













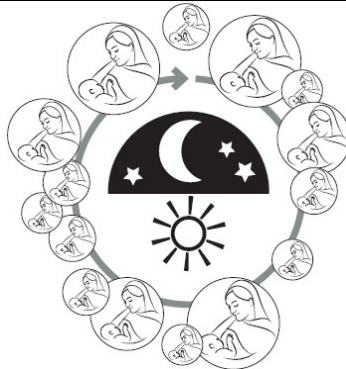
<p>English</p> 	<p>Start breastfeeding within the first hour of your baby's life. During that time, mother and child should possibly not be separated and stay in skin-to-skin contact.</p>
<p>Deutsch</p> 	<p>Mit dem Stillen sollten Sie möglichst in der ersten Lebensstunde beginnen. Während dieser Zeit sollten Mutter und Kind möglichst nicht getrennt werden und in Hautkontakt bleiben.</p>
<p>Nederlands</p> 	<p>Geef je baby in het eerste uur na de geboorte de kans om aan de borst te gaan. Indien mogelijk blijft de baby huid-op-huid bij de moeder.</p>
<p>Hrvatski</p> 	<p>Prvi podoj započnite unutar prvog sata djetetovog života. Tijekom tog razdoblja, ukoliko je moguće, majka i dijete ne bi se smjeli razdvajati već biti u kontaktu koža na kožu.</p>
<p>Slovenský</p> 	<p>S dojčením by ste mali začať v priebehu prvej hodiny po pôrode. V týchto prvých okamihoch by matka a dieťa mali zostať v kontakte koža na kožu, nemali by byť vzájomne odlúčené.</p>
<p>فارسی</p> 	<p>در حد امکان تغذیه نوزاد خود را با شیر مادر از ساعت اول زندگی شروع کنید. توصیه میشود که در طول این زمان مادر و کودک از همدیگر جدا نباشند و تماس بدنی داشته باشند.</p>
<p>Ελληνικά</p> 	<p>Ξεκινήστε τον θηλασμό μέσα στην πρώτη ώρα της ζωής του μωρού σας. Κατά την ώρα αυτή η μητέρα και το παιδί δε θα πρέπει κατά το δυνατόν να χωρίζονται αλλά να βρίσκονται σε επαφή δέρμα με δέρμα.</p>
<p>Suomi</p> 	<p>Imetys on hyvä aloittaa vauvan ensimmäisen elintunnin aikana. Tuona aikana äidin ja lapsen tulisi pysyä mahdollisuuksien mukaan ihokontaktissa.</p>
<p>Italiano</p> 	<p>Inizia ad allattare il tuo bambino entro la prima ora di vita . Durante questo tempo se possibile la madre ed il neonato non dovrebbero essere separati e dovrebbero stare in contatto pelle a pelle</p>
<p>Român</p> 	<p>Incepeti alaptarea in prima ora de la nastere. In acest timp daca se poate copilul sa nu fie despartit de mama si sa fie asezat "piele-pe-piele" (skin-to-skin).</p>

 <p>1</p>	
<p>Danske</p> 	<p>Start amningen i den første time efter fødslen. Mor og barn bør så vidt muligt ikke adskilles, men forblive uforstyrret hud mod hud.</p>
<p>Polskie</p> 	<p>Rozpocznij karmienie piersią w ciągu godziny po porodzie. W tym czasie mama i dziecko pozostają w kontakcie skóra do skóry i nie powinni być rozdzielani.</p>
<p>Український</p> 	<p>Починайте годувати ваше немовля грудьми з першу години його життя. У цей час не можна розділяти матір і дитину, між ними має відбутися тілесний контакт «шкіра до шкіри».</p>
<p>Русский</p> 	<p>Начинайте кормление грудью с момента рождения ребенка. Желательно непосредственный кожный контакт между матерью и ребенком.</p>
<p>Slovenščina</p> 	<p>Z dojenjem pričnite v prvi uri po rojstvu otroka. V tem času naj mati in otrok ne bosta ločena. Priporočljivo je, da sta mati in otrok v stiku kože na kožo.</p>
<p>Español</p> 	<p>Comienza la lactancia durante la primera hora de vida de tu bebé. Durante este tiempo, lo más recomendable es que madre e hijo no sean separados y permanezcan en contacto piel con piel.</p>
<p>Lietuviškai</p> 	<p>Naujagimį pradėkite žindyti per pirmąją valandą po gimimo. Jei tik įmanoma, mama ir kūdikis turėtų būti neatskiriami ir glaustis oda prie odos visą šį laikotarpį.</p>

