



article 2 artikel 2

Le droit de téter en plein air

Het recht om buiten
de borst of een
flesje te krijgen

LES BÉBÉS ONT LE DROIT DE SE NOURRIR N'IMPORTE OÙ!

Lorsqu'ils ont faim, les bébés doivent manger, quel que soit l'endroit où ils se trouvent. Le rythme et la fréquence auxquels les bébés réclament de la nourriture est très variable et cela évolue au cours de leur développement. Si l'OMS recommande l'allaitement exclusif jusqu'à l'âge de 6 mois au moins, les bébés peuvent être nourris au biberon dès lors que leurs besoins alimentaires sont remplis. De leur naissance à leurs 12 mois, la fréquence moyenne à laquelle les bébés demandent à manger se produit toutes les 2 à 3 heures, qu'ils soient nourris au sein comme au biberon. Les bébés mangent plus fréquemment pendant les poussées de croissances (vers l'âge de 3 semaines, 3 mois, 6 mois puis 9 mois). Il s'agit de répondre à leurs besoins énergétiques pour qu'ils se développent et grandissent correctement : cela signifie qu'ils passent de 550 à 1050 calories par jour lorsqu'ils atteignent un an. Ainsi, les bébés doivent pouvoir manger à leur demande quel que soit l'heure ou le lieu où ils se trouvent. Cela signifie qu'ils doivent pouvoir se nourrir y compris lorsqu'ils se trouvent en dehors du domicile. Les espaces publics doivent donc offrir les conditions pour que les tout-petits puissent prendre le sein ou le biberon lorsqu'ils en ont besoin.

En Belgique, l'allaitement dans les espaces publics est protégé par l'amendement 0165/0033 du 22 octobre 2019 condamnant toute discrimination ou comportement indésirable entravant la pratique. L'HoReCa bruxellois et certains espaces publics fédéraux, situés principalement dans le centre-ville, se sont dotés de labels accueillant les mères allaitantes afin de les encourager. Mais pouvoir allaiter ou donner son biberon aux bébés lorsqu'ils le demandent ne doit pas faire l'objet d'une exception mais doit devenir la règle. Tous les espaces publics doivent permettre aux bébés d'être nourris lorsqu'ils en ont besoin. Les mères qui allaitent ou les adultes qui donnent le biberon ne doivent être ni isolés ni stigmatisés.

Donnons une place dans l'espace public à la tétée ! Il faut penser des assises confortables, des bancs et des fauteuils avec dossiers et accoudoirs pour permettre aux adultes de s'installer avec les bébés pour leur donner à manger. Il faut offrir des espaces ombragés, abrités du soleil ou de la pluie et ménager aussi parfois des espaces à l'abri des regards pour les parents souhaitant créer un moment d'intimité lors de la tétée sans pour autant les isoler. Nourrir les tout-petits peut également être un moment de partage et de sociabilité.

Faisons de l'espace public un environnement où les tout-petits peuvent se nourrir librement dès qu'ils en ont besoin!

BABY'S DIE HONGER HEBBEN, MOETEN ETEN – WAAR ZE OOK ZIJN!

Het ritme en de frequentie waarmee ze voedsel vragen, is heel variabel en verandert naarmate ze zich ontwikkelen. Hoewel de WGO tot de leeftijd van minstens 6 maanden uitsluitend borstvoeding aanbeveelt, mogen baby's ook flesvoeding krijgen die aan hun voedingsbehoeften voldoet. Vanaf de geboorte tot 12 maanden vragen baby's gemiddeld om de 2 tot 3 uur om eten, ongeacht of ze borst- of flesvoeding krijgen. Baby's eten vaker tijdens de groeipunten (rond de leeftijd van 3 weken, 3 maanden, 6 maanden en 9 maanden). We moeten aan hun energiebehoeften voldoen, zodat ze zich goed kunnen ontwikkelen en groeien. Tegen hun eerste verjaardag moeten ze van 550 naar 1.050 calorieën per dag gegaan zijn. Baby's moeten kunnen dus worden gevoed wanneer ze het vragen, op elk moment van de dag en waar ze ook zijn. Dat betekent dat ze ook buitenshuis te eten moeten krijgen. De openbare ruimte moet daarom de juiste omstandigheden bieden om baby's de borst of een flesje te geven wanneer ze honger hebben.

In België wordt borstvoeding in de openbare ruimte beschermd door het amendement 0165/0033 van 22 oktober 2019, dat elke vorm van discriminatie of ongewenst gedrag veroordeelt die deze praktijk belemmert. De Brusselse HoReCa en bepaalde federale openbare ruimten, voornamelijk in het stadscentrum, hebben labels ingevoerd die moeders die borstvoeding geven verwelkomen om hen aan te moedigen.

Maar de mogelijkheid om baby's borst- of flesvoeding te geven wanneer ze dat vragen, hoort geen uitzondering te zijn maar de regel. In alle openbare ruimten moeten baby's gevoed kunnen worden wanneer ze daar behoefte aan hebben. Borstvoedende moeders en volwassenen die een flesje geven, mogen niet worden geïsoleerd of gestigmatiseerd.

Laten we de voeding een plaats geven in de openbare ruimte! Denk aan comfortabele zitjes, banken en fauteuils met rugleuning en armleuningen, zodat de volwassenen rustig kunnen zitten om hun baby te voeden. Er moeten schaduwrijke plekken zijn, beschut tegen de zon of regen, en soms plekken buiten het zicht, voor ouders die wat privacy wensen tijdens het voeden, zonder ze daarom af te zonderen. De allerkleinsten voeden, kan ook een moment van delen en sociabiliteit zijn.

Laten we van de openbare ruimte een omgeving maken waar de allerkleinsten zonder problemen te eten kunnen krijgen als dat nodig is!