

Politique alimentaire

Centre de la Petite Enfance
Bureau coordonnateur
Réseau Petits Pas



Approuvé lors du CA du 30 mars 2015

Table des matières

Objectif général	3
Objectifs spécifiques	3
Fondements	3
1. Rôles et responsabilités à l'égard de l'alimentation	3
1.1 Le personnel éducateur	3
1.2 La responsable de l'alimentation	7
1.3 La direction	8
1.4 Le conseil d'administration	9
1.5 Le parent	10
1.6 L'enfant	10
2. Quantité et qualité nutritive de l'alimentation	11
2.1 Maximiser la consommation de légumes	11
2.2 Maximiser la consommation de fruits	11
2.3 Offrir des produits céréaliers riches en fibres	11
2.4 Limiter la consommation de sel	12
2.5 Limiter la consommation de sucre raffiné	12
2.6 Les risques d'étouffement	12
3. Élaboration des menus	13
3.1 La structure des menus	13
4. Alimentation en pouponnière	14
4.1 Introduction des aliments	14
4.2 Les bonnes pratiques au quotidien	14
5. Allergies et intolérances alimentaires	15
5.1 La prévention : une responsabilité partagée	15
6. Restrictions alimentaires	16
6.1 Les obligations légales	16
6.2 La charte des droits et libertés de la personne	17
7. Anniversaires, fêtes annuelles et évènements spéciaux	18
7.1 Anniversaires	18
7.2 Fêtes annuelles et évènements spéciaux	19
8. Approvisionnement	19
8.1 La provenance des produits	19

Politique alimentaire

Objectif général

Offrir des services alimentaires de qualité afin de poursuivre 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.

Objectifs spécifiques

- Fournir un outil permettant d'encadrer l'offre alimentaire de manière à respecter les fondements et principes nutritionnels essentiels à une bonne qualité de vie;
- Uniformiser les procédures préventives d'hygiène et de santé à l'égard de la pratique alimentaire;
- Déterminer les rôles et responsabilités des divers intervenants au CPE à l'égard de l'organisation et de la gestion du volet alimentation;
- Promouvoir l'action pédagogique et les attitudes positives qui favorisent l'apprentissage de saines habitudes alimentaires.

Fondements

Cette politique s'appuie sur :

La Loi sur les services de garde éducatifs à l'enfance et les règlements du ministère de la Famille du Québec;

Les recommandations du Guide alimentaire canadien et le programme « Recettes standardisées SAS » adopté au C.A. du **30 mars 2015**

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 (MAPAC);

1. Rôles et responsabilités à l'égard de l'alimentation

1.1 Le personnel éducateur

Son rôle

Le personnel éducateur porte la responsabilité globale de l'enfant, puisqu'il lui est confié en premier lieu. Il constitue le premier intervenant en lien direct avec l'enfant et le parent. Il joue un rôle déterminant, à commencer par celui de modèle, puisqu'au delà de 30 mars 2015

la présentation des aliments, une attitude positive, une ouverture d'esprit et le maintien d'une ambiance agréable autour de la table influenceront grandement l'enfant dans son apprentissage de saines habitudes alimentaires. De plus, en développant des activités interactives qui favorisent la découverte des bons aliments, il contribue à faire de la saine alimentation une expérience enrichissante et positive au quotidien.

Ses responsabilités

- **Éveiller la curiosité et susciter l'ouverture des enfants à l'égard des aliments sains. Parler, discuter avec eux des aliments en utilisant les termes exacts et un vocabulaire riche. Donner de l'information relative aux ingrédients des menus et à la valeur nutritive des aliments :**

Comportements à privilégier
Adapter le langage au niveau de développement des enfants : Nommer les aliments Parler de la valeur des aliments en vulgarisant les termes.
Séparer les aliments pour que les enfants puissent distinguer les différentes composantes du repas. (ex : l'éducatrice peut couper des brocolis en petits morceaux et les mélanger aux macaronis pour « aider » les enfants à les manger, par contre, on demande qu'elle laisse un morceau de brocoli entier pour que les enfants puissent s'y habituer graduellement.
Mettre une petite portion dans l'assiette systématiquement (ex : brocoli) même si on sait que l'enfant ne mangera pas.
Donner le choix de la portion (un peu ou beaucoup).
Présenter des nouveaux aliments et présenter des aliments connus sous de nouvelles formes.
Permettre l'exploration des aliments adaptée au niveau de développement des enfants (laisser l'enfant toucher, créer).
Montrer l'exemple aux enfants en démontrant de l'intérêt pour les aliments contenus dans l'assiette (l'éducatrice)

