par une publication du Conseil Supérieur de la Santé, intitulé « *Recommandations nutritionnelles pour la Belgique* » (révision 2009, n°8309).

Age	Besoins en eau par kilo par jour
<b>Nourrisson à terme</b> (1 semaine)	120-100 ml/kg/jour
<b>Nourrisson</b> 0-3 mois 4-8 mois 9-12 mois	150-130 ml/kg/jour 130-120 ml/kg/jour 110-100 ml/kg/jour
<b>Enfant</b> 1-6 ans 6-11 ans 11-14 ans	100-75 ml/kg/jour 80-65 ml/kg/jour 70-65 ml/kg/jour
<b>Adolescent</b>	60-45 ml/kg/jour

Source : Dupin et al (1992)

## QUE RETENIR ?

- Jusqu'à six mois, le lait maternel ou, à défaut, le lait infantile, fournissent suffisamment d'eau pour couvrir les besoins hydriques de l'enfant.
- Après six mois, la majorité des apports hydriques sont fournis par l'alimentation lactée mais de l'eau peut être proposée à l'enfant après les repas de fruits et de légumes.
- Après un an, proposez-lui de l'eau après et entre chaque repas, même s'il n'en réclame pas.
- Evitez de sucrer son eau, de rajouter du sirop ou de lui proposer des boissons sucrées afin de ne pas renforcer son attirance naturelle pour la saveur sucrée.



## Nutrition



Les besoins sont accrus lorsque la température extérieure est chaude et/ou lorsque l'enfant fait de l'exercice. Ils sont encore accrus lorsqu'il a de la fièvre ou de la diarrhée. C'est encore le cas s'il vomit.

### Quel liquide ?

Comme pour tout être humain, l'eau est la seule boisson indispensable. Les petits enfants boivent du lait mais pour eux, c'est un aliment plus qu'une boisson.

Jusqu'à 18 mois, le lait reste l'aliment principal du petit enfant. La majorité des apports hydriques est apportée via les tétées ou les biberons. Le repas de fruits et de légumes contribuent également aux apports en eau, car ils renferment une certaine quantité d'eau de végétation. Il ne faut pas hésiter à proposer à l'enfant un peu d'eau (20-30 ml) après chaque repas. Choisissez de préférence une eau faiblement minéralisée (teneur en résidus secs < 500 mg/l). Chez le plus grand enfant, le lait ne constitue plus l'aliment principal des menus. Il ne faut pas hésiter à lui proposer de l'eau après chaque repas, et aussi tout au long de la journée, même s'il n'en réclame pas.

Les boissons sucrées apportent des calories et risquent d'apprendre à l'enfant à rechercher le sucré. Il ne faut pas nécessairement les interdire totalement mais il n'est pas souhaitable qu'elles constituent le type exclusif ou même dominant de boissons que l'enfant consomme. Quant aux boissons gazeuses, elles risquent de couper l'appétit. Enfin, il ne faut pas donner de boissons aux édulcorants aux tout petits enfants (moins de trois ans).

Dr J. Andris



28



# Comment choisir de bonnes chaussures?

**Votre petit bout va bientôt marcher? Il est temps de penser aux premières chaussures! Babyssimo vous donne quelques conseils pour bien les choisir.**

### A quel moment mettre des chaussures à un bébé ?

Cela dépend de l'âge auquel il commence à marcher, le plus souvent entre 10 et 18 mois.

### Pourquoi mettre des chaussures ?

Les chaussures protègent les pieds contre le froid, l'humidité et les obstacles.

### Où acheter des chaussures ?

Pour le premier achat, n'hésitez pas à vous rendre dans un magasin spécialisé dans la chaussure pour enfants : vous y recevrez des conseils utiles chez des vendeuses/ vendeurs spécialisés.

### Pourquoi est-il important de choisir de bonnes chaussures ?

La façon dont on chausse un petit enfant va déterminer la croissance de ses pieds, son équilibre et sa démarche.