	
<p>English</p> 	<p>During the first days your baby receives especially valuable colostrum - the first milk. Even though the amount is small it is usually sufficient for your child and strengthens its immune defenses. On the 3rd or 4th day the milk starts flowing more abundantly, you will probably feel this engorgement by an increased tension in your breasts.</p>
<p>Deutsch</p> 	<p>In den ersten Tagen erhält ihr Baby besonders wertvolles, Kolostrum, die erste Milch. Auch wenn die Menge klein ist, reicht dies für Ihr Kind im Normalfall aus und stärkt seine Immunabwehr. Am 3. oder 4. Tag beginnt die Milch reichlicher zu fließen, vermutlich verspüren Sie diesen Milcheinschuss mit einer vermehrten Spannung in den Brüsten.</p>
<p>Nederlands</p> 	<p>Gedurende de eerste dagen krijgt de baby het waardevolle colostrum, de eerste melk. De hoeveelheid is klein, juist wat de baby nodig heeft voor zijn eerste immunisatie. Vanaf dag 3 a 4 wordt er meestal meer melk geproduceerd, wat je kan voelen door extra spanning in je borsten. Dit heet stuwing.</p>
<p>Hrvatski</p> 	<p>Tijekom prvih dana djetetova života, dijete dobiva vrijedan kolostrum-prvo mlijeko. Iako ga ima u malim količinama obično je dostatno kako bi zadovoljilo djetetove potrebe za hranom te mu osnažilo imunitet. 3.-4. dana mlijeko se počinje stvarati u većoj količini te možete osjetiti naglo punjenje u vašim dojčkama kao povećanu napetost dojka.</p>
<p>Slovenský</p> 	<p>V prvých dňoch po narodení dostáva dieťa vysokohodnotné kolostrum - prvé materské mlieko. I keď je množstvo kolostra menšie, zvyčajne Vášmu dieťaťu postačí a posilní jeho obranyschopnosť. Na 3. – 4. deň začína materské mlieko výraznejšie odkvapkávať, čo pociťujete ako intenzívnejšie napätie v prsníkoch – tzv. iniciálne naliatie prsníkov.</p>
<p>فارسی</p> 	<p>در روزهای اول به نوزاد شما شیر اول و یا گلستروم یا اغوز میرسد. اگر چه مقدار ناچیز است ولی برای نوزاد شما کافی میباشد و سیستم ایمنی بدن او را تقویت میکند. در روز سوم و چهارم شیر بیشتر ترشح میشود، احتمالاً با سفت شدن سینه‌های خود افزایش جریان شیر را حس میکنید.</p>
<p>Ελληνικά</p> 	<p>Κατά τη διάρκεια των πρώτων ημερών το μωρό σας δέχεται το εξαιρετικά σημαντικό πύαρ- το πρωτογάλα. Ακόμα και αν η ποσότητα του είναι μικρή συνήθως είναι αρκετή για το παιδί σας και ισχυροποιεί το αμυντικό του σύστημα. Την 3^η ή 4^η ημέρα το γάλα αρχίζει να τρέχει με περισσότερη αφθονία και εσείς πιθανόν να αισθανθείτε αυτή την υπερφόρτωση σαν αύξηση της τάσης στα στήθη σας.</p>
<p>Suomi</p> 	<p>Vauva saa ensimmäisien elinpäivien aikana erittäin arvokasta ensimmäitoa colostrumia. Vaikka määrä onkin pieni, on se useimmiten riittävä lapselle ja vahvistaa samalla vauvan immuunivastetta. 3. tai 4. päivänä maito alkaa nousta enenevässä määrin ja tuolloin rinnoissa tuntuu usein jännitystä ja arkuutta.</p>

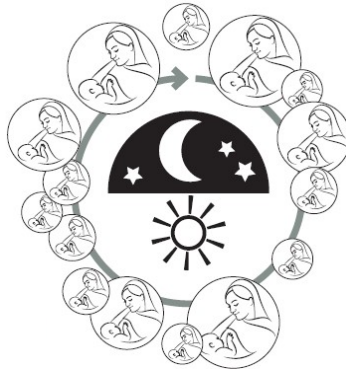
	
<p>Italiano</p> 	<p>Durante i primi giorni il tuo bambino riceve il colostro particolarmente prezioso- il primo latte . Se pure la quantità è piccola è di solito sufficiente per il tuo bambino e rafforza le sue difese immunitarie. Al terzo e quarto giorno il latte inizia a defluire più abbondantemente e probabilmente sentirai questo ingorgo con un aumento di tensione nelle mammelle</p>
<p>Român</p> 	<p>In prima zi copilul dvs. Primeste primul lapte, “colostul”, un lapte deosebit de valoros. Si daca cantitativ e putin, deobicei e sufficient si intareste si sistemul imunitar al copilului. In a 3 –a, 4-a zi laptele curge mai bine, probabil o sa va simtiti sanii “angorjati”, tensionati.</p>
<p>Danske</p> 	<p>I de første dage efter fødslen, får barnet det vigtige kolostrum – råmælken. Mængden af kolostrum er lille, men den indeholder præcis, hvad det raske, nyfødte barn har brug for de første dage og medvirker samtidig til at barnets immunforsvar styrkes. På 3. eller 4. dagen løber den modne mælk til og mælkemængden stiger. Brysterne kan i disse dage blive ømme og spændte.</p>
<p>Polskie</p> 	<p>W czasie kilku pierwszych dni po porodzie dziecko dostaje bardzo cenną siarę - to jest pierwszy pokarm. Nawet jeśli jest jej niewiele, zwykle wystarcza twojemu dziecku i wzmacnia jego ochronę immunologiczną. W trzecim lub czwartym dniu po porodzie zaczyna pojawiać się znacznie więcej mleka, możesz wtedy odczuwać przepełnienie piersi i zwiększone napięcie piersi.</p>
<p>Український</p> 	<p>У перші дні життя ваше немовля отримує особливо цінне молозиво – перше молоко. Хоча кількість молозива, що виробляється, мала, та її достатньо для годування і забезпечення імунітету вашої дитини. На третій чи четвертий день молоко починає приходити більш рясно, і ви, ймовірно, відчуєте це наповнення як підвищену напруженість у ваших грудях.</p>
<p>Русский</p> 	<p>В первые дни ваш ребенок получает молозиво - очень ценное первое молоко. В небольшом количестве, но достаточном для укрепления иммунной системы вашего ребенка . На третий или четвертый день молоко прибывает очень быстро и вы возможно почувствуете напряжение в груди. Это называется застой.</p>
<p>Slovenščina</p> 	<p>V prvih dneh vaš otrok prejema dragoceno mlezivo – prvo materino mleko. Že majhne količine mleziva zadoščajo otrokovim potrebam in okrepijo njegov imunski sistem. Količina mleka se poveča 3 ali 4 dan, kar boste lahko občutili kot napetost v dojkah.</p>

