

Dir a l'infant  
el nom d'allò  
que menjarà  
i com de  
bo és

Ajudar l'infant  
a rentar-se  
les mans  
abans de  
seure a taula

Encendre  
el televisor  
o posar-li  
la tauleta  
davant per  
entretenir-lo

Fermar l'infant  
al cotxet  
o a la trona  
perquè no  
tengui llibertat  
de moviment

Asseure l'infant  
sempre al  
mateix lloc  
per menjar

Tenir  
menjar  
a la vista  
de l'infant

Capolar tots  
els aliments  
dolços  
o salats  
per acabar  
de menjar abans

Disposar  
de coberts  
adaptats  
a l'edat  
de l'infant

Demandar  
a l'infant si  
vol menjar  
i què vol  
menjar

Donar un  
jugueta  
a l'infant  
perquè s'hi  
entretengui