## Pratique

### A quoi faire attention lors du choix de la chaussure ?

- ▶ **Sa forme doit être adaptée au pied de l'enfant:** le pied peut être fin ou dodu: toutes les marques ne chaussent pas tous les types de pied!
- ▶ **Le poids de la chaussure ne doit pas être élevé:** une chaussure légère diminue la fatigue du pied, une chaussure lourde augmente le travail à fournir.
- ▶ **La semelle doit être antidérapante et souple,** afin de suivre le mouvement du pied lors de la marche.
- ▶ **Le contrefort doit être rigide:** la chaussure ne risque pas de se déformer. D'autre part, cela minimise le risque que l'enfant se torde le pied ou perde sa chaussure.
- ▶ **La partie supérieure du contrefort devrait être matelassée:** le maintien de la cheville est meilleur et on évite les frottements douloureux.
- ▶ **Le bout de la chaussure doit être suffisamment large:** lorsque le pied est à plat, tous les petits orteils doivent pouvoir bouger et surtout ne pas se chevaucher.
- ▶ **Idéalement, la chaussure doit être en cuir:** le cuir (à l'intérieur et à l'extérieur) permet une meilleure respiration du pied et évacue beaucoup mieux la transpiration. Ce qui n'est pas le cas du plastic ou des matières synthétiques qui sont déconseillées car elles favorisent la transpiration du pied.
- ▶ **Une fermeture par lacets:** au début de la marche, les lacets assurent un meilleur maintien de la chaussure et garantissent que les chaussures resteront aux pieds. Un velcro est si vite enlevé!

### Quelle taille choisir ?

La taille du pied de l'enfant doit être mesurée avec un pédimètre, cette latte graduée qui permet de déterminer la pointure. Pour cela, l'enfant doit être debout, les orteils doivent être bien dépliés. Acheter une pointure au-dessus de celle de l'enfant n'est pas utile et même dangereux, car

## ATTENTION

Si l'enfant trébuche, ou boitille, ou paraît limité quand il marche, il est possible qu'il s'adapte mal à ses chaussures ou que celles-ci ne lui conviennent pas (trop grandes, trop larges) ou plus (trop petites).



l'enfant dans des chaussures mal ajustées risque de tomber plus souvent.

### Quand changer de chaussures ?

Un point de repère: le pied d'un bébé grandit d'environ une pointure tous les 3 mois jusqu'à l'âge de 2 ans. Vérifiez donc au moins une fois par mois que les chaussures sont encore assez grandes. Des chaussures trop petites entraînent des douleurs et des déformations, des chaussures trop grandes sont inconfortables. L'usure de la semelle ne donne aucune indication, si ce n'est de l'utilisation plus ou moins intense des chaussures.

### Comment vérifier que les chaussures ne sont pas trop petites ?

Si vous pouvez passer votre index entre le talon de l'enfant et le contrefort de la chaussure, celle-ci est encore assez grande. Si vous n'y arrivez pas, ou que vous remarquez des signes indirects tels que l'ongle du gros orteil cassé ou une usure à l'intérieur de la chaussure au niveau du bout du pied, il est temps de changer !

### Peut-on acheter des chaussures sans que l'enfant soit présent ?

C'est déconseillé car les pointures peuvent varier d'une marque à l'autre, certaines chaussant grand et les autres, petit.

### Un enfant peut-il porter les chaussures d'un autre ?

Ce n'est pas conseillé car une chaussure qui a été portée est déformée. Cela risque d'entraîner une mauvaise position du pied et une gêne à la marche. Une exception: des chaussures qui ont été peu portées et ne sont pas déformées.

Tous ces conseils valent pour la première paire de chaussures. Mais aussi pour les suivantes, lorsque l'enfant grandit: il ne faut pas oublier que la façon dont les pieds sont chaussés a des conséquences sur le développement des jambes, la marche et la stature de l'enfant.

Dr M.-F. Reynebeau



# Jouer pour grandir en s'amusant

**Le jeu est un élément capital dans le développement physique, intellectuel, émotionnel et relationnel de l'enfant. Il doit aussi représenter des moments de plaisirs partagés pour l'enfant et pour le parent, avec des jouets dont ils se souviendront avec tendresse.**



## Développement

La recherche a montré l'importance pour les apprentissages ultérieurs (école, relations avec les autres,...), de toutes les expériences faites par un enfant dans les premières années de sa vie. Le jeu est une part importante de ces expériences car il est la première occupation de l'enfant. Celui-ci est curieux de découvrir les objets, les personnes et le monde qui l'entourent. Un enfant qui joue est poussé à réfléchir, est confronté à des problèmes qu'il doit résoudre, est encouragé à créer.



## Les différents rôles du jeu

Jouer permet d'acquérir des compétences dans différents domaines.