<p>Español</p> 	<p>Durante los primeros días de vida, tu bebé recibe el invaluable calostro – la primera leche. Aunque se presenta en poca cantidad es generalmente suficiente para cubrir las necesidades de tu bebé y fortalece el sistema inmunológico. En el 3er o 4to día, la leche comienza a fluir más abundantemente, por lo que es probable que sientas los senos congestionados y más firmes al tacto.</p>
<p>Lietuviškai</p> 	<p>Pirmosiomis gyvenimo dienomis, Jūsų kūdikis gauna ypatingai vertingo priešpienio – pirmojo pieno. Jo pasigamina nedaug, bet tokio kiekio pakanka, kad būtų patenkinti Jūsų naujagimio poreikiai ir stiprėtų jo imunitetas. Dažniausiai trečią – ketvirtą parą po gimdymo pieno gamyba suintensyvėja – krūtys pritvinksta, Jūs galite jausti padidėjusį tempimą.</p>










3

<p>English</p> 	Frequent feedings, even at night guarantee an adequate milk supply.
<p>Deutsch</p> 	Häufige Stillmahlzeiten, auch in der Nacht, garantieren eine ausreichende Milchbildung.
<p>Nederlands</p> 	Frequente voedingen, ook 's nachts, garanderen een adequate melkproductie.
<p>Hrvatski</p> 	Česti podoji, čak i tijekom noći osigurati će potrebnu količinu mlijeka.
<p>Slovenský</p> 	Časté dojčenie, aj v noci, zaručí dostatočnú tvorbu materského mlieka.
<p>فارسی</p> 	شیر دادن بطور مکرر تولید شیر را به حد کافی تضمین میکند.
<p>Ελληνικά</p> 	Συχνοί θηλασμοί, ακόμα και τη νύχτα, εγγυώνται την επαρκή προσφορά γάλακτος
<p>Suomi</p> 	Riittävän tiheä imetys, myöskin yöaikana, takaa riittävän maidontuotannon.
<p>Italiano</p> 	Poppate frequenti, garantire anche di notte una adeguata introduzione di latte
<p>Român</p> 	Supturile frecvente, chiar si noaptea sunt garantia unei secretii lactate adecvate.



3

<p>Danske</p> 	<p>Regelmæssig amning, også om natten, sikrer en tilstrækkelig mælkeproduktion.</p>
<p>Polskie</p> 	<p>Częste karmienia, także w nocy zapewniają odpowiednią ilość pokarmu.</p>
<p>Український</p> 	<p>Часті прикладання, навіть вночі, гарантують адекватний приплив молока.</p>
<p>Русский</p> 	<p>Частые кормления, даже в ночное время гарантируют достаточную выработку молока</p>
<p>Slovenščina</p> 	<p>Zadostno količino mleka zagotavljajo pogosti podoji, tudi ponoči.</p>
<p>Español</p> 	<p>Las tomas frecuentes, inclusive durante la noche, aseguran una producción adecuada de leche.</p>
<p>Lietuviškai</p> 	<p>Dažnas žindymas (netgi naktį), užtikrina, jog pieno pasigamins pakankamai.</p>



 <p>4</p>	
<p>English</p> 	<p>Milk production depends on how much milk is actually wanted by the child. In the first days additional food, liquids or pacifiers can disturb this feedback loop and should be avoided.</p>
<p>Deutsch</p> 	<p>Die Milchbildung ist abhängig davon, wie viel Milch vom Kind eingefordert wird. Zusätzliche Nahrung, Flüssigkeiten oder Schnuller in den ersten Tagen können diesen Regelmechanismus stören, und sollten daher vermieden werden.</p>
<p>Nederlands</p> 	<p>Melkproductie hangt af van de vraag van het kind. In de eerste dagen extra voedsel, vloeistoffen of fopspeen kan deze feedback loop verstoren.</p>
<p>Hrvatski</p> 	<p>Stvaranje mlijeka ovisi o tome koliko će ga dijete trebati. U prvim danima života dodatna hrana, tekućina ili dudu varalica mogu poremetiti proces ponude i potražnje pa ih treba izbjegavati.</p>
<p>Slovenský</p> 	<p>Tvorba materského mlieka závisí od toho, koľko a ako často dieťa saje na prsníku. Dokrmovanie umelou výživou, tekutinami či používanie cumľov v prvých dňoch po narodení negatívne ovplyvňuje tento regulačný mechanizmus, a preto sa neodporúča.</p>
<p>فارسی</p> 	<p>تولید شیر بستگی به میل و تقاضای نوزاد به شیر دارد. از تغذیه کودک با مواد غذایی مکمل، مایعات و یا پستانک در روزهای اول خودداری نمایید زیرا که این باعث اغتشاش در این مکانیزم میشود.</p>
<p>Ελληνικά</p> 	<p>Η παραγωγή γάλακτος εξαρτάται από το πόσο γάλα πραγματικά θέλει το παιδί. Τις πρώτες μέρες επιπλέον τροφή, υγρά ή πιπίλες μπορούν να διαταράξουν το μηχανισμό ανατροφodότησης και πρέπει να αποφεύγονται.</p>
<p>Suomi</p> 	<p>Maidon määrä on lapsen tarpeesta riippuvainen. Lisäravinto, nesteet ja tutin käyttö ensimmäisten päivien aikana häiritsevät tätä luonnollista säätelyä ja siksi niitä tulisikin välttää.</p>
<p>Italiano</p> 	<p>La produzione di latte dipende dalla quantità di latte che è richiesta in quel momento dal bambino. Nei primi giorni l'aggiunta di altri alimenti, liquidi e succhiotti può disturbare questo scambio di feedback e dovrebbe essere evitato</p>
<p>Român</p> 	<p>Secretia lactata depinde de cat vrea actualmente sa suga copilul Alimentele, lichidele suplimentare date in prima zi, sau suzeta poate conturba aceasta reglare de "cerere si oferta".</p>



