



En quoi consiste la DME :

Proposer à l'enfant des morceaux dès le départ : aliments entiers, sous forme de bâtonnets, en gros morceaux, cuits ou crus.

L'enfant mange en toute autonomie (bien souvent avec ses mains). Il choisit dans son assiette ce qu'il va manger.

Quand commencer ?

Dès qu'il manifeste l'envie de manger.

Dès qu'il est assez tonique pour tenir son dos droit.

Dès qu'il saisit les objets et les porte à la bouche.

Que donnons-nous et comment ?

Comme pour la diversification alimentaire classique, nous pouvons donner tous les aliments.

La taille doit être suffisamment grosse (taille du poing de votre enfant) pour qu'il puisse saisir l'aliment.



Les aliments doivent être cuits à la vapeur de préférence.

Pourquoi choisir la DME :

- Pour développer l'autonomie de votre enfant à son rythme.
- Pour amener votre enfant à prendre conscience de ses besoins : j'ai faim par exemple.
- Pour amener l'enfant à prendre conscience de ce qu'il mange : les aliments sont séparés. L'enfant choisit l'aliment et la quantité suivant ses propres besoins.
- Pour éveiller à la curiosité alimentaire : la découverte alimentaire se fait par les sens : odorat, toucher, visuel, olfactif.
- Pour développer sa motricité fine et sa coordination.
- Pour permettre à l'enfant de vivre les temps de repas en famille.

Informations supplémentaires :

- La position : Votre enfant doit toujours être assis, dos droit



- Le réflexe de régurgitation : très présent chez les jeunes enfants, il les protège de l'étouffement.
- La DME demande du temps et d'avoir confiance en votre enfant.
- Tout comme l'allaitement, il est quasi impossible de connaître la quantité ingérée. Mais chacun assimile et a des besoins différents.



Genève, le 23 Octobre 2017

LA DME :

Chemin des Colombettes 5 -1202 Genève
Tel : 022 920 16 75
Mail : info@scoubidou.ch



La Diversification Menée par L'Enfant.

Une autre manière d'amener la diversification alimentaire...

La diversification menée par l'enfant est une manière d'amener la diversification alimentaire de manière libre et autonome.