



Communiqué de presse de la Société Suisse de Nutrition SSN

Le nouveau guide « Mère et enfant » de la SSN

Berne, le 29 novembre 2011. La nouvelle édition entièrement remaniée du guide « Mère et enfant » de la Société Suisse de Nutrition SSN sort aujourd'hui de presse. Destiné aux jeunes et futurs parents, il aborde l'alimentation durant la grossesse, la période d'allaitement et la première année de vie de façon concrète et pratique.

Durant la grossesse, la période de l'allaitement et les premiers mois de vie du nouveau-né, l'alimentation est source de nombreuses questions. Que manger pour couvrir mes besoins nutritionnels et ceux de mon bébé en gestation? Dois-je éviter certains aliments durant l'allaitement? Quand et par quel aliment commencer l'alimentation à la cuillère? Le nouveau guide « Mère et enfant » de la Société Suisse de Nutrition SSN s'efforce d'y répondre de façon aussi concrète et pratique que possible.

L'alimentation et le mode de vie de la mère durant la grossesse et la période d'allaitement et l'alimentation durant les premiers mois de vie influencent le développement du fœtus et du nouveau-né, mais ont aussi un impact à plus long terme sur le métabolisme et la santé durant l'enfance voire la vie adulte. Le guide « Mère et enfant » se base sur les recommandations de la Société Suisse de Nutrition SSN, de l'Office fédéral de la santé publique OFSP et de la Société Suisse de Pédiatrie pour présenter les grandes lignes d'une alimentation promotrice de santé.

La venue au monde d'un enfant est une occasion motivante pour les parents d'adopter des habitudes alimentaires et un mode de vie favorables à la santé. « Mère et enfant » fournit des informations de base sur les besoins spécifiques de la femme enceinte et allaitante et sur les précautions à prendre pour éviter certains risques alimentaires durant ces périodes, il présente les grandes lignes d'une alimentation équilibrée pour tous et il informe sur la meilleure façon de nourrir son enfant durant la première année de sa vie. Avec des conseils pratiques, des idées de menus, des repères quantitatifs, « Mère et enfant » guide les futurs et jeunes parents sur la façon de composer une alimentation équilibrée et promotrice de santé pour eux-mêmes et leur enfant.



Le guide « Mère et enfant » est disponible au prix de CHF 24.90 (CHF 19.90 pour les membres de la SSN) sur le shop SSN www.sge-ssn.ch/shop ou par e-mail à shop@sge-ssn.ch ou par téléphone au +41 58 268 14 14 ou par fax +41 58 268 14 15.



Mère et enfant – L'alimentation durant la grossesse, l'allaitement et la 1^e année de vie, Société Suisse de Nutrition SSN, 3^{ème} édition actualisée, 2011

Un livre en format A5, illustré, en couleur, 112 pages

La Société Suisse de Nutrition SSN

La SSN est l'organisation nationale de référence dans le domaine de l'alimentation. La SSN informe la population et les professionnels à l'aide de données scientifiquement fondées concernant l'alimentation. Elle compte plus de 7'000 membres et abonnés, dont la plupart sont des professionnels de la nutrition, de la formation ou de la santé ainsi que des consommateurs intéressés par les questions touchant à l'alimentation.

L'Info média de la SSN

La SSN propose l'Info média, un bulletin électronique adressé aux représentants des médias. Si vous souhaitez figurer sur notre liste de distribution, envoyez-nous un courrier électronique à l'adresse media@sge-ssn.ch. Les organes de presse peuvent également s'abonner gratuitement à la revue de l'alimentation Tabula de la SSN (tabula.ch) parution trimestrielle.

Service d'information NUTRINFO®

Les questions concernant l'alimentation peuvent être adressées directement au service d'information NUTRINFO®. Les professionnels de la SSN sont également à disposition pour des interviews ou la recherche de documentation ou d'experts.

Tél. +41 31 385 00 08, lundi - vendredi, 8h30 - 12.00h

nutrinfo-f@sge-ssn.ch, www.nutrinfo.ch

Contacts

Muriel Jaquet et Steffi Schluechter

Tel +41 31 385 00 07

Email m.jaquet@sge-ssn.ch