4


<p>Danske</p> 	<p>Mælkeproduktionen reguleres ved at barnet sutter. Jo mere det sutter, jo mere mælk bliver der dannet. I de første dage efter fødslen kan ekstra modermælkserstatning, væske og brugen af sut forstyrre denne feedback mekanisme</p>
<p>Polskie</p> 	<p>Produkcja mleka jest zależna od tego, ile mleka potrzebuje dziecko. Pojenie, dokarmianie czy podawanie smoczka do uspokojenia w początkowym okresie może zaburzać ten mechanizm regulacyjny i dlatego należy ich unikać.</p>
<p>Український</p> 	<p>Приплив молока залежить від того, скільки молока дитина хоче насправді. Догодовування, допоювання, соски можуть порушити баланс в цій залежності і їх слід уникати.</p>
<p>Русский</p> 	<p>Производство молока зависит от того, сколько молока на самом деле нужно ребенку. В первые дни подкармливание, жидкости и пустышка могут нарушить эту связь, и поэтому их следует избегать.</p>
<p>Slovenščina</p> 	<p>Koliko mleka se bo tvorilo je odvisno od otrokovih potreb. Dodatna hrana, tekočina ali dudu v prvih dneh lahko zmotijo proces nastajanja mleka glede na potrebo, zato se jih je potrebno tega izogibati.</p>
<p>Español</p> 	<p>La producción de leche depende de la cantidad requerida por tu bebé. La utilización de alimentos y líquidos adicionales a la leche materna, tetinas o chupetes pueden afectar el mecanismo de suministro y deberían ser evitados.</p>
<p>Lietuviškai</p> 	<p>Pieno kiekis priklauso nuo kūdikio poreikių. Papildomas maistas, skysčiai ar čiulptukas gali sutrikdyti mamos ir kūdikio sąveiką – nerekomenduojama jų duoti kūdikiui pirmosiomis gyvenimo dienomis.</p>

 <p>5</p>	
English 	Breastfeeding is the natural continuation of pregnancy. The WHO recommends exclusive breastfeeding for a period of six months and continued breastfeeding after introducing appropriate supplementary food up to 2 years and beyond as long as mother and child wish.
Deutsch 	Stillen ist die natürliche Fortsetzung einer Schwangerschaft. Die WHO empfiehlt, Babys in den ersten 6 Monaten ausschließlich zu stillen, danach mit angemessener Beikost bis zum Alter von 2 Jahren und darüber hinaus solange Mutter und Kind dies möchten.
Nederlands 	Borstvoeding is een natuurlijke stap na de zwangerschap. De WHO adviseert exclusief borstvoeding gedurende de eerste 6 maanden en daarna in combinatie met ander voedsel zolang als moeder en baby willen tot tenminste 2 jaar.
Hrvatski 	Dojenje je prirodan nastavak na trudnoću. SZO preporuča isključivo dojenje u prvih 6 mjeseci te nastavak dojenja, nakon uvođenja krute hrane, do druge godine života pa i duže ukoliko to žele majka i dijete.
Slovenský 	Dojenje je prirodan nastavak na trudnoću. SZO preporuča isključivo dojenje u prvih 6 mjeseci te nastavak dojenja nakon uvođenja krute hrane do druge godine života pa čak i duže ukoliko to žele majka i dijete, te koliko god žele.
ىفارس 	شیر دادن ادامه طبیعی بارداری میباشد. سازمان بهداشت بین المللی توصیه میکند که نوزاد در شش ماه اول منحصر با شیر مادر تغذیه شوند، سپس تا سن دو سالگی با تغذیه تکمیلی مناسب و بعد از آن تا زمانی که مادر و کودک مایل باشند.
Ελληνικά 	Ο μητρικός θηλασμός είναι η φυσική συνέχεια της εγκυμοσύνης. Η ΠΟΥ συνιστά αποκλειστικό μητρικό θηλασμό για έξι μήνες και συνέχιση του μητρικού θηλασμού αφού εισαχθούν οι κατάλληλες συμπληρωματικές τροφές μέχρι τα δύο χρόνια ή και περισσότερο εφόσον το επιθυμούν η μητέρα και το παιδί.
Suomi 	Imetys on luonnollinen jatko raskaudelle. WHO suosittelee täysimetystä ensimmäisten kuuden elinkuukauden ajan, osittaista imetystä muun tarvittavan ravinnon ohella aina toisen ikävuoden täyttymiseen saakka ja siitä eteenpäin niin pitkään kuin äiti ja lapsi sitä haluavat.
Italiano 	L'allattamento al seno è il proseguimento naturale della gravidanza . L'OMS raccomanda l'allattamento esclusivo per i primi 6 mesi e la prosecuzione dell'allattamento dopo l'introduzione di una adeguata alimentazione complementare per almeno 2 anni ed oltre se la mamma ed il bambino lo desiderano
Român 	Alaptarea este continuarea naturala a sarcinii. Organizatia Mondiala a Sanatatii recomanda alaptare exclusiva in primele 6 luni si continuarea alaptarii dupa introducerea adecvata a alimentatiei suplimentare, pana la 2 ani si peste, pana cand mama si copilul o doreste.









