



Politique alimentaire

Mise à jour : septembre 2023

TABLES DES MATIÈRES

1- But de la politique	3
Les fondements de la politique alimentaire	3
Les objectifs de la politique alimentaire	3
2- Rôles et responsabilités	4
Le conseil d'administration	
La direction	
Le parent	
La responsable de l'alimentation	
3- Dans la pratique	5
Attitudes de l'adulte	5
Comportements	5
4- Qualité et la quantité	6
5- Les breuvages	6
6- Le contenu du menu	6
Aliments d'exceptions	6
Aliments privilégiés	6
Respect du menu préétabli	6
7- Prévention des étouffements	7
8- Les allergies et intolérances alimentaires	9
9- L'alimentation en pouponnière	11
Aliments fournis par le parent	
Introduction des aliments	
Attitude lors de l'alimentation des poupons	
Le biberon	
10- Les anniversaires et les fêtes	11
11- Références	13
Annexe 1 / Guide alimentaire	14

1- But de la politique :

Le CPE Kateri, en se dotant d'une politique alimentaire, se montre soucieux de répondre aux besoins physiologiques des enfants qu'il reçoit dans son service de garde. Il affirme également son rôle de guide dans l'apprentissage d'une saine alimentation et de bonnes habitudes de vie. Il reconnaît que le parent est le premier éducateur de son enfant et par conséquent collabore avec celui-ci à guider l'enfant vers des choix sains, et ce dans le respect de la mission du CPE.

Les fondements de la politique alimentaire

La politique alimentaire, adoptée par le Conseil d'Administration s'appuie sur :

- La loi sur les services de garde éducatifs à l'enfance et les règlements du ministère de la Famille;
- Les recommandations du guide alimentaire canadien. En fonction des réformes et mises à jour de celui-ci, la présente politique est évolutive;
- Les recommandations de santé Canada, du ministère de la Santé et des services sociaux du Québec et du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec;
- Le cadre de référence du ministère de la Famille : Gazelle et Potiron;
- le cadre de référence du Regroupement des Centres de la Petite Enfance de la Montérégie : Croqu'Plaisir.

Les objectifs de la politique alimentaire :

- Fournir un outil permettant d'encadrer l'offre alimentaire au CPE de manière à respecter les fondements et principes énumérés ci-haut et essentiels à une bonne qualité de vie
- Définir et établir pour l'ensemble des personnes œuvrant auprès des enfants les exigences quantitatives et qualitatives relatives à la nutrition au CPE
- Uniformiser les procédures préventives d'hygiène et de santé à l'égard de la pratique alimentaire
- Déterminer les rôles et responsabilités des divers intervenants du CPE à l'égard de l'organisation et de la gestion du volet alimentaire
- Promouvoir l'action pédagogique et les attitudes positives qui favorisent l'apprentissage de saines habitudes alimentaires.
- Document de référence pour les parents utilisateurs quant à la gestion du volet alimentaire.

2- Rôles et responsabilités

Le conseil d'administration

Le conseil d'administration a pour rôle principal de définir les orientations et les objectifs du service alimentaire, de statuer sur l'adoption de la politique, faire la promotion des saines habitudes alimentaires auprès de la clientèle et d'appuyer la direction dans les démarches du respect de la politique. Pour se faire, il doit placer la qualité de l'alimentation au cœur des préoccupations lors de ses choix d'orientations et de ses prises de décisions.

Les facteurs à évaluer avant d'adopter ou de modifier ladite politique sont les suivants ;

- Qualité des aliments servis, en fonction du guide alimentaire canadien
- Respect du budget de fonctionnement global du CPE
- Faisabilité de l'application de la politique

La direction

Elle s'assure que le personnel éducateur et les responsables de l'alimentation disposent des ressources et du temps nécessaire pour effectuer les tâches relatives aux orientations de cette politique. Elle s'assure qu'un suivi des applications de la politique alimentaire en mettant en place des mécanismes d'évaluation. Elle présente et explique la politique au conseil d'administration.

