



J'ai mon assiette à



Politique Alimentaire
DU CPE LA ROSE DES VENTS





J'ai mon assiette à coeur !

Conscient de l'importance accrue de l'acquisition de saines habitudes alimentaires très tôt pendant la petite enfance sur la santé des enfants, le CPE La Rose des Vents s'est penché sur la définition de moyens concrets pour atteindre cet objectif. Cette politique alimentaire traduit les lignes directrices qui définissent les rôles et responsabilités de tous les acteurs, en particulier concernant la gestion des allergies, guident les décisions des gestionnaires et responsables, encadrent les choix de menus ainsi que les achats. Nous pensons que cette sensibilisation, déjà en émergence dans les milieux scolaires, doit débiter au CPE et se poursuivre à la maison. Nous souhaitons que cette politique puisse INSPIRER les familles à viser un mode de vie sain dans leur quotidien à la maison. Nos enfants, cette société de demain, ne s'en porteront que mieux.

Anne Fortin, présidente du conseil d'administration

Maryse Mailhot, directrice générale

Mise en appétit

La mission fondamentale du CPE La Rose des Vents vise à favoriser le développement global et harmonieux des enfants âgés entre 0 à 5 ans et leur offrir un bon départ dans la vie ainsi que des habitudes alimentaires saines. Pour ce faire, le CPE La Rose des Vents reconnaît le