- **Structurer l'horaire et le déroulement des repas pour y accorder un temps adéquat. Éviter de presser les enfants ou de les faire attendre longtemps :**

Comportements à privilégier
Essayer le plus possible de respecter l'heure où débute le repas. L'éducatrice de rotation et les remplaçantes doivent fonctionner de la même façon. Pouponnière : entre 11h15 et 11h30 Coccinelles, Kangourous, Abeilles et Grenouilles : 11h30
Favoriser que les enfants apprennent progressivement à attendre les autres.
Favoriser que les enfants s'attendent pour les crudités et pour le premier service.
Laisser le plus possible les enfants manger à leur rythme. Malgré ce qui précède, encourager les plus lents et ralentir ceux qui mangent très rapidement (hygiène alimentaire).
Servir aux enfants du lait à la fin du repas ou même pendant celui-ci si l'éducatrice

juge que c'est approprié. Permettre aux enfants plus d'un verre de lait.
Permettre aux parents des poupons de 12 mois et moins d'apporter leur déjeuner.

- **Instaurer un cadre démocratique dans lequel l'adulte définit le lieu des repas, le moment des repas, le contenu des repas, les règles inhérentes au fonctionnement des repas (s'asseoir pour manger, politesse, etc.) et laisser aux enfants décider des quantités qu'ils souhaitent manger :**

Comportements à privilégier
Favoriser des interventions démocratiques pour générer chez les enfants de la collaboration plutôt que de l'opposition.
Instaurer une ambiance calme et positive. Fermer les portes des locaux pendant le repas.
Instaurer des règles de politesse adaptées au niveau de développement (belles demandes, s'il vous plaît, merci).
Instaurer des règles claires et constantes (on est assis à la table sauf exception, on laisse les jouets ou objets transitionnels, on parle sur un ton doux, on évite de déranger les amis, on ne touche pas à la nourriture des autres, ni aux plats).
Favoriser un climat de plaisir et d'humour (goûter, rire et discuter).
Planifier et organiser les repas afin d'être prêt au moment de servir les enfants (avoir tout le matériel requis et éviter de faire d'autres tâches en même temps).
Donner le choix de la portion (un peu ou beaucoup).
Permettre des dîners spéciaux (pique-nique), fêtes.

- **Respecter les règles d'hygiène lors de la manipulation des aliments :**

Comportements à privilégier
Faire laver les mains des enfants avant et après les repas.
Désinfecter toutes les surfaces qui serviront à recevoir de la nourriture.
Utiliser des ustensiles de service (un par type d'aliment).
Enseigner aux enfants selon le niveau d'autonomie du groupe, comment se servir en respectant les règles d'hygiène (on utilise un ustensile plutôt que les mains, on ne met pas la cuillère de service dans sa bouche).

- **Prendre les précautions nécessaires lors de la manipulation des aliments pour assurer la santé alimentaire, des enfants souffrant d'allergies et d'intolérances alimentaires :**

Comportements à privilégier
Si un enfant est allergique à un aliment, le parent doit fournir un billet du médecin l'attestant et le CPE ne servira pas cet aliment à l'ensemble des enfants et du personnel.
Si un enfant a une intolérance à un aliment, les précautions seront prises afin de ne

pas donner à l'enfant l'aliment concerné. Des outils tels la photo de l'enfant, la liste des allergies ou des intolérances ou autres outils seront affichés dans chaque local et à la cuisine pour que tout le personnel et les parents soient au courant et sensibilisés.
Tenir à jour les feuilles des restrictions alimentaires
Favoriser la communication entre les éducatrices et les préposées à l'alimentation.
Sensibiliser les enfants à leur condition particulière afin de les rendre le plus autonome et expliquer aux autres enfants les particularités des allergies.