La direction doit s'assurer que son personnel est formé concernant les mesures à prendre en cas d'urgence, notamment pour l'utilisation du médicament auto-injecteur et l'obtention des soins médicaux. (911).

Le parent

Le parent, en tant que premier éducateur de son enfant, a la responsabilité de prendre connaissance des menus et d'informer/discuter avec la directrice de l'installation des besoins alimentaires spécifiques de son enfant. Il doit fournir au CPE les médicaments à administrer (selon la prescription du médecin traitant), le cas échéant. Le parent a la responsabilité de remplacer les médicaments selon la date de péremption indiquée. ** voir la politique d'allergies alimentaires.

La responsable de l'alimentation

La responsable de l'alimentation, puisqu'elle est la première répondante de la politique alimentaire, doit avoir le souci de la variété, de la quantité nutritive, du bon goût et de l'apparence des plats qu'elle prépare pour les enfants. Elle assure la sécurité de tous en respectant les règles d'hygiène.

3- Dans la pratique

Les attitudes et comportements privilégiés lors des repas afin de respecter chaque enfant dans son choix d'aliments ainsi que la quantité d'aliments que celui-ci désire consommer au CPE Kateri sont :

Attitudes de l'éducatrice :

- Permettre à l'enfant de guider l'éducatrice lorsqu'elle le sert. Respecter son choix de quantité tout en lui offrant tous les aliments;
 - Ex. : demander à l'enfant s'il a une petite faim ou une grande faim.
- Mettre tous les aliments du menu dans l'assiette de l'enfant, mais ne pas le forcer à en manger;
- Adopter une attitude positive face à l'alimentation et faire preuve d'ouverture lorsque de nouveaux aliments sont présentés;
 - Ex. : miam, que ça sent bon
- Encourager l'enfant à reconnaître ses signaux de faim et de satiété;
 - Ex. : ne pas forcer un enfant à manger tous les aliments qui se trouvent dans son assiette.
- Servir la même quantité de dessert même si l'enfant n'a pas mangé son repas principal.

Comportements

- Établir une routine avant, pendant et après la prise du repas
 - Ex : rangement, lavage de mains, mettre bavettes, etc.
 - Préconiser une ambiance de détente et de plaisir afin de favoriser un échange.
- S'asseoir avec les enfants et communiquer avec eux plutôt que de converser avec les autres adultes.
- Le CPE préconise que l'adulte s'alimente en même temps que les enfants, et en consommant le même repas que les enfants, afin d'être un modèle, tout en s'assurant que les besoins de ceux-ci sont respectés.
- Le CPE permet, de façon exceptionnelle que l'adulte s'alimente en présence d'enfants avec des aliments autres que ceux servis et prévus au menu. Toutefois, les aliments consommés doivent respecter les aliments du guide alimentaire et être pris en même temps aux mêmes heures que la prise de repas des enfants. La gestion du repas de l'adulte ne doit pas contrevenir à la surveillance du groupe.

4- Qualité et la quantité

Un enfant présent au CPE pour une journée complète consomme entre la moitié et les deux tiers de ses besoins nutritionnels quotidiens. Nous déterminons les portions en fonction du guide alimentaire canadien (voir Annexe 1). Cependant, comme chaque enfant est unique, il reste le mieux placé pour déterminer les quantités d'aliments dont il a besoin. Apprendre à reconnaître son appétit et sa satiété est un objectif primordial d'une saine alimentation. L'acquisition de cette compétence est donc valorisée et encouragée.

Les portions dans une journée au CPE, pour les enfants de 2 à 5 ans (selon le Guide alimentaire canadien) :

2 à 2 ½ portions de Légumes et fruits
1 ½ à 2 portions de produits céréaliers
1 portion de produits laitiers;
½ portion de viande

Au dîner des portions supplémentaires peuvent servir à l'enfant qui en fait la demande. Toutefois, lors de la collation **une** portion sera servie aux enfants afin d'éviter de gâcher le repas suivant.