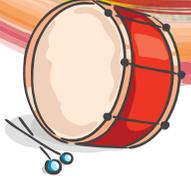
Sur le plan physique, la maîtrise du corps et des mouvements représente une étape importante dans l'enfance. Grâce au jeu, l'enfant peut apprendre à rester en équilibre et à coordonner ses mouvements. Il va aussi affiner sa motricité globale (marche, course, sauts...) et développer sa motricité fine (dessiner, enfiler des perles...) ainsi que les sens tels que l'ouïe, la vue, le toucher et le goût.

D'un point de vue social et émotionnel, le jeu est une façon naturelle et amusante de développer des valeurs telles que le partage et la coopération, l'écoute et la communication. Le jeu permet aussi d'exprimer ses opinions et d'acquérir de la confiance en soi. Le jeu est aussi un moment de plaisir, qui peut être partagé avec un ou plusieurs personnes.

Le jeu a également un rôle très important sur le plan cognitif, c'est-à-dire ce qui concerne, entre autres, la perception, le langage, la mémoire, le raisonnement. En effet, il va encourager l'envie de découverte et la curiosité que possède chaque enfant, ainsi que ses capacités d'émerveillement et d'étonnement. Le jeu est un excellent moyen pour stimuler l'imagination et la créativité. Il aide à comprendre les choses, à réfléchir et à trouver des solutions. Tous ces acquis sont les bases d'un bon départ à l'école plus tard.

Des recherches récentes ont mis en évidence que le mouvement est essentiel pour le développement des capacités mentales et que lorsqu'un enfant joue, il fait des expériences sensorielles et motrices





qui alimentent ses centres du plaisir. Ces recherches ont aussi montré que chez un enfant qui n'a pas la possibilité de jouer, la coordination des mouvements ne se développera pas bien et pas au bon moment.

Le jeu permet de faire se développer toutes ces aptitudes de façon interactive. Un enfant qui joue va stimuler la partie du cerveau qui contrôle les sens et le mouvement, elle-même en relation avec la partie du cerveau impliquée dans l'apprentissage.

Mais il ne faut pas perdre de vue que l'objectif principal du jeu est que l'enfant s'amuse, et le parent aussi si le jeu est partagé. Si le jeu est amusant, il peut servir au développement intellectuel de l'enfant. Si un jeu ne sert qu'à apprendre et à être plus performant, il risque de se transformer en activité ou en exercice. Or, jouer c'est d'abord du plaisir !

## Quel jouet ?

Les besoins de l'enfant évoluent au fur et à mesure qu'il grandit. Il va jouer à des jeux différents, et les jouets qu'il va utiliser doivent être adaptés à ses capacités. En effet, si le jeu est trop difficile, il va se décourager, perdre confiance et ne plus y trouver aucun plaisir. Par contre, un jeu maîtrisé par l'enfant va le rassurer sur ses capacités.

Ceci souligne l'importance de trouver le jeu ou le jouet adapté à l'âge de l'enfant. C'est dire l'importance du fabricant de jouets, qui développe des jouets pour différentes tranches d'âge.

Fisher Price est le premier au monde, en 1961, à créer un Play Lab, ce que l'on peut traduire par « laboratoire à jouer ». Pour ce fabricant, les enfants sont en effet les meilleurs juges en ce qui concerne les jouets. L'unique objectif de ce centre de recherche est d'établir des relations entre le développement de l'enfant et le jeu avec des jouets.

Dans le Play Lab de Fisher Price, chaque jouet est étudié soigneusement pour s'assurer qu'il aide l'enfant à se développer et à grandir grâce au plaisir de jouer. Pour répondre aux principes du Play Lab, un jouet doit avoir prouvé sa valeur ajoutée, être résistant



### Ma belle valisette

Cette belle valisette contient cinq jouets et quatre chansons, grâce auxquels votre bébé apprend en jouant. Avec le hochet téléphone, le petit miroir, le bracelet, la carte de crédit et les clés, votre enfant peut imiter précisément sa maman, tout en apprenant l'alphabet, les couleurs, les chiffres et bien d'autres choses.



[www.fisher-price.fr](http://www.fisher-price.fr)

Fisher-Price, Inc., une filiale de Mattel, Inc., East Aurora, NY 14002. © 2011 Mattel, Inc. Tous droits réservés.

Nous accompagnons votre enfant à chaque étape de son développement.



et durable et aider à stimuler le développement de l'enfant.