	
<p>Danske</p> 	<p>Amning er det naturlige valg efter graviditeten. WHO anbefaler at spædbørn ammes fuldt, til de er 6 måneder og at amningen fortsætter delvist i kombination med andet mad til 2 år eller længere afhængig af moderens og barnets ønske.</p>
<p>Polskie</p> 	<p>Karmienie piersią jest naturalną kontynuacją ciąży. Światowa Organizacja Zdrowia WHO zaleca, by karmić wyłącznie piersią przez 6 miesięcy i kontynuować karmienie w czasie wprowadzania nowych pokarmów do 2 roku życia lub dłużej, tak długo jak sobie tego życzą matka i dziecko.</p>
<p>Український</p> 	<p>Грудне годування – це природне продовження вагітності. ВООЗ рекомендує протягом перших шести місяців годувати виключно грудьми, а після введення додаткового догодовування продовжувати годувати грудьми до 2 років і довше, по бажанню матері і дитини.</p>
<p>Русский</p> 	<p>Грудное вскармливание является естественным продолжением беременности. WHO рекомендует исключительно грудное вскармливание в первые шесть месяцев и продолжение грудного вскармливания после принятия соответствующего дополнительного питания до 2 лет при желании обеих матери и ребенка.</p>
<p>Slovenščina</p> 	<p>Dojenje je naravno nadaljevanje nosečnosti. SZO priporoča izključno dojenje prvih šest mesecev življenja in nato nadaljevanje dojenja ob ustrezni dopolnilni prehrani do 2 leta ali dlje, če je to želja matere in otroka.</p>
<p>Español</p> 	<p>La lactancia materna es la continuación natural del embarazo. La OMS recomienda la lactancia materna exclusiva por un periodo de 6 meses y su continuación junto con la introducción paulatina de alimentos sólidos hasta por lo menos los 2 primeros años de vida.</p>
<p>Lietuviškai</p> 	<p>Žindymas – natūrali nėštumo tęsa. PSO rekomenduoja kūdikį maitinti vien tik motinos pienu (išimtinai žindyti) šešis mėnesius, o pradėjus maitinti tinkamu papildomu maistu – iki dvejų metų ir ilgiau, kol to nori mama ir vaikas.</p>

 <p>6</p>	
 English	<p>Babies show when they want to be breastfed. They can even show this while they sleep. They become restless, make searching head movements, sucking sounds, open their mouth, make sucking movements and gentle noises or hand-to-mouth movements. Crying is a very late sign of hunger.</p>
 Deutsch	<p>Babys zeigen, wann sie gestillt werden möchten, auch während sie schlafen. Sie werden unruhig, machen suchende Kopfbewegungen, schmatzen, öffnen den Mund, machen Saugbewegungen, geben sanfte Laute von sich oder führen die Hand zum Mund. Weinen ist ein sehr spätes Hungerzeichen.</p>
 Nederlands	<p>Baby's geven signalen af wanneer ze gevoed willen worden, ook terwijl zij slapen. Ze worden dan rusteloos, draaien met het hoofd maken zuiggeluiden en –bewegingen, doen hun mond open, bewegen hun handje naar hun mond en maken geluidjes. Huilen is een laat hongersignaal.</p>
 Hrvatski	<p>Djeca pokazuju kada žele dobiti. Mogu pokazivati glad čak i kada spavaju. Postanu nemirni, započinju pokrete traženja glavom, proizvode zvukove sisanja, otvaraju usta i oponašaju sisanje uz nježno glasanje ili ruka-usta pokrete. Plakanje je već kasni znak pokazivanja gladi.</p>
 Slovenský	<p>Deti dokážu signalizovať, kedy chcú byť dojčené, aj počas spánku. Zostávajú nekludné, pohybujú hlavičkou do strán, mľaskajú, otvárajú ústa, vykonávajú sacie pohyby, vydávajú jemné zvuky alebo pohybujú rukami k ústam. Plač je veľmi neskorý príznak hladu.</p>
 فارسی	<p>نوزاد حتی در حالی که خواب است نشان میدهد که تمایل به تغذیه با شیر مادر را دارد. او بی‌قرار میشود و سر خود را در جستجو تکان میدهد، دهان خود را باز میکنند، لبها را تکان میدهد، صداهای خفیف تولید میکند و یا دستش را به دهان میبرد. گریه کردن بندرت نشانه گرسنگی نوزاد است.</p>
 Ελληνικά	<p>Τα μωρά δείχνουν πότε θέλουν να θηλάσουν. Μπορούν να το δείξουν αυτό ακόμα και όταν κοιμούνται. Γίνονται ανήσυχα, κάνουν κινήσεις αναζήτησης με το κεφάλι τους, ήχους θηλασμού, ανοίγουν το στόμα τους, κάνουν κινήσεις θηλασμού και ήπιους θορύβους ή κινήσεις των χεριών στο στόμα. Το κλάμα σαν σημείο πείνας εμφανίζεται πολύ αργότερα.</p>
 Suomi	<p>Vauvat antavat merkkejä milloin haluavat tulla imetetyksi, myöskin unen aikana. Näitä merkkejä ovat levottomuus, pään etsivät liikkeet, maiskutusäänet, suun aukaiseminen, imemisliikkeet, kevyet äännähdykset ja käden vieminen suuhun. Näitä merkkejä seuraava itku on jo merkki nälästä.</p>