5- Les breuvages

L'eau

L'eau est offerte régulièrement à l'enfant par l'éducatrice dès qu'il en fait la demande au cours de la journée, une attention particulière étant portée par temps chaud ou lorsque l'enfant est très actif. Au moment des repas,

L'eau est donc offerte à **volonté tout au long de la journée.**

Le lait

Le lait est un aliment de choix. Il est offert 2 fois par jour aux 18 mois et plus.

À partir du moment où le poupon a intégré le lait de vache, la formule à 3,25% de matières grasses lui est offerte, jusqu'à l'âge de 2 ans, pour les enfants de plus de 2 ans le lait 2% est offert.

Boisson de soya

La boisson de soya peut remplacer le lait de vache dans le menu ou pour des besoins de substitution en raison d'une allergie ou intolérance aux produits laitiers. Le CPE ne tient pas d'autres types de boissons végétales.

Les autres breuvages

Exceptionnellement, les jus de fruits purs à 100% ou les jus de légumes peuvent être servis lors des collations et repas.

6- Le contenu du menu

Aliments d'exceptions

Les aliments d'exceptions sont servis lors d'activités spéciales organisées par les équipes de travail.

Aliments privilégiés

Les farines de blé entier sont priorisées lors des choix d'aliments (pain, pâtes alimentaires).

Respect du menu préétabli

Comme stipulé dans la loi sur les services de garde à l'enfance, le menu doit être affiché et son contenu respecté. L'éducatrice offre aux enfants les repas et collations prévus au menu et ceci, que l'enfant aime ou non ce qui lui est offert.

Par exemple, si la collation est une biscotte avec humus, l'éducatrice offrira la biscotte et l'humus. Elle s'assure que l'enfant puisse avoir la chance de changer d'idée et de goûter. Toutefois, aucun enfant n'est forcé pour manger les aliments qui lui sont présentés. L'humus et la biscotte pourraient être servis séparément.

S'il a y des changements apportés au menu, ceux-ci doivent être inscrits sur le menu affiché.

Les responsables de l'alimentation ont le mandat de gérer la quantité de nourriture à cuisiner en fonction des portions recommandées par le guide alimentaire canadien. Il est possible qu'elles doivent adapter les quantités servies selon les besoins des enfants.

Le menu est établi sur quatre semaines et est changé deux fois par année (menu automne / hiver et menu printemps / été).

7- Prévention des étouffements

Les enfants de moins de trois (3) ans courent le plus grand risque d'obstruction des voies respiratoires. Cela dû au fait que leur voie respiratoire est très étroite et qu'ils sont en apprentissage pour la mastication et la déglutition des aliments. Afin de prévenir les accidents, le CPE s'est doté d'une section de prévention des étouffements inclus dans la présente politique. Le personnel est sensibilisé aux risques encourus par les enfants, les moyens à prendre afin de les réduire et les mesures à adopter en cas d'étouffement.

Causes courantes de l'étouffement :

Les petits objets, les ballons en latex et les aliments. Les aliments qui en sont responsables ont générale tendance à être de petite taille, en forme arrondie ou cylindrique.

Aliments à risque d'étouffement :

Les aliments suivants à risque ne seront pas servis au CPE :

- Les graines entières de tournesol ou de citrouille ;
- Le maïs soufflé, les noix, les raisons secs ;
- Les bonbons durs, la gomme à mâcher, les jujubes, les vitamines ;
- Les légumes crus ;
- Aliments durs, ronds ou collants.

Les aliments suivants peuvent être servis suite à une préparation adéquate :

- Saucisses et raisins entiers, coupés dans le sens de la longueur ;
- Tomates cerises, coupées en quatre (4) ;
- Brocoli, carotte, céleri, navet, pommes : coupés en petits morceaux ou râpés ou blanchis.