En pratique, des enfants de différents âges sont invités à venir jouer avec les nouveaux jouets mis au point par Fisher Price. Ils sont observés par les personnes qui ont mis le jouet au point ainsi que par des éducateurs. Ceci leur permet de comprendre comment l'enfant joue avec ce jouet et ce qu'il y aime, et de voir si le matériel du jouet est solide.

D'autre part, des discussions sont organisées avec les mamans, pour savoir ce qu'elles aiment ou pas dans un jouet, ce qu'elles souhaiteraient avoir comme jouet pour leur enfant, à quoi elles sont attentives quand elles choisissent un jouet, etc.

La récolte de ces différentes informations permettra à Fisher Price de mettre sur le marché le jouet parfaitement adapté à l'âge de l'enfant et à ses capacités.

Car développer un jouet pour un enfant, c'est lui donner un outil pour se développer et grandir, en s'amusant.

## Conclusion

Jouer avec son enfant est un plaisir que l'on partage avec lui, en l'aidant à progresser. C'est aussi mieux le connaître en l'observant utiliser un jouet, organiser son jeu, réagir à ce qui lui plaît ou lui déplaît, imaginer d'autres utilisations d'un jouet. L'enfant aussi découvrira, via le jeu, une autre facette de son papa ou de sa maman.

Jouer avec son enfant, c'est se constituer une série de souvenirs de bons moments passés ensemble, avec des jouets auxquels on repense avec émotion.

F. Boise

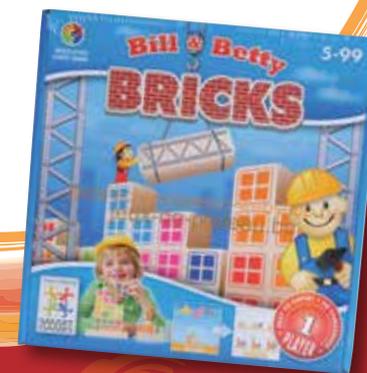


Brèves

## Construire avec Bill et Betty

Smart Games vient de sortir un nouveau jeu de logique : Bill and Betty Bricks. Dans ce jeu, le joueur, à partir de l'âge de 5 ans, doit aider deux bâtisseurs à construire une maison solide et stable. A l'aide de seulement 10 pièces différentes, il faut réaliser 60 modèles repris dans un petit livre, qui contient aussi les solutions.... Mais attention, pendant toute la construction, le petit bâtisseur qui aura été choisi, Bill ou Betty, doit toujours rester debout sur le toit de la maison !

**Prix de vente conseillé :**  
**24,90 €**



## Madagascar 3 : le jeu vidéo

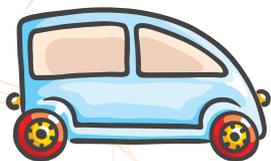


Dans ce jeu, la bande de Madagascar débarque en Europe. L'objectif : réaliser les missions folles des pingouins dans différentes villes européennes. Les rencontres dans le jeu sont nombreuses : non seulement Alex le lion, Marty le zèbre, Gloria l'hippopotame, Melman la girafe mais aussi le roi Julian, les chimpanzés Phil et Mason, Stephano le lion de mer, le tigre Vitaly et le jaguar Gia, qui vont vous aider à atteindre la destination finale : New York.

Vous allez sauter, nager, ramper, danser avec la troupe de Madagascar !

**Madagascar 3 est disponible pour PS3, DS, 3DS, Wii et Xbox.**





## Comment choisir un siège-auto?

**De quels critères tenir compte au moment de l'achat d'un siège-auto ou d'un rehausseur? Babyssimo vous guide.**

Petit ou grand, un enfant voyage en voiture dans un dispositif de retenue adapté à son poids, à sa taille et à son âge. Il doit également être correctement fixé dans la voiture et l'enfant doit y être bien attaché.

**Un conseil:** autant que possible, choisissez un siège-auto spécifique au poids de votre enfant, plutôt qu'un siège qui va couvrir une longue période de sa vie.

