

NANNA SICURA

Nei primi mesi di vita

- la **posizione** più idonea per dormire è quella **sulla schiena**
- fatelo dormire su **materasso rigido** senza cuscino, nella vostra stanza ma **non nel letto** con voi
- se sta nel letto con voi fatelo stare sempre **sopra le vostre lenzuola** con una copertina sua per riscaldarlo
- se è nel letto con voi tirate **sempre su le sponde** laterali e non volgetegli mai le spalle dormendo

During the first months of life

- The safest sleeping position for your baby is on its back
- Your baby must sleep on a firm mattress with no pillow, in your room, but not in your bed
- If you have to keep your baby in your bed, lay him over your blankets, put side protections and never turn your back to the baby



ALLATTATELO AL SENO

- il latte materno è il **miglior alimento**
- fate il possibile per allattare il vostro bimbo al seno

-Breastmilk is the best food for your baby, do your best to breastfeed



NON FATELO FUMARE

- non fumate** e non tenete il bambino in ambienti dove si fuma
- il fumo rimane negli ambienti e sui vestiti,
- ci si deve lavare e cambiare prima di prendere il neonato in braccio

Keep your baby smoke free

- Do not smoke or keep your baby in smoky places



MEGLIO FRESCO

- non copritelo troppo**
- non avvolgetelo stretto nelle coperte

- Do not dress your baby too much
- Do not wrap up your baby tightly in blankets