	
<p>6</p>	
<p>Italiano</p> 	<p>I bambini mostrano quando vogliono essere allattati al seno. Possono mostrarlo anche mentre dormono. Diventano irrequieti, iniziano una ricerca con i movimenti della testa, con rumori di suzione, aprono la bocca, fanno movimenti di suzione e rumori delicati o movimenti portando le mani alla bocca. Il pianto è un segnale di fame molto tardivo.</p>
<p>Român</p> 	<p>Copiii dau de stire cand vor sa fie alaptati. Pot arata asta chiar cand dorm. Devin agitate, isi misca capul cautand, scot zgomote de supt, isi deschid gura, fac miscari de supt, produc sunete blande sau isi duc mana la gura. Plansul este un semn foarte tardiv de foame.</p>
<p>Danske</p> 	<p>Læg barnet til brystet, når det viser de første tegn på sult - også selvom barnet sover. Tegn på sult er hurtige øjenbevægelser under øjenlåget, suttebevægelser med mund og tunge, bevægelser af arme og ben, søgen efter brystet, fingre til mund, uro og klynkelyde, uro og gråd indimellem. Sene tegn på sult er gråd hele tiden, bevægelse af hele kroppen og rød i ansigtet.</p>
<p>Polskie</p> 	<p>Dzieci pokazują, kiedy chcą ssać pierś. Mogą to pokazywać nawet przez sen. Głodne dziecko staje się niespokojne, zwraca główkę i otwiera buzię, gdy poczuje dotyk w okolicy ust, wykonuje ruchy ssące buzią i wydaje delikatne odgłosy, wkłada rączki do buzi. Płacz jest bardzo późnym sygnałem głodu.</p>
<p>Український</p> 	<p>Немовлята показують своє бажання поїсти. Це може відбуватися навіть уві сні: вони стають неспокійними, роблять пошукові рухи головою, смоктальні звуки, відкривають рот, роблять смоктальні рухи і м'які звуки чи підносять ручки до рота. Плач є дуже пізнім знаком голоду.</p>
<p>Русский</p> 	<p>Дети показывают, когда им надо есть. Они даже показывают это во сне. Они становятся беспокойными, двигают головой, сосут и причмокивают, открывают рот и ищут грудь. Плач является последним признаком голода.</p>
<p>Slovenščina</p> 	<p>Dojenčki pokažejo, kdaj bi se želeli dojiti. To lahko opazimo tudi v spanju. Postanejo nemirni, obračajo glavo, odpirajo usta in sesajo, v usta nosijo roke, slišijo se lahko nežni zvoki. Jok je pozen znak lakote.</p>
<p>Español</p> 	<p>Los bebés demuestran cuándo quieren ser amamantados. Pueden incluso hacerlo mientras duermen. Se ponen inquietos, abren la boca, mueven la cabeza, sacan la lengua, succionan sus labios o se llevan la mano a la boca. El llanto es una señal muy tardía de hambre.</p>

<p>Lietuviškai</p> 	<p>Kūdikiai siunčia signalus, kai nori žįsti. Juos galite pastebėti net tada, kai mažylis miega. Paprastai vaikutis tampa neramus, sukioja galvą ieškodamas krūties, išsižioja, demonstruoja žindimo judesius, skleidžia švelnius garsus arba kiša ranką į burną. Verksmas – vėlyvas alkio požymis.</p>
--	---

	
<p>English</p> 	<p>When you put your child to the breast, make sure that the baby opens its mouth widely, latches on the breast and takes as much breast tissue as possible.</p>
<p>Deutsch</p> 	<p>Wenn Sie Ihr Kind an die Brust legen, achten Sie darauf, dass das Baby den Mund weit öffnet und die Mamille sowie einen möglichst großen Teil der Areola erfasst.</p>
<p>Nederlands</p> 	<p>Als je je baby aanlegt, le top het wijdopen mondje zodat de baby zoveel mogelijk borstweefsel neemt.</p>
<p>Hrvatski</p> 	<p>Kada stavljate dijete na prsa, osigurajte da dijete ima širom otvorena usta te tako počne sisati dojku uzimajući što više tkiva dojke u usta.</p>
<p>Slovenský</p> 	<p>Keď si prikladáte dieťa k prsníku skontrolujte, či má ústa dostatočne otvorené a či správne uchopilo bradavku a najväčšiu časť dvorca.</p>
<p>فارسی</p> 	<p>زمانیکه که پستانتان را به دهان نوزاد خود میگذارید، مطمئن شوید که او دهان خود را کاملاً باز کرده و نوک پستان و قسمت بزرگی از هاله دور پستان را در دهان خود بگیرد.</p>
<p>Ελληνικά</p> 	<p>Όταν βάζετε το παιδί σας στο στήθος σιγουρευτείτε ότι το μωρό ανοίγει το στόμα του διάπλατα και παίρνει όσο περισσότερο μαστικό ιστό γίνεται.</p>
<p>Suomi</p> 	<p>Kun laitat lapsesi rinnalle, varmista että vauva avaa suunsa riittävän isoksi ja saa hyvän otteen nännistä niin että lapsen suussa on mahdollisimman paljon nännipihaa.</p>
<p>Italiano</p> 	<p>Quando attacchi il bambino al seno assicurati che il bambino abbia la bocca spalancata ed attaccandosi al seno prenda la maggior porzione possibile di mammella .</p>
<p>Român</p> 	<p>Cand va puneti bebelusul la san asigurati-va ca are gura larg deschisa, prinde sanul si ia in gura cat mai mult posibil din san.</p>

