

Politique alimentaire

CPE

LES AMIS DE LA MAISON BLANCHE



Le CPE Les amis de la maison blanche a le mandat d'assurer la santé, la sécurité et le bien-être des enfants. L'alimentation de l'enfant influence sa croissance et sa santé quand il est petit et durant le reste de sa vie. En centre de la petite enfance comme à la maison, il a besoin de repas de qualité qui répondent à ses besoins alimentaires quotidien. « Les amis de la maison blanche », par le biais de son programme éducatif, joue un rôle essentiel à cet égard. Sa mission première vise à favoriser le développement global et harmonieux des enfants qu'elle reçoit et doit répondre non seulement à leurs besoins physiologiques, mais aussi les guider dans l'apprentissage d'une saine alimentation et d'une bonne habitude de vie.

Le parent étant le premier éducateur de son enfant, la collaboration est donc essentiel entre celui-ci et le CPE.

Le succès d'une politique alimentaire repose essentiellement sur l'implication de toutes les personnes qui travaillent dans chacun des champs d'emploi du CPE. Elles ont un rôle fondamental et inter relié dans ce processus d'uniformisation des pratiques en alimentation. En effet, l'adoption, la mise en place, l'application au quotidien, le suivi et finalement la pérennité de la politique alimentaire requièrent une participation et une appropriation de la part de toute l'équipe.

Le CPE « Les amis de la maison blanche » travail en partenariat avec le service de diététique du centre hospitalier universitaire de Sherbrooke. Les repas du dîner sont préparés par le service de diététique. En respectant le guide alimentaire nous assurons ainsi une qualité de nos services.



Objectif générale :



Offrir une alimentation de qualité de manière à assurer la mission éducative et le rôle actif du CPE dans le développement et la promotion de saines habitudes chez les enfants de 0 à 5 ans.

Notre préoccupation est la Qualité, le Respect, la Sécurité et la Transparence.

➤ **Qualité**

Voir et maintenir une qualité au niveau de l'alimentation. S'assurer que le service de traiteur respecte le guide alimentaire canadien. Choisir nos menus de façon diversifié et complet.

➤ **Respect**

Respect de la loi et des règlements du ministère de la famille
Respect de l'hygiène et de la salubrité tel que défini et exigé par le ministère de l'alimentation, des pêcheries et de l'agriculture du Québec (MAPAQ)
Respect à la mesure de ses capacités, des croyances parentales.

➤ **Sécurité**

Assurer la sécurité des enfants en tout temps, notamment en contrôlant les allergies alimentaires ainsi que la prévention de l'étouffement. (Selon le ministère de la Santé et des Services sociaux)

➤ **Transparence**

Agir en transparence et en toute bonne foi.



Les obligations légales

Tout d'abord, il est nécessaire de préciser les obligations des CPE découlant de leur loi constitutive et des règlements d'application. En vertu de cette loi, le CPE a l'obligation d'assurer la santé, la sécurité et le bien-être des enfants qu'il reçoit. Les articles 110 et 111 du Règlement sur les services de garde éducatifs à l'enfance se lisent comme suit :

Article 110. Le prestataire de services de garde doit, lorsqu'il fournit aux enfants des repas et des collations, s'assurer qu'ils sont conformes au Guide alimentaire canadien pour manger sainement (Santé Canada, Ottawa, 1997) ou toute autre édition ultérieure de ce guide pouvant être publiée par Santé Canada.

Article 111. Le prestataire de services de garde doit suivre les directives écrites du parent quant aux repas et collations à fournir à son enfant si celui-ci est astreint à une diète spéciale prescrite par un membre du Collège des médecins du Québec.



Les collations

Une collation saine contribue à combler les besoins énergétiques des enfants. Une bonne collation, servie au moins deux heures avant le repas, vient compléter le repas précédent et non remplacer le suivant.

- Deux collations nutritives sont servies quotidiennement à chaque enfant.
- Les choix des collations tiennent compte du moment des autres repas.