### Quelques conseils

- 1 Regardez si le siège-auto est-il homologué ? Tous les sièges-autos et rehausseurs homologués doivent avoir une étiquette portant plusieurs mentions :
  - "UNIVERSAL" (le dispositif est homologué pour tous les marques de voiture),
  - la gamme de poids des enfants à laquelle est destiné le siège,
  - la lettre « E » qui certifie la conformité à la norme européenne,
  - un chiffre à côté du E qui indique le numéro du pays qui a homologué le siège,
  - un numéro d'homologation qui doit commencer par 03 ou 04.
- 2 Prenez le temps d'essayer le siège-auto dans votre voiture, pour voir si sa largeur ne dépasse pas celle du siège de la voiture et la ceinture de sécurité est suffisamment longue pour bien l'attacher.
- 3 Si possible, prenez l'enfant avec vous pour essayer le siège et voir s'il y est bien installé
- 4 Changez de siège dès l'enfant dépasse le poids prévu pour le siège et/ou si sa tête dépasse du dossier du siège-auto.



Pratique

### De la naissance à 13 kg

La catégorie correspond à cet âge est le groupe 0+. Le bébé est en position semi-allongée, il est maintenu par un harnais et des sangles entre les jambes. Préférez un modèle avec un réducteur d'assise: si votre bébé a un petit poids, il sera mieux installé. D'autre part, un cale-tête garantit un meilleur confort à bébé.

Ce type de siège-auto se fixe toujours dos à la route: en cas de collision frontale, le risque de blessures graves ou de décès est diminué. S'il est fixé sur le siège avant, il faut absolument désactiver l'airbag frontal, sous peine de faire courir un danger mortel au bébé. Les lits-bébés ou nacelles n'offrent pas la même protection en cas d'accident, même s'ils sont bien attachés.

### De 9 à 18 kg: le groupe 1

L'enfant peut être installé face à la route, dans un siège à harnais. En effet, il se tient assis et peut résister s'il est propulsé vers l'avant en cas de freinage. Assurez-vous que le dossier soit bien réglable, l'assise inclinable et les sangles du harnais assez longues, car l'enfant va grandir...

### Des rehausseurs pour les plus grands

A partir de 15 kg et jusqu'à 36 kg, l'enfant peut être attaché directement avec la ceinture de sécurité, à condition de se trouver sur un coussin rehausseur. L'idéal est que celui-ci soit équipé d'un dossier amovible: sa tête sera mieux soutenue, elle sera mieux protégée en cas de choc et la ceinture de sécurité sera mieux guidée.

M.-F. Robin



POUR PLUS D'INFORMATIONS :

- [www.ibsr.be](http://www.ibsr.be): Sécurité des enfants en voiture
- [www.jesuispour.be](http://www.jesuispour.be) (rubrique Législation routière : transports d'enfants)
- [www.test-achats.be](http://www.test-achats.be) (pour des articles comparatifs sur les sièges-autos)



Brèves

## Un concours chez A-DERMA

AVENA RHEALBA®

En 1982, A-DERMA lançait son 1<sup>er</sup> produit, le Pain Dermatologique au lait d'Avoine Rhéalba®. Trente ans après, l'hygiène chez A-DERMA, c'est 1 référence sur 3 et une réponse complète de spécialiste avec une offre adaptée à toutes les peaux et pour toute la famille. Les produits d'hygiène A-DERMA sont tous: à base d'Avoine Rhéalba®: apaisante, hydratante et protectrice, sans savon & sans paraben, avec un pH physiologique 5,5 qui respecte et préserve la peau. Avec A-DERMA c'est prendre soin de sa peau des la douche avec plaisir, efficacité, douceur et sécurité.

**Venez vite vous inscrire sur le mini-site [www.hygiene.aderma.be](http://www.hygiene.aderma.be) et tentez de gagner 1 an de produits d'hygiène gratuits !**



## Pour rafraîchir et nettoyer la peau de bébé

Sa pureté authentique et sa composition minérale équilibrée font du Brumisateu<sup>®</sup> evian<sup>®</sup> un produit idéal pour les peaux sensibles des bébés, que de nombreuses mamans emportent dans leur sac de soins.

Vous pouvez utiliser votre Brumisateu<sup>®</sup> evian<sup>®</sup> afin de nettoyer les petites mains ou le visage de l'enfant, après l'avoir changé, ou bien pour lui hydrater la peau et le rafraîchir pendant les journées chaudes. Hypoallergénique, il prend soin de la tendre peau du bébé en totale douceur pour que votre petit bout'chou conserve encore des années.