Environnement :

Pour éviter les accidents, il est primordial de demeurer vigilant. La présence d'un adulte de façon constante lors des repas et des collations est obligatoire, un environnement sécuritaire et quelques bonnes habitudes alimentaires (voir ambiance des repas) constituent les meilleurs moyens de prévention des étouffements chez les enfants de moins de 5 ans.

Mesures à adopter en cas d'étouffement :

Demander de l'aide médicale – 911 si l'enfant :

- A une expression de détresse
- A la bouche ouverte
- Est incapable de respirer ou tousser
- Émets un son aigu, tient sa gorge entre ses mains
- Perds conscience

Utiliser les techniques de désobstruction des voies respiratoires, recommandées selon l'âge de l'enfant et l'évolution de la situation en attendant les premiers répondants.

8- Les allergies et intolérances alimentaires

Règles générales

Le CPE n'accepte aucune nourriture venant de l'extérieur.

Tout achat de nourriture pour le CPE doit être fait par le responsable en alimentation, et ce même pour des bricolages ou activités spéciales.

Pour les anniversaires des enfants, l'évènement est souligné par le CPE (gâterie préparée ou achetée par le CPE).

Toutes fêtes ou journées spéciales qui comportent de la nourriture sont sous la supervision de la responsable de l'alimentation.

Le parent doit collaborer et communiquer avec les CPE pour tout changement concernant l'alimentation de son enfant. La responsable de l'alimentation demeure la première répondante.

Lors de l'inscription de l'enfant au CPE, la direction remet un formulaire à compléter concernant l'intégration des aliments, des allergies connues ainsi que des particularités alimentaires. Ce formulaire fait partie des documents obligatoires à compléter lors de l'inscription.

La direction doit tenir le dossier de l'enfant à jour contenant toutes les informations et autorisations nécessaires en lien avec l'allergie ou l'intolérance alimentaire de l'enfant concerné ainsi que de diffuser l'information aux membres du personnel et d'effectuer les mises à jour au besoin.

La direction doit informer le personnel éducateur et la responsable de l'alimentation des particularités alimentaires de tous les enfants et procéder aux mises à jour reçues.

Tous les enfants présentant des allergies, intolérances et particularités alimentaires seront identifiés à l'aide d'une fiche visuelle standard pour l'ensemble de l'installation. Celle-ci sera affichée aux endroits stratégiques (cuisine, locaux et salle à manger).

- L'identification doit comprendre les informations suivantes : prénom et nom de l'enfant, aliments à proscrire, photo récente de l'enfant, nom du groupe, auto-injecteur d'épinéphrine disponible.

Le rôle du responsable de l'alimentation pour les allergies

Le responsable de l'alimentation doit offrir des repas sécuritaires.

Les méthodes de travail utilisées à la préparation des repas doivent exclure tout risque de contamination de la nourriture destinée aux enfants ayant une allergie ou intolérance alimentaire.

Le nettoyage et la désinfection des surfaces de travail et de la vaisselle font partie de sa routine d'hygiène.

Le transport des aliments de la cuisine vers l'enfant doit être fait de façon sécuritaire (contenant fermé, portion individuelle) afin de ne pas contaminer le repas de l'enfant allergique.

Utilise une méthode d'identification de son choix pour le service du repas contenant un allergène.

Dois communiquer avec le personnel des particularités des enfants, et ce à chaque repas ou collation et bien identifier les contenants.

Prévoir des repas sans allergènes bien identifiés dans des contenants de couleurs pour des repas de dépannages pour chaque enfant.

Le responsable de l'alimentation doit s'assurer que ses connaissances sont à jour.

Le rôle du personnel éducateur pour les allergies

L'éducatrice prend connaissance des enfants allergiques dans son groupe.

Elle assure une communication efficace avec le responsable de l'alimentation et assure un suivi avec les éducatrices de remplacements de son groupe ou de celui de ses collègues.