- **Préparer les enfants au déroulement du repas en établissant une routine (rangement, lavage des mains et de la table, mise du tablier, etc.) :**

Comportements à privilégier
Avoir planifié et organisé la façon d'installer les enfants à table. Tenter de créer une routine rassurante pour les enfants. Cela leur permettra d'être encore plus autonomes.
Distribuer les bavettes s'il y a lieu. Avoir une préoccupation afin de développer l'autonomie de l'enfant concernant son hygiène pour qu'il puisse garder ses vêtements propres.

- **Instaurer une ambiance détendue et agréable autour de la table :**

Comportements à privilégier
S'asseoir avec les enfants à table.
Tamiser au besoin les lumières.
Utiliser des stratégies positives afin de faire patienter les enfants lorsqu'ils attendent d'être tous servis (chants, comptines, histoire inventée).
Respecter le rythme de chacun (exploration, goût, quantité) avec tolérance.

- **Favoriser l'autonomie des enfants en adoptant un style démocratique qui, non seulement permet aux enfants d'effectuer leurs propres choix, mais les encourager à le faire :**

Comportements à privilégier
Mettre de tout chaque jour en respectant l'appétit et le goût de chacun.
Encourager les enfants à goûter aux aliments.
Vérifier avec les enfants si la portion offerte leur convient (collation et dîner).
Demander aux enfants ce qu'ils préfèrent avoir après leur avoir servi une première petite portion de tous les aliments offerts.
Permettre aux enfants de manger à satiété et selon la quantité de nourriture disponible.

- **Encourager les enfants à goûter tous les aliments, sans toutefois les forcer; éviter les commentaires négatifs ou les reproches (*chez les enfants, un***

nouvel aliment peut être présenté jusqu'à 20 fois, durant quelques mois avant qu'il ne l'accepte) :

Comportements à privilégier
Développer des stratégies positives pour amener les enfants à goûter à de nouveaux aliments.
Permettre aux enfants de rejeter dans un mouchoir un aliment qu'ils n'aiment pas mais qu'ils ont osé goûter.
Pour les poupons de moins de 12 mois, remplacer l'entrée s'il s'agit d'un aliment trop difficile à manger par de la soupe ou du potage ou des légumes cuits.

- **N'utiliser à aucune occasion les aliments en guise de récompense ou de punition ou encore comme arguments de négociation :**

Comportements à privilégier
Féliciter et encourager les efforts à goûter.
Expliquer aux enfants les bienfaits des aliments pour les inciter à vouloir goûter ou manger.

- **Les éducatrices doivent consommer le même repas que celui des enfants en leur présence.**

Comportements à privilégier
Manger de la nourriture saine comme les enfants.
Ne pas consommer d'autres aliments en présence des enfants.

- **Communiquer efficacement avec les parents sur l'expérience vécue ainsi que la nature et la quantité d'aliments consommés par l'enfant, durant la journée :**

Comportements à privilégier
Utiliser le rapport quotidien ou l'agenda et communiquer verbalement aux parents les informations relatives à l'alimentation des enfants.
Questionner sur les habitudes à la maison.
Questionner sur des changements qui pourraient survenir dans la vie des enfants (maladie, divorce, décès...) qui pourraient affecter leur appétit.
Communiquer aux parents les nouveaux intérêts ou les nouveaux goûts de l'enfant.

1.2 La responsable de l'alimentation

Son rôle

La responsable de l'alimentation est le premier répondant de la politique et le centre de l'offre alimentaire. Elle prépare les repas et les collations selon le programme alimentaire de recettes standardisées de la CPE « La Souris Verte ». Elle assure la sécurité alimentaire en tout temps par le respect des règles d'hygiène, de salubrité, de conservation et d'entreposage des aliments et en offrant la nourriture adéquate aux enfants présentant des intolérances alimentaires ou des restrictions culturelles. Enfin, elle agit à titre de personne de référence en ce qui concerne les questions alimentaires d'ordre général de la part du personnel. Elle peut être appelée à répondre aux questions des parents et des enfants portant sur l'alimentation offerte au CPE ou sur des notions de nutrition.

