



# À quel âge bébé mange seul ?

BÉBÉ ENTRE 1 ET 3 ANS

ARTICLE

NOV. 14, 2016

2 MINS

à quel âge bébé mange seul

## Les mains ou la cuillère ? C'est bébé qui décide

Selon certains ouvrages de puériculture, un bébé réussit à manger seul à la cuillère entre 15 et 18 mois. Dans les faits, il n'y a pas d'âge : les bébés décident de prendre leurs repas de manière autonome à des âges variés. Certains ne veulent pas toucher à une cuillère jusqu'à un âge avancé, tandis que d'autres font un scandale si on tente de les nourrir. Il est préférable que votre bébé apprenne à se débrouiller seul quand il en manifeste l'envie.

Aujourd'hui, les repas des bébés se font avec des ustensiles ludiques et bien adaptés à leur gestuelle hasardeuse. Pourtant, parfois, les mains semblent bien plus pratiques !

Il se peut cependant que votre enfant décide parfois qu'il ne mangera que dans son assiette Mickey, avec la cuillère verte et pas la jaune. Soucieux de l'alimentation de votre bébé, vous accéderez à sa demande pour qu'il finisse son assiette !

### **Les épreuves du repas de bébé**

Chaque enfant est différent. Il y a les petits gourmands qui avalent leur assiette à la vitesse de l'éclair, les petits rêveurs qui lambinent entre deux bouchées et les petits rebelles qui opposent un refus catégorique. Et oui, les premiers repas de votre bébé exigent de la patience.

**Entre 8 et 12 mois**, votre bébé commence joyeusement à agir sur son environnement. A table, il vit de fabuleuses expériences. D'ailleurs, son dynamisme vous épuise, mais vous êtes fier de ses progrès !

**De 12 à 18 mois**, votre tout-petit découvre de nouveaux moyens d'expérimentation active et crée beaucoup de désordre.

**Vers 18 mois**, quand le jeune enfant mange seul, les repas peuvent même se transformer en épreuves, pour peu que vous soyez pressé(e), fatigué(e) ou soucieux(se).

Pour remporter les épreuves du repas de votre bébé, voici quelques conseils à suivre :

- Faites la cuisine avec lui pour en faire un moment d'échanges et de découvertes
- Ne vous focalisez pas sur votre enfant qui ne mange rien, son alimentation changera en grandissant
- Mettez de la créativité dans son assiette en composant des visages avec les aliments
- Protégez les sols et les vêtements de bébé J

