

Faites des repas des moments
pour échanger en famille!



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrée - Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke

Québec 

Communication et langage
au quotidien



L'heure des repas

santeestrie.qc.ca

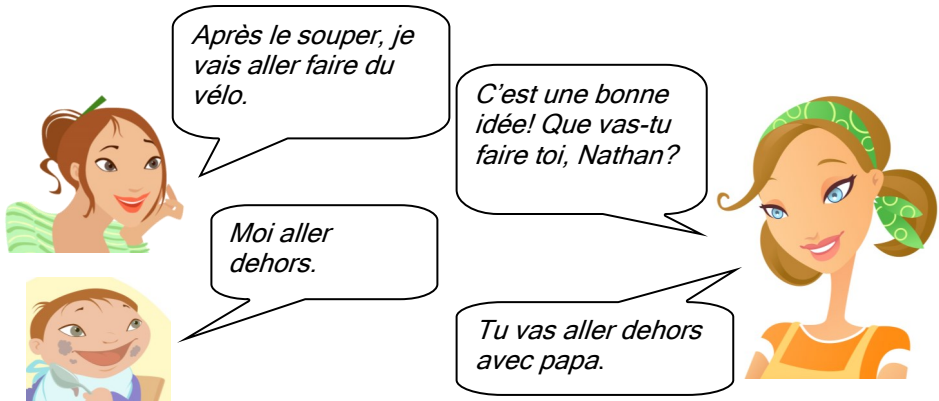
Service d'orthophonie

Direction du programme jeunesse
819 780-2220, poste 48474

Qu'y a-t-il de spécial à l'heure des repas?

L'heure des repas est une occasion en or pour communiquer. Souvent, toute la famille se retrouve autour de la table et peut parler de sa journée, partager ses émotions, faire des blagues, etc. Les tout-petits gagnent beaucoup à avoir leur place dans l'échange.

Profitez de ce moment précieux pour...
ÉCOUTER puis **REFORMULER**
ce que dit votre enfant.



⚙️ **Écouter**, c'est s'assurer que chacun puisse participer à l'échange. Souvent, lors de ces moments animés, la discussion va vite. Assurez-vous que chacun laisse une place à l'enfant pour qu'il puisse formuler ses idées à son rythme.

⚙️ **Reformuler**, c'est redire correctement le message de l'enfant sans le faire répéter. Votre enfant apprend par imitation : donnez-lui le bon modèle!

Profitez de ce moment précieux pour...
METTRE DES MOTS
sur ce qui intéresse votre enfant.

C'est incroyable tous les mots que votre enfant peut apprendre lorsque vous parlez de ce qui se passe à l'heure du repas :

Des noms

Tu manges tes patates comme un grand!

⚙️ La nourriture dans l'assiette et sur la table (exemples : pain, riz, carottes, spaghetti...), des catégories d'aliments (viande, fruits, légumes), les ustensiles, la vaisselle, etc.

Des actions

Oups, tu as renversé ton jus!

⚙️ Manger, boire, mâcher, avaler, couper, renverser, etc.

Des mots qui décrivent

Attends, ta soupe est chaude.

⚙️ Couleurs, textures et formes des aliments : salé/sucré, chaud/froid, pilé, râpé, etc.

Des notions de quantité

Tu as plus de carottes que moi.

⚙️ Plus/moins, un peu/beaucoup, vide/plein, etc.

Des notions d'espace

Mets ton assiette dans le lave-vaisselle.

⚙️ Sur le comptoir, à côté de l'assiette, dans le bol, au milieu de la table, etc.

Des notions de temps

Ce matin, tu veux des œufs.

⚙️ Matin, midi, soir, avant le souper, après la collation, etc.