Ses responsabilités

- S'assurer que tous les aliments servis soient conformes aux exigences quantitatives et qualitatives décrites dans la politique et qu'ils soient préparés et distribués selon les règles sanitaires établies;
- Communiquer et collaborer avec le personnel éducateur relativement aux besoins alimentaires des enfants;
- S'assurer de respecter les exigences relatives à l'hygiène, l'entretien, la conservation et l'entreposage des aliments, telles que décrites dans la politique;
- Appliquer des méthodes de travail qui favorisent une bonne utilisation des ressources financières consenties;
- Afficher le menu et aviser le personnel et les parents lorsqu'un changement survient;
- Collaborer avec le personnel éducateur lors d'activités spéciales pour les aspects touchant l'alimentation (fêtes spéciales, recettes avec les enfants, préparation de pique-niques);
- Adapter la préparation des aliments (type d'aliments et texture) en fonction de l'âge des enfants et de leur niveau d'autonomie;
- Respecter l'horaire établi pour servir chaque groupe d'enfants.

1.3 La direction

Son rôle

La direction assure la planification, le contrôle, la coordination et la mobilisation à l'égard de l'implantation, de l'application et de la pérennité de la politique alimentaire. Le rôle de la direction représente donc le point d'ancrage de l'organisation alimentaire et le lien entre tous les intervenants.

Ses responsabilités

- S'assurer que le personnel éducateur et la responsable de l'alimentation disposent des outils, des ressources et du temps nécessaire pour effectuer les tâches relatives aux orientations de cette politique, cela dans les limites du budget disponible;
- S'assurer de transmettre au personnel, s'il y a lieu, les informations relatives aux besoins alimentaires spécifiques de chaque enfant;
- S'assurer au besoin, de faire valider les menus par une ressource professionnelle qualifiée en nutrition, telle qu'une technicienne en nutrition, une nutritionniste ou une diététiste interne ou externe;
- Mettre en place, au besoin, des mécanismes qui favoriseront le suivi et la pérennité de la politique alimentaire (rencontres décisionnelles avec la responsable de l'alimentation, mise sur pied d'un comité alimentaire, réunions d'équipe avec la responsable de l'alimentation, etc.);
- Assurer une saine gestion du budget d'alimentation (optimisation des achats, efficience des ressources humaines, congélation ou vente des surplus);
- Promouvoir la politique alimentaire, s'assurer de sa mise en application et de son respect en tout temps.
- Effectuer, au moment requis, les mises à jour des fiches d'identification concernant les enfants présentant des problèmes de santé, des allergies alimentaires, ou encore, ayant des restrictions alimentaires;

1.4 Le conseil d'administration

Son rôle

Le conseil d'administration définit les orientations et les objectifs du service alimentaire et statue sur l'adoption d'une politique alimentaire interne.

Ses responsabilités

- Placer la qualité de l'alimentation au cœur des préoccupations lors de ses choix d'orientations et de ses prises de décisions;
- Appuyer les démarches et les initiatives de la direction et de l'équipe éducative qui visent la promotion de saines habitudes alimentaires cela dans les limites du budget disponible;

1.5 Le parent

Son rôle

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.

Ses responsabilités

- 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, à l'exception des déjeunés apportés pour les poupons de 12 mois et moins à la pouponnière);
- Comprendre le cadre institutionnel et ses limites en matière d'alimentation;
- 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.

1.6 L'enfant

Son rôle

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.

Ses responsabilités

- 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.

2. Quantité et qualité nutritive de l'alimentation

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.

Le 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'activités, 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

Mises à part les exclusions de cette politique à l'égard des fêtes annuelles ainsi que des événements spéciaux, le CPE offre chaque jour un repas et deux collations composés uniquement d'aliments sains faisant partie du Guide alimentaire canadien. Par cette initiative, le CPE souhaite promouvoir auprès des enfants et des familles l'importance de manger sainement sur une base quotidienne.

2.1 Maximiser la consommation de légumes

- Les légumes présentés sont crus, cuits dans de l'eau bouillante ou au four, de façon à conserver le maximum de valeur nutritive;
- Les légumes sous forme de salades, de soupe ou potage sont fréquemment servis;
- Tous les dîners comportent au moins deux variétés de légumes (un légume dans un plat composé et un légume d'accompagnement). Les légumes sont frais ou congelés;
- Le jus de légumes est servi à l'occasion.