	
<p>Danske</p> 	<p>Når du lægger dit barn til, kan du se at barnet har godt fat om brystet når barnets mund er vidt åben, læberne er krænget udad og barnet har fat langt inde på brystet.</p>
<p>Polskie</p> 	<p>Kiedy przystawiasz dziecko do piersi, upewnij się czy otwiera szeroko buzię i chwytą pierś głęboko, czyli brodawkę wraz z dużą częścią otoczki.</p>
<p>Український</p> 	<p>Коли ви прикладаєте вашу дитину до груді, впевніться, що немовля широко відкриває ротик, присмоктується до груді і захоплює щонайбільше тканини молочної залози.</p>
<p>Русский</p> 	<p>Прикладывая ребенка к груди, убедитесь что ребенок открывает рот достаточно широко и захватывает грудь как можно больше.</p>
<p>Slovenščina</p> 	<p>Ko pristavljate otroka na dojko, se prepričajte, da ima široko odprta usta in da ima med dojenjem v ustih kar največ dojke.</p>
<p>Español</p> 	<p>Cuando coloques a tu bebé en el seno, asegúrate de que abra muy bien la boca y que logre tomar la mayor cantidad de tejido mamario posible y no únicamente la punta del pezón.</p>
<p>Lietuviškai</p> 	<p>Kai dedate kūdikį prie krūties, įsitikinkite, kad jis išsižiojo plačiai, apžiodamas apėmė kuo daugiau krūties audinių.</p>

	
<p>English</p> 	<p>During the first few days, most babies lose some weight. Your baby gets enough milk when it reaches its birth weight again at 10 days of age and then the weight steadily increases. At about 4 months, most children have doubled their birth weight.</p>
<p>Deutsch</p> 	<p>In den ersten Tagen verlieren die meisten Babys etwas Gewicht. Ihr Baby erhält ausreichend Milch, wenn es am 10. Lebenstag sein Geburtsgewicht wieder erreicht hat und dann stetig zunimmt. Mit etwa 4 Monaten haben die meisten Kinder ihr Geburtsgewicht verdoppelt.</p>
<p>Nederlands</p> 	<p>In de eerste dagen vallen de meeste baby's af. Als je baby genoeg binnekrijgt zal hij met een dag of 10 op geboortegewicht terug zijn. Met 4 maanden hebben de meeste baby's hun gewicht verdubbeld.</p>
<p>Hrvatski</p> 	<p>Tijekom prvih dana života, većina novorođenčadi izgubi lagano na težini. Vaše dijete dobiva dovoljno mlijeka ukoliko je stiglo svoju porodnu težinu do 10 dana života. Tada se težina počinje kontinuirano uvećavati. Do 4. mjeseca života većina djece udvostruči svoju porodnu težinu.</p>
<p>Slovenský</p> 	<p>U väčšiny detí je úbytok hmotnosti v prvých dňoch po narodení prirodzený. Vaše dieťa však dostáva dostatok materského mlieka, keď dosiahne svoju pôrodnú hmotnosť na 10. deň po narodení a ďalej dostatočne priberá. Okolo 4. mesiaca dokáže väčšina detí svoju pôrodnú hmotnosť zdvojnásobiť.</p>
<p>فارسی</p> 	<p>در روزهای اول وزن اکثراً نوزادان کاهش مییابد. اگر کودک شما در روز دهم به وزن هنگام تولدش بازگشت، پس او به اندازه کافی شیر دریافت میکند. از آن ببعد به وزن او اضافه میشود. در چهار ماهگی وزن اکثر نوزادان دوبرابر میشود.</p>
<p>Ελληνικά</p> 	<p>Κατά τις πρώτες μέρες, τα περισσότερα μωρά χάνουν κάποιο βάρος. Το μωρό σας παίρνει αρκετό γάλα όταν φτάνει το βάρος γέννησης τη 10η μέρα και στη συνέχεια το βάρος του αυξάνεται σταθερά. Περίπου στους 4 μήνες, τα περισσότερα παιδιά έχουν διπλασιάσει το βάρος γέννησής τους.</p>
<p>Suomi</p> 	<p>Useimmilla vauvoilla syntymäpaino laskee ensimmäisten elinpäivien aikana. Vauva saa riittävästi äidinmaitoa mikäli syntymäpaino on saavutettu uudelleen 10 päivän ikään mennessä ja paino nousee edelleen. Useimmat vauvat ovat neljän kuukauden ikään tullessa tuplanneet syntymäpainonsa.</p>