Généralement, le nombre d'heures séparant la collation du matin et le dîner est moindre que celui séparant la collation de l'après-midi et le souper. La collation du matin sera plus légère et contiendra des glucides simples, digérés plus rapidement, comme des fruits, du lait ou du yogourt. Celle de l'après-midi sera normalement plus rassasiante et pourra contenir des glucides complexes qui se digèrent plus lentement, tels des produits céréaliers, des légumineuses et des produits du soya, ainsi qu'une source de protéines et des lipides (acides gras essentiels et insaturés).



Quantité et qualité nutritive

L'alimentation représente un élément de premier ordre dans le développement global de l'enfant. Les notions de quantité et de qualité en sont des facteurs clés.

➤ La quantité

- Les enfants reçus au CPE, dépendamment de leur mode de fréquentation, y consomment entre la moitié et les deux tiers de leurs besoins nutritionnels quotidiens. Notre CPE évalue le nombre et la taille des portions selon le Guide alimentaire canadien. Cependant, comme chaque enfant est unique et que son appétit varie beaucoup selon ses stades de croissance et son niveau d'activité, il reste le mieux placé pour déterminer la quantité d'aliments dont il a besoin. Apprendre à reconnaître son appétit et sa satiété est un facteur important de l'alimentation. L'acquisition de cette compétence est donc valorisée et encouragée.

➤ **La qualité**

- Mis à part les exclusions de cette politique à l'égard des fêtes annuelles ainsi que des événements spéciaux, en collaboration avec le service de diététique du centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, le CPE offrira chaque jour une alimentation composée uniquement d'aliments faisant partie du Guide alimentaire canadien. Par cette initiative, notre CPE souhaite promouvoir auprès des enfants et des familles l'importance de manger sainement sur une base quotidienne.



Maximiser la consommation de légumes

Les légumes présentés sont crus, blanchis, cuits à la vapeur ou dans un peu d'eau bouillante, de façon à conserver le maximum de valeur nutritive.

- Les légumes sous forme de crudités sont fréquemment servis.
- Tous les dîners comportent des légumes.
- Le jus de légumes est servi à l'occasion.



Maximiser la consommation de fruits

Chaque jour, des fruits frais, surgelés ou en conserve (préférentiellement dans du vrai jus) sont offerts aux enfants en collation, au dessert ou ajoutés aux salades.

- Lorsque cela est possible, des fruits en morceaux sont ajoutés dans les muffins, biscuits et gâteaux.
- Occasionnellement, les jus de fruits purs à 100 % peuvent être servis.



Offrir des produits céréaliers riches en fibres

Des aliments faits de grains entiers sont présents tous les jours au menu.

- Les gâteaux, muffins ou biscuits maison peuvent être composés de farines mélangées (ex : moitié farine blanche et moitié farine de grains entiers).

À propos des fibres : Les légumineuses et les fruits constituent également une excellente source de fibres et contribuent donc efficacement à l'atteinte de l'apport recommandé



Limiter la consommation de sel

L'utilisation du sel est limitée au minimum dans la préparation des recettes et il n'est jamais ajouté dans l'assiette. Les aliments commerciaux allégés en sel sont privilégiés.



Limiter la consommation de sucre raffiné

Les recettes qui exigent une grande quantité de sucre raffiné sont modifiées, de sorte qu'une partie du sucre soit remplacée par de la purée de fruits ou simplement soustraite.

- Les aliments commerciaux contenant moins de sucre ajouté sont choisis au détriment d'autres aliments similaires qui en contiennent davantage.



Les breuvages

L'eau est offerte à volonté à l'enfant tout au long de la journée;
À partir du moment où le poupon a intégré le lait de vache, la formule à 3,25 % de matières grasses lui est offerte.



Exclusion

Pour leur caractère unique et exceptionnel, les fêtes comme l'Halloween, la Saint-Valentin et les événements spéciaux font l'objet d'une exclusion. Bien que les repas et collations servis lors de ces journées doivent respecter les orientations de la présente politique, il se peut que des aliments ne faisant pas partie du Guide alimentaire s'ajoutent au menu habituel.



Allergies et intolérances alimentaires

La présence d'allergie alimentaire est de plus en plus fréquente et nécessite de la part des intervenants en petite enfance une vigilance constante.