2.2 Maximiser la consommation de fruits

- Chaque jour, des fruits frais sont servis aux enfants pour la collation du matin ou ajoutés aux salades;
- Lorsque cela est possible, des fruits en morceaux sont ajoutés dans les muffins ou galettes;

2.3 Offrir des produits céréaliers riches en fibres

- Des aliments de grains entiers sont présents tous les jours au menu;

- Tous les muffins et galettes maison ainsi que les pâtes et le pain sont composés de farines de blé entier;

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.

2.4 Limiter la consommation de sel

- L'utilisation du sel est limitée dans la préparation des recettes et il n'est jamais ajouté dans l'assiette;
- Les aliments commerciaux allégés en sel sont privilégiés;
- Pour rehausser le goût des aliments, on utilise plutôt l'oignon, l'ail et des fines herbes.

2.5 Limiter la consommation de sucre raffiné

- Aucun produit déjà préparé comme les mélanges à biscuits ou mélange à muffins commercial ne sont offerts aux enfants. Les galettes et les muffins sont préparés au CPE avec des aliments connus et sains.
- Aucun dessert n'est servi. Le CPE sert une entrée et un repas principal.

Les breuvages

Le breuvage par excellence pour s'hydrater est l'eau et on devrait en offrir fréquemment aux enfants. L'eau, en plus d'assurer le bon fonctionnement général du corps, permet d'assimiler les fibres. Il est fréquent que les jeunes enfants souffrent de constipation et la cause première se révèle souvent être un manque d'hydratation. De plus, lorsque les enfants sont déshydratés, la température de leur corps augmente beaucoup plus vite que celle des adultes. Les risques de coup de chaleur sont donc beaucoup plus grands. En conséquence, il est important d'offrir de l'eau aux enfants avant même qu'ils ne ressentent la soif, de même qu'avant, pendant et après la pratique d'une activité physique.

- L'eau est offerte à volonté à l'enfant tout au long de la journée et aux collations;
- À partir du moment où le poupon a intégré le lait de vache, la formule à 3.25 % de matières grasses lui est offerte, et ce, jusqu'à l'âge de 2 ans. Après cet âge, le CPE offre le lait partiellement écrémé à 2 %;
- Le lait est offert avec des céréales;
- De temps en temps, quelques collations sont servies avec du jus de légumes et d'autres avec de l'eau.

2.6 Les risques d'étouffement

L'étouffement survient lorsque des objets ou des morceaux d'aliments prennent le mauvais chemin et viennent bloquer les voies respiratoires. Cela peut arriver si l'enfant mange des morceaux d'aliments trop gros, s'il mange trop vite, s'il ne mastique pas assez ou s'il pleure, rit ou court avec des aliments dans la bouche. Les tous-petits sont particulièrement à risque, car l'absence de molaires et le mouvement de leurs mâchoires ne leur permettent pas de broyer suffisamment les aliments. Le CPE est un

endroit où la consommation d'aliments se présente à plusieurs occasions. Le personnel doit donc être vigilant et minutieux.

Les précautions suivantes sont observées afin de minimiser les risques d'étouffement :

- Pendant les repas, le personnel favorise une ambiance calme, assure une supervision constante, exige que les enfants demeurent assis et les encourage à bien mastiquer avant d'avaler;
- Les verres en polystyrène ou en plastique mince ne sont jamais utilisés pour servir des breuvages;

Les précautions suivantes sont observées lorsque certains aliments sont offerts aux enfants selon les groupes d'âge :

Avant 12 mois

- Les légumes sont bien cuits, puis coupés en petits morceaux ou en lanières;
- Les pommes crues sont sans pelure, en morceaux ou en purées;
- Les raisins frais sont sans pépin et coupés en quatre;
- Les fruits sont sans pelure, sans noyau et sans pépin;

Entre 1 an et 2 ans

- Certains légumes très tendres tels que champignons, tomates, concombres, sont coupés en morceaux;
- Les légumes à chair ferme (carottes, céleri, navet, etc.) sont râpés ou blanchis et coupés en bâtonnets;
- Les autres légumes crus sont coupés en lanières;
- Les fruits frais comme les pommes, pêches, prunes, poires sont coupés en morceaux, sans noyau et sans pépin;
- Les raisins frais sont coupés, jusqu'à 24 mois;
- Les salades en feuilles sont introduites

Entre 2 ans et 4 ans

- Tous les légumes crus sont râpés ou coupés en lanières;

3. Élaboration des menus

L'élaboration des menus représente une étape très importante sous plusieurs aspects. Toutes les composantes (plat principal et collations) sont conçues de manière à s'équilibrer entre elles sur une base quotidienne et hebdomadaire.