Elle nettoie l'environnement selon les procédures : surface où les repas sont pris, plancher environnant, les mains et la bouche de tous les enfants après chaque repas et collation.

L'éducatrice veille à ce que l'enfant allergique ne soit pas mis en contact avec un aliment allergène.

Les aliments réservés aux enfants qui ont une allergie doivent être manipulés de manière à éviter la contamination croisée.

L'éducatrice sensibilise autant l'enfant allergique que les autres enfants du groupe à la condition particulière de celui-ci. Connaissance des aliments à proscrire, utilisation des ustensiles, éviter le partage des aliments et des ustensiles.

Elle connaît les mesures d'urgence à appliquer s'il y a lieu ainsi que les signes et symptômes des allergies.

9- L'alimentation en pouponnière

Aliments fournis pour le parent :

Le parent doit fournir le lait maternisé de l'enfant, les biberons, les céréales pour bébés et les purées nécessitant une attention particulière (purée simple).

Du lait 3,25% est servi par le CPE jusqu'à l'âge de deux ans.

Introduction des aliments :

Lors de l'inscription, le parent complète et remet au CPE la liste des aliments introduits dans le régime alimentaire de l'enfant.

Le parent a la responsabilité de mettre à jour auprès des éducatrices les nouveaux aliments introduits et de s'assurer de l'avoir fait manger au moins à trois reprises à la maison.

Attitude lors de l'alimentation du poupon :

L'autonomie est l'une des valeurs prioritaires au CPE. Le poupon qui commence à manger des aliments solides sera encouragé à se nourrir seul, l'éducatrice fera en sorte graduellement que à

Le biberon

L'eau et le lait sont offerts dans un biberon. Dans la mesure du possible, l'éducatrice donnera le biberon à l'enfant. Dans le cas contraire, l'éducatrice mettra en place des moyens afin de sécuriser et permettre à l'enfant de vivre ce moment dans le calme. Le biberon sera toujours pris en présence d'un adulte. Il sera retiré lorsque l'enfant aura terminé de boire.

Le lait sera tiédi selon les mêmes procédures que le parent utilise soit avec de l'eau chaude ou au micro-ondes.

10- Les anniversaires et les fêtes

Le CPE tient à faire valoir les événements spéciaux tels que les anniversaires des enfants et les fêtes annuelles comme Noël, Halloween, etc. Ces événements font l'objet d'une exception à la politique alimentaire. Certaines balises établies par la direction lors de ces événements devront être respectées dont l'application des recommandations de prévention et de sécurité.

Les anniversaires :

Nous soulignons la fête des enfants par un dessert ou une collation fait ou acheter par le CPE qui sera servi aux enfants. En raison de plusieurs restrictions alimentaires, les gâteries provenant de la maison ne pourront pas être permises au CPE.

Les fêtes annuelles

Les fêtes les plus populaires de l'année seront relevées par l'ajout au menu d'aliments qui ne font pas partie du guide alimentaire canadien, tels que des friandises. Les mesures adaptées en prévention des étouffements seront toutefois respectées, c'est-à-dire aucun bonbon dur, maïs soufflé, suçons, etc. ne seront servis.

Références

Gazelle et Potiron, cadre de référence pour créer des environnements favorables à la saine alimentation, au jeu actif et au développement moteur en services de garde éducatifs à l'enfance. Gouvernement du Québec 2017, ministère de la Famille.

Accueillir la petite enfance, programme éducatif pour les services de garde du Québec. Gouvernement du Québec 2019, ministère de la Famille.

Jouer à bien manger, nourrir mon enfant de 1 à 2 ans, Danielle Régimbald, Linda Benabdesselam, Suzanne Benoit, Micheline Poliquin, Éditions CHU Ste-Justine 2006.

Aliments à risque d'étouffement, CHU Ste-Justine, 2012

Annexe 1

** Voir document PDF