

Après une inondation

Alimentation de nourrissons



Le ministère de l'Environnement et du Changement climatique (ECC) de la Nouvelle-Écosse recommande de vous préparer en cas d'urgence au travail et à la maison. Les situations d'urgence peuvent inclure un ouragan, une inondation, une tempête de neige et une panne de courant.

- À la maison, vous devriez avoir un approvisionnement suffisant pour trois jours en eau, en aliments en conserve et séchés et en médicaments sur ordonnance, ainsi que des fournitures d'urgence telles que des lampes de poche, une radio à piles ou à manivelle, des piles, une trousse de premiers soins et un thermomètre.
- En cas d'urgence, des alertes seront diffusées par le système En Alerte à la radio et à la télévision, ainsi que sur Twitter et Facebook par le Bureau de gestion des urgences.
- Des renseignements supplémentaires sur les plans et les trousse d'urgence se trouvent sur le site Web du [Bureau de gestion des urgences de la Nouvelle-Écosse](#).

Alimentation des nourrissons

- Les enfants qui sont allaités au sein peuvent continuer d'être allaités au sein. Les mères qui allaitent doivent rester au chaud, bien manger et boire suffisamment de liquide.
- Pour les enfants qui boivent de la préparation pour nourrissons, utilisez une préparation prête à servir dans la mesure du possible.

Entreposage et manipulation sécuritaires du lait maternel exprimé

- Les lignes directrices pour l'entreposage du lait maternel sont les suivantes :

Endroit	Température	Durée
Température ambiante	18-30 °C	3-4 heures
Au réfrigérateur (sans avoir été congelé auparavant)	0-4 °C	5 jours; idéalement moins de 3 jours
Dans un congélateur intégré à un réfrigérateur	temp. variée <0 °C	2 semaines
Dans un congélateur ayant sa propre porte	temp. variée <0 °C	3-6 mois
Dans un surgélateur	-19 °C	6-12 mois

- Si le bébé ne boit pas tout le lait maternel exprimé d'un coup, le lait peut être consommé dans un délai d'une à deux heures; après ce délai il faut le jeter.
- Du lait décongelé peut être conservé au réfrigérateur pendant un maximum de 24 heures. Ne le recongelez pas.

Pour en savoir plus sur l'expression du lait maternel et l'utilisation du lait maternel exprimé, consultez [L'essentiel sur l'allaitement](#).

Alimentation au biberon et préparations en poudre ou concentrées :

- Il est très important que tout l'équipement utilisé pour nourrir les bébés et pour préparer le lait (maternel ou préparation pour nourrissons) soit bien nettoyé, bouilli et stérilisé si les bébés ont moins de 6 mois. Après 6 mois, il suffit de nettoyer l'équipement à l'aide d'une eau savonneuse et de bien rincer.
- Nettoyez toujours les biberons et les tétines avec de l'eau en bouteille, bouillie ou traitée avant de les utiliser de nouveau.
- Lavez-vous les mains avant de préparer un biberon et avant de nourrir un bébé. Vous pouvez utiliser du désinfectant pour les mains à base d'alcool pour vous laver les mains si votre approvisionnement en eau est limité.
- Si vous n'avez pas accès à des préparations prêtes à servir, utilisez de l'eau en bouteille pour préparer les préparations en poudre ou concentrées. Les préparations en poudre ne sont pas recommandées pour les bébés de moins de 2 mois. Suivez les directives sur l'emballage des préparations pour nourrissons.
- Si vous n'avez pas accès à de l'eau en bouteille, faites bouillir votre eau. Faites bouillir l'eau pendant au moins deux minutes à gros bouillons.

Pour en savoir plus sur la sécurité des préparations pour nourrissons, consultez [Les préparations pour nourrissons : ce qu'il faut savoir](#).