3.1 La structure des menus

Puisque l'enfant a un petit appétit, il doit combler ses besoins nutritifs en plusieurs petites quantités d'aliments au cours de la journée. Les collations offertes au bon

moment sont essentielles; elles viennent compléter et varier l'apport d'éléments nutritifs des repas.

4. Alimentation en pouponnière

Le CPE reconnaît le parent comme premier éducateur de son enfant et respecte ses décisions à cette étape.

Apprendre à manger représente une transition importante dans la vie d'un enfant. Cet apprentissage touche tous les aspects du développement et se révèle donc une expérience en soi qui inclut le plaisir de porter des aliments à sa bouche et de les découvrir.

4.1 Introduction des aliments

À la pouponnière, le rythme de l'enfant est respecté et l'introduction des aliments complémentaires se déroule en étroite collaboration avec le parent, la responsable de l'alimentation et l'éducatrice.

Le poupon a des besoins particuliers. L'horaire, le rythme, le choix de lait ainsi que l'ordre d'introduction des solides sont déterminés par les parents. Les éducatrices, en observant les enfants pendant le repas peuvent informer les parents et émettre des suggestions, toutefois, ce sont les parents qui décident et qui sont responsables de l'introduction de nouveaux aliments. Le CPE respecte donc et met en pratique les choix des parents tout en se basant sur les autres outils mis en place par le CLSC.

Au moment de l'inscription, les parents doivent remplir une feuille guide qui permet d'informer le personnel de la pouponnière et la responsable de l'alimentation des aliments déjà introduits à la maison. Par la suite, au fur et à mesure qu'ils introduisent de nouveaux aliments, les parents doivent en informer l'éducatrice.

À cause des risques d'allergies alimentaires précoces (surtout lorsqu'il y a présence d'allergies alimentaires au sein de la famille immédiate), aucun aliment qui n'ait d'abord été intégré par les parents ne sera offert au poupon.

4.2 Les bonnes pratiques au quotidien

Les quelques principes suivants sont appliqués par les membres du personnel en pouponnière :

- Lorsque le poupon commence à manger les aliments complémentaires, le personnel le nourrit à la cuillère. Dès qu'il démontre la volonté de saisir les petits morceaux avec ses mains ou avec la cuillère, le personnel encourage ses pas vers la découverte et l'autonomie et le supporte dans cet apprentissage;
- Le poupon peut avoir un appétit variable d'un jour à l'autre. Le personnel respecte l'appétit de l'enfant en étant attentif aux signes de faim ou de satisfaction;

- Mis à part l'eau et le lait, les breuvages sont offerts à l'enfant dans un gobelet à bec et non dans un biberon. Tout breuvage, même au gobelet, n'est jamais laissé à l'enfant sur une longue période;
- Les boires sont toujours effectués sous surveillance constante du personnel et aucun breuvage ni aucun aliment n'est donné à l'enfant lorsqu'il est en position couchée;
- Les boires sont idéalement donnés par l'adulte au nourrisson, et ce, jusqu'à ce que ce dernier ait la capacité de tenir et de manipuler lui-même le biberon.

5. Allergies et intolérances alimentaires

5.1 La prévention : une responsabilité partagée

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 (allergologue ou autre).

Les mesures de prévention sont appliquées dans le cas d'intolérance, pour les allergies alimentaires, l'aliment est exclu du CPE. 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.