L'intolérance comme l'allergie requièrent un avis médical. En ce qui concerne les mesures de prévention pour les enfants à risque, c'est-à-dire dont certains membres de la famille immédiate (père, mère ou frère, sœur) présentent des allergies, le CPE respectera les recommandations écrites et signées du professionnel de la santé (médecin ou allergologue)

Les mêmes mesures de prévention sont appliquées dans les deux cas, bien que les symptômes, le traitement et les conséquences peuvent être différents. Il importe donc, pour la sécurité de tous, que les membres du personnel apprennent à reconnaître les différents symptômes, puissent identifier les allergènes et soient aptes à prendre les mesures qui s'imposent en cas de réaction allergique ou de choc anaphylactique.



Approvisionnement

Le fait de choisir des aliments régionaux ou, du moins, de la province, offre des avantages économiques et écologiques importants pour toute la société.

L'aspect sécurité alimentaire doit toujours primer.

La provenance des produits

- Le CPE s'approvisionne chez les marchands autorisés qui peuvent garantir la provenance de l'aliment et qui sont en mesure d'informer leurs clients sur les conditions dans lesquelles il s'est développé et à été conservé.

Toute fois, il est possible de goûter des produits provenant du jardin du CPE ou des produits apporté ou fabriqué à l'occasion par un membre du personnel.

Politique alimentaire

CPE

LES AMIS DE LA MAISON BLANCHE



Responsabilités des parties



Parent

Le parent collabore avec les membres de l'équipe pour ce qui touche à l'alimentation de son enfant. Il porte un regard attentif aux menus, au fonctionnement des repas et des collations. Il communique les informations pertinentes relatives à son enfant.

- Compléter les formulaires concernant l'alimentation lors de l'inscription de son enfant.
- Prendre connaissance des menus et s'il y a lieu informer la direction et les membres du personnel des besoins alimentaires spécifiques de son enfant en matière de particularités, d'intolérances ou d'allergies alimentaires et en assurer le suivi.
- Respecter la régie interne. (aucune nourriture de la maison au CPE)
- Comprendre le cadre institutionnel et ses limites en matière d'alimentation.
- S'assurer que les vêtements souillés de nourriture soient remplacés.
Ex : (les enfants qui peuvent arriver le matin avec des taches de beurre d'arachide sur leur vêtement).
- Être cohérent dans ses demandes en matière d'alimentation (démontrer autant de rigueur dans les pratiques alimentaires à la maison qu'il en exige de la part du CPE.

- Lire les rapports quotidiens pour obtenir des informations quant à l'alimentation de son enfant.



L'enfant

L'enfant est le premier acteur de son alimentation. Outre le fait qu'il se nourrisse, il expérimente et réalise des apprentissages moteurs, sociaux, cognitifs et langagiers.

- Goûter pour apprendre à développer son goût.
- Apprendre à reconnaître ses signes de satiété, choisir ses quantités de nourriture.
- Se comporter de manière respectueuse à la table, apprendre à manger proprement.
- Affirmer ses goûts sur la base de l'expérience.
- Développer son autonomie en matière d'alimentation

Politique alimentaire

CPE

LES AMIS DE LA MAISON BLANCHE



Rôle et responsabilité



dans le contexte des allergies ou intolérance alimentaire.

Lors de l'inscription ou de l'apparition d'une allergie ou d'une intolérance alimentaire,



Le parent doit :

- Aviser le personnel et transmettre les informations sur l'allergie ou l'intolérance de l'enfant.

- Fournir les médicaments d'urgence (auto-injecteur d'épinéphrine), ainsi que la prescription relative à l'administration de ce médicament signée par un membre du Collège des médecins (Les renseignements inscrits par le pharmacien sur l'étiquette du médicament prescrit font foi de l'autorisation du médecin).
- Fournir dans le cas de mesures préventives pour les enfants à risque (présence d'allergie dans la famille immédiate), la prescription préventive écrite et signée par un professionnel de la santé
- Transmettre au personnel tout changement concernant l'allergie ou l'intolérance
- Signer l'autorisation écrite afin de permettre au personnel du CPE de mettre en évidence les fiches d'identification dans les locaux fréquentés par l'enfant lors de la prise de repas et collations, ainsi que dans la cuisine.