Prix de vente recommandé: 50 ml, € 2.95 ; 150 ml, € 5.95 ; 300 ml, € 8.90

Points de vente: Delhaize, Di et dans les pharmacies



Concours

## Concours Babyssimo

A gagner:



BABYBJÖRN



► Tablier Babybjörn  
(3x1 tablier sera offert)



► Jeu PS3  
Madagascar 3  
(3 x 1 jeu sera offert)



► Coussin d'allaitement  
(3 x 1 coussin sera offert)  
**à retirer dans les bureaux  
de Babyssimo**



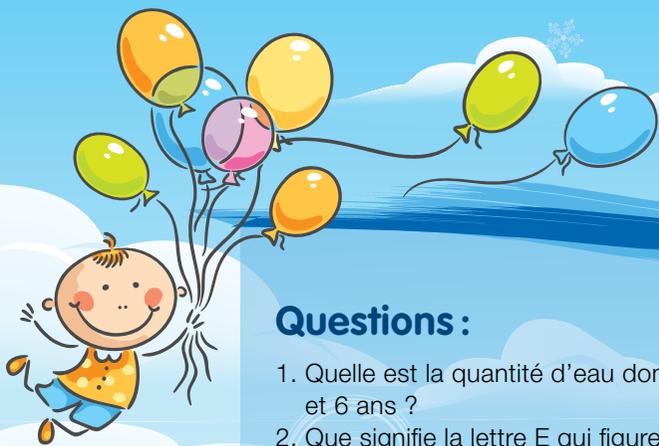
► Porteur'A Balle  
(3 x 1 Porteur'A balle  
sera offert)

► Rock and Roll Ring  
Stacker Toy  
(3 x 1 jeu sera offert)



Nous remercions nos différents partenaires pour les cadeaux offerts: Babybjörn, DreamWorks, Chicco, Playskool et Sassy.





### Questions :

1. Quelle est la quantité d'eau dont a besoin un enfant entre 1 et 6 ans ?
2. Que signifie la lettre E qui figure sur l'étiquette d'un siège-auto ?
3. A quelle vitesse grandit le pied d'un bébé jusqu'à 2 ans (en terme de pointure) ?

### Question subsidiaire (pour répartir les éventuels ex-aequo):

Combien de bulletins de participation au concours recevrons-nous avant le 20 septembre 2012 ? Les gagnants seront avertis personnellement le 1<sup>er</sup> octobre 2012 au plus tard.

### Coupon-réponse

Réponse à la question 1 : .....

Réponse à la question 2 : .....

Réponse à la question 3 : .....

Réponse à la question subsidiaire : .....

Nom et prénom : .....

E-mail : .....

Adresse : .....

Tél. : .....

Bulletin de participation à renvoyer dans une enveloppe dûment affranchie à  
NEW WAY, Concours Babyssimo N°13, 775, chée de Louvain - 1140 Evere

Afin de répondre encore mieux à vos attentes et de développer les sujets qui vous intéressent, envoyez-nous vos suggestions, remarques et commentaires. Le comité de rédaction vous en remercie d'avance!

Vous pouvez  
protéger votre bébé  
de plusieurs façons



Contribue au  
développement normal  
de la vue  
des nourrissons

# Novalac

## Premium

Venez découvrir la nouvelle gamme  
Novalac Premium en pharmacie.

Grâce à la concentration élevée en DHA, l'acide gras semi-essentiel, Novalac Premium 2 contribue au développement normal de la vue des nourrissons jusqu'à l'âge de 12 mois. Novalac Premium 2 vous offre aussi des nucléotides ainsi que des fibres prébiotiques qui aident à améliorer la résistance de votre bébé.



# Novalac

Le lait maternel est l'aliment idéal du nourrisson. Consultez votre médecin avant de décider de l'utilisation d'un lait pour nourrissons. Il est important pour votre enfant d'avoir une alimentation variée et équilibrée ainsi qu'un mode de vie sain. L'effet bénéfique du DHA est obtenu par la consommation journalière de 100mg.

Il sait que Planta est bon.  
Mais pas à quel point.



Il sait que le pain, c'est bien meilleur avec Planta. Mais ce qu'il ne sait pas, c'est que Planta contient des graisses essentielles qui sont importantes pour sa croissance et son développement. Que son corps ne fabrique pas ces graisses lui-même et qu'il lui faut donc les trouver dans ce qu'il mange. Tout ça, il ne le sait pas et ce n'est pas bien grave, parce que sa maman, elle, le sait. Plus d'information sur les valeurs nutritionnelles et les apports journaliers recommandés de Planta sur [www.planta.be](http://www.planta.be)



ILS GRANDISSENT SI BIEN AVEC PLANTA SUR LEUR PAIN.