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 et la description des symptômes.
- Fournir les repas de l'enfant si celui-ci a trop d'allergies différentes.
- 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 d'administrer l'auto-injecteur en cas de besoin;

La direction s'assure :

- Que le dossier de l'enfant contienne toutes les informations et autorisations nécessaires; que les mises à jour y soient effectuées et reportées sur les fiches d'identification présentes dans les différents locaux;

- Que l'information sur les mises à jour soit transmise à la responsable de l'alimentation ainsi qu'aux membres du personnel appelés à travailler auprès des enfants, y compris les remplaçantes;
- Que les informations et les publications récentes disponibles sur le sujet soient remises au personnel.

Le personnel éducateur :

- Veille à ce que l'enfant présentant une ou des allergies ne soit pas en contact avec les matières allergènes;
- Assure une communication efficace et une bonne collaboration avec la responsable de l'alimentation afin de prévenir tout risque d'erreur à l'égard des allergies et des intolérances alimentaires;
- S'assure d'expliquer l'allergie ou l'intolérance aux autres enfants de son groupe dans le but de les sensibiliser, en prenant soin toutefois que l'enfant allergique ne soit pas exclu ou étiqueté;
- Voit à ce que le lavage de la bouche et des mains après les repas soit fait

La responsable de l'alimentation :

- Offre des repas sécuritaires aux enfants présentant des allergies ou des intolérances alimentaires;
- Lors de la préparation des repas, adapte ses méthodes de travail pour exclure tout risque de contamination de la nourriture destinée aux enfants pour lesquels certains aliments représentent un danger;
- Communique efficacement et collabore avec le personnel éducateur afin de prévenir toute possibilité d'exposition des enfants allergiques ou présentant une intolérance alimentaire aux aliments à risque;
- S'assure que ses connaissances en matière d'allergies et d'intolérances alimentaires soient à jour.

6. Restriction alimentaires

En tant qu'établissement de services à la famille, le CPE est sensible aux différences de culture et de religion de sa clientèle. Cette politique alimentaire prévoit des options d'accommodements qui pourront être proposées aux parents, selon la situation. Ce chapitre a fait l'objet d'une consultation juridique afin de s'assurer que les choix offerts respectent les droits et responsabilités de tous en tenant compte des limites pouvant être rencontrées dans la pratique pour le CPE.

6.1 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.

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.

6.2 La charte des droits et libertés de la personne

Les CPE doivent également respecter la Charte des droits et libertés de la personne et donc éviter toute forme de discrimination. À ce sujet, l'article 10 de la Charte se lit comme suit :

Article 10. Toute personne a droit à la reconnaissance et à l'exercice, en pleine égalité, des droits et libertés de la personne, sans distinction, exclusion ou préférence fondée sur la race, la couleur, le sexe, la grossesse, l'orientation sexuelle, l'état civil, l'âge sauf dans la mesure prévue par la loi, la religion, les convictions politiques, la langue, l'origine ethnique ou nationale, la condition sociale, le handicap ou l'utilisation d'un moyen pour pallier ce handicap. Il y a discrimination lorsqu'une telle distinction, exclusion ou préférence a pour effet de détruire ou de compromettre ce droit.

Par conséquent, le CPE s'engage à :

- Veiller à la santé, à la sécurité et au bien-être des enfants dont il a la garde;
- Fournir aux enfants des repas et des collations qui sont équilibrés et conformes au Guide alimentaire canadien;
- Évaluer toutes les possibilités raisonnables afin de proposer un accommodement qui conviendra le mieux à chaque cas d'espèce; cela sur demande écrite à la direction de la part du parent souhaitant qu'un aliment figurant au menu ne soit pas servi à son enfant.

Le CPE privilégie l'une ou l'autre de ces solutions :

- a) Accepter que le parent apporte un repas sous certaines conditions *;
- b) Accepter que le parent apporte l'ingrédient de remplacement pour son enfant afin qu'il soit cuit et apprêté par la responsable de l'alimentation du CPE sous certaines conditions *.

* Le CPE pourra offrir les solutions a) à condition que le contenu du repas apporté ne représente aucun danger pour les autres enfants souffrant d'allergies ou d'intolérances. L'alimentation ou les ingrédients doivent donc être facilement identifiables.

À ce titre, notons que le choix b) représente un risque élevé puisque certains ingrédients allergènes peuvent se retrouver dans un plat, sans aucune possibilité de l'identifier (huile d'arachides, gluten, etc.).

