

Repas

1. Servir une petite portion à la fois du plat principal afin d'éviter le gaspillage ou le découragement face à une assiette trop pleine.
2. Pour les enfants qui se servent seuls, l'éducatrice doit servir de guide. L'autonomie passe d'abord par l'apprentissage.
3. Le dessert ne doit en aucun cas être présenté comme une récompense ou une punition. **Une portion** de dessert est toujours offerte à l'enfant.
4. Un deuxième service peut être donné à l'enfant qui en fait la demande. Dans le cas des enfants très gourmands et qui mangent rapidement, un temps d'attente entre les services est conseillé, pour permettre à l'estomac d'envoyer les signaux de satiété au cerveau. **Occasionnellement** et si les portions le permettent, on peut accepter un service supplémentaire.

Collations

Une collation est offerte aux enfants vers 8h30 et 15h30.

Un enfant peut recevoir deux services selon le choix offert.

Pour les groupes des plus petits :

- Les enfants s'assoient aux petites tables.
- La chanson thème peut être entamée.
- L'éducatrice sert une portion de collation.
- L'enfant la déguste et peut en redemander une deuxième portion avec des mots de politesse.
- Lorsqu'il a terminé, il attend patiemment que l'éducatrice lui remette une débarbouillette humide.
- Les enfants se lavent la bouche et portent la débarbouillette et leur plat sur le chariot.
- Ils reviennent pousser leur chaise et se dirigent vers les centres d'activités ou vers le centre désigné pour la causerie.

L'enfant qui refuse la collation :

- Il est invité à goûter, juste une bouchée.
- Il se joint aux enfants pour l'hygiène à la débarbouillette.

Pour les groupes des plus âgés :

- Les éducatrices peuvent servir la collation de la même façon que pour les groupes des petits lorsque l'année commence.
- Quelques mois plus tard, elles peuvent inviter les enfants à venir chercher leur collation eux-mêmes. Elles peuvent aussi inviter un ou deux enfants, désignés sur le tableau des tâches, à assister l'éducatrice. Ce ou ces enfants distribuent la collation à leurs pairs.
- La collation terminée, les assistants ramassent les plats et les portent sur le chariot.
- Les enfants se dirigent vers l'évier, afin de procéder à leur hygiène.

Une autre façon de faire est :

- De privilégier un centre collation pour 2 à 6 enfants, selon le groupe, où les enfants viennent librement, pendant une période de temps sélectionnée, prendre la collation avec **l'étroite collaboration d'une éducatrice**. Cette façon de procéder a pour but de favoriser des échanges privilégiés entre les enfants et les éducatrices.
- Étant donné le petit nombre d'enfants, leur autonomie peut être valorisée en offrant des outils favorisant leur développement. Exemple : Acheter des petits pots à lait afin que les enfants puissent verser eux-mêmes. Étant moins lourds, les risques d'accident y sont diminués.