	
<p>Italiano</p> 	<p>Durante i primi giorni , la maggior parte dei neonati perde un po' di peso . Il tuo bambino prende latte a sufficienza se raggiunge il peso della nascita entro i 10 giorni di vita e se dopo ha un incremento di peso stabile. Intorno ai 4 mesi la maggior parte dei bambini raddoppia il peso della nascita.</p>
<p>Român</p> 	<p>In primele zile, cei mai multi copii scad in greutate. Copilul dvs. primeste destul lapte daca la 10 zile are greutatea cu care s-a nascut, apoi in mod constant creste in greutate. Pe la 4 luni cei mai multi copii isi dubleaza greutatea de la nastere.</p>
<p>Danske</p> 	<p>I løbet af de første levedage taber de fleste børn sig lidt i vægt. Hvis barnet får mælk nok, skal det nå sin fødselsvægt igen inden 10 dage efter fødslen. Efter 4 måneder har de fleste børn fordoblet deres fødselsvægt.</p>
<p>Polskie</p> 	<p>W czasie pierwszych dni po porodzie noworodki tracą trochę wagi. Twoje dziecko zjada odpowiednią ilość mleka, jeśli po 10 dniach odzyskuje urodzeniową masę ciała i jego waga stale wzrasta. Około 4 miesiąca większość niemowląt podwaja swoją wagę urodzeniową.</p>
<p>Український</p> 	<p>У перші кілька днів, більшість малюків втрачає частину своєї ваги. Ваше немовля отримує достатньо молока, коли він або вона повертається до своєї початкової ваги в 10 днів від народження, потім вага неухильно зростає. В 4 місяці більшість дітей подвоюють свою початкову вагу.</p>
<p>Русский</p> 	<p>В течение первых нескольких дней, большинство младенцев теряют в весе. Ваш ребенок получает достаточно молока, если он опять набирает своей нопорожденный вес за первые 10 дней, а затем вес постепенно увеличивается. К 4 месяцам большинство детей весят в два раза больше чем при рождении.</p>
<p>Slovenščina</p> 	<p>V prvih dneh večina otrok izgubi nekaj teže. Vaš otrok dobiva dovolj mleka če ima 10 dan porodno težo in nato njegova teža enakomerno narašča. Pri približno 4 mesecih večina otrok podvoji svojo porodno težo.</p>
<p>Español</p> 	<p>Durante los primeros días de vida, la mayoría de los bebés pierden un poco de peso. Tu bebé recibe suficiente leche si vuelve a lograr su peso de nacimiento a los 10 días de edad y si continúa aumentándolo de manera estable. Alrededor de los 4 meses, casi todos los bebés han duplicado su peso de nacimiento.</p>
<p>Lietuviškai</p> 	<p>Per pirmąsias kelias dienas dauguma naujagimių numeta šiek tiek svorio. Jeigu dešimtą gyvenimo dieną Jūsų kūdikis pasiekė gimimo svorį ir svoris toliau auga, reiškia, pieno jam pakanka. Ketvirtą gyvenimo mėnesį dauguma mažylių padvigubina savo gimimo svorį.</p>

 English Englisch Engels Engleski Angličtina یس‌ی‌انگل Αγγλικά Englanti Inglese Engleză Engelsk Angielski Английська Английский Angleščina Inglés	 German Deutsch Duits Njemački Nemec ی‌آلمان Γερμανικά Saksan kieli Tedesco Germană Tysk Niemiecki Німецький Немецкий Nemščina Alemán	 Dutch Niederländisch Nederlands Nizozemski Holandský ی‌هلند Ολλανδικά Hollantilainen Olandese Olandeză Hollandsk Holenderski Голландський Голландский Nizozemščina Holandés	 Croatian Kroatish Kroatish Hrvatska Chorvátsky ی‌کروات Κροατικά Kroaatti Croato Croat Kroatisk Chorwacki Хорватська Хорватский Hrvaščina Croata	 Slovak Slowakisch Slowaaks Slovak Slovenský ی‌اسلواک Σλοβάκις Slovakian Slovacco Slovacă Slovakisk Słowacki Словацька Словацкий Slovaščina Eslovaco
 Farsi Farsi Farsi Farsi Perzština ی‌فارس Φαρσί farsi Farsi Farsi Farsi Фарси Фарси Farsi Farsi	 Greek Griechisch Grieks Grčki Gréctina ی‌یونانی Ελληνική Kreikka Greco Greacă Græsk Grecki грецький греческий Grščina Griego	 Finnish Finnisch Fins Finski Fínsky ی‌فنلاند Φινλανδικά Suomi Finlandese Finlandeză Finsk Fiński Фінський Финский Finščina Finlandés	 Italian Italienisch Italiaans Talijanski Taliansky ی‌ای‌تالی ιαλικά Italialainen Italiano Italiană Italiensk Włoski Італійський Итальянский Italijanščina Italiano	 Romanian Rumänsich Roemeens Rumunjski Rumunčina ی‌ای‌ی‌ومانر Ρουμανικά Romanialainen Rumeno Română Rumænsk Rumuński Румунський Румынский Romunščina Rumano

 <p>Danish Dänsisch Deens Danski Dánsky ی دانمارک Δανικά Tanska Danese Danezã Danske Duński Данська Датский Danščina Danés</p>	 <p>Polish Polnisch Pools Poljski Poľský ی لهستان Πολωνικά Puola Polacco Polonez Polsk Polskie Польський Польский Poljščina Polaco</p>	 <p>Ukrainian Ukrainisch Oekraïens Ukrajinski Ukrajinský ن ی اوکرا Ουκρανικά Ukrainalainen Ucraino Ucraineanã Ukrainsk Ukraiński Український Украинец Ukrajinsčina Ucraniano</p>	 <p>Russian Russisch Rus Ruski Ruský هیروس Ρωσική Venäjän kieli Russo Rus Russisk Rosyjski Російський Русский Ruščina Ruso</p>	 <p>Slovenian Slowenisch Sloveens Slovenska Slovinčina یی ای اسلون Σλοβένικα Slovenian Sloveno Slovenã Slovensk Słoweński Словенська Словенский SlovenščinaEsloveno</p>
 <p>Spanish Spanisch Spraans Španjolski Španielsky یی ای اسپان ισπανικά espanjaspagnolo spaniolã spansk hiszpański Іспанська Испанский španščina Español ispanç</p>	 <p>Lithuanian Lithauisch Litouws Litvanski litovský یی ای توان یل της Λιθουανίας liettualainen Lituano Lituanianã Litauisk Litewski Литовський Литовский litovščina lituano Lietuviškai</p>			