À la lumière de ce qui précède, le CPE pourrait décider de signer une entente particulière avec un parent qui demande un accommodement. Dans ce cas, en plus de prévoir les conditions telles que décrites précédemment, la mention suivante pourrait être ajoutée à l'entente :

Toutefois, malgré cet engagement, le CPE pourra fournir à l'enfant le repas régulier servi aux autres enfants dans les situations suivantes, notamment :

1. Lors de certaines sorties de groupe à l'extérieur du centre lorsque celui-ci ne peut contrôler facilement les repas servis;
2. Lorsque le menu prévu ne permet pas d'appliquer l'entente portant sur l'accommodement sans que l'enfant puisse prendre un repas suffisant, équilibré et conforme aux dispositions du Guide alimentaire canadien;
3. Lorsqu'une situation imprévue survient et nécessite un changement dans le menu quotidien et qu'une contrainte excessive empêche le respect de l'entente portant sur l'accommodement.

Que signifie « contrainte excessive »? La jurisprudence a établi qu'une impossibilité, un risque grave pour autrui et un coût excessif sont des situations qui constituent une contrainte excessive.

7. Anniversaires, fêtes annuelles et événements spéciaux

Les anniversaires de naissance sont des moments importants dans la vie des enfants. C'est pourquoi le CPE tient à les souligner. Néanmoins, fête et plaisir ne sont pas obligatoirement synonymes de sucre et de gras.

Pour leur part, les fêtes annuelles et autres événements spéciaux font l'objet d'une exclusion de la politique. Le CPE, bien plus qu'un service de garde, est un milieu de vie qui accueille quotidiennement les enfants et leur famille. Les fêtes annuelles et les événements spéciaux font partie de ce milieu de vie. Ces occasions spéciales sont associées à certaines coutumes et traditions qui ont une valeur pour chaque milieu et constituent en elles-mêmes des possibilités d'apprentissage pour les enfants sous plusieurs aspects. En plus de respecter ces valeurs, cette exclusion permet de démontrer à l'enfant que les aliments sains sont des aliments *de tous les jours*, tandis que les aliments moins sains sont des *aliments d'occasions*.

7.1 Anniversaires

- Pour souligner les anniversaires des enfants, le CPE valorise davantage les accessoires qui entourent la fête que les aliments servis. Par exemple, bien qu'une collation spéciale soit prévue, on mettra plutôt l'accent sur la chanson et le chapeau pour l'enfant fêté;
- Pour des raisons de sécurité liées aux allergies alimentaires et d'équité entre les enfants, aucun gâteau ou autre dessert d'anniversaire apporté par les parents n'est accepté. Au lieu de la collation en après-midi, un gâteau est servi uniquement au groupe dont fait partis l'enfant

7.2 Fêtes annuelles et évènements spéciaux

Ces occasions font l'objet d'une exclusion de la présente politique par respect des mœurs et coutumes de chaque milieu. Cette exclusion concerne les fêtes annuelles telles que l'Halloween, Pâques, la Saint-Valentin, etc., ainsi que d'autres évènements spéciaux, comme la fête de fin d'année, une inauguration, des présentations de parents, etc. Cette exclusion permet l'ajout d'aliments ne faisant pas partie du Guide alimentaire canadien ou encore l'ajout d'aliments qui sont habituellement exclus.

8. Approvisionnement

Le fait de choisir des aliments locaux, régionaux, offre des avantages économiques et écologiques importants pour toute la société.

L'aspect sécurité alimentaire doit toujours primer.

8.1 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 a été conservé.

Malgré ce qui précède, il est possible de goûter des produits provenant du jardin du CPE ou de celui d'un membre du personnel (légumes, fruits et fines herbes).

8.2 La sécurité alimentaire

- Le CPE n'utilise pas de lait cru ni de jus de fruits non pasteurisés;
- Le CPE n'accepte aucune conserve maison, aucun mets préparé à la maison ou de confection artisanales (sauf pour des conditions particulières prévues, liées aux restrictions alimentaires et aux allergies);
- Le CPE n'accepte aucun produit de la chasse ou de la pêche récréative;
- Les aliments qui présentent une apparence douteuse ou un emballage endommagés sont jetés ou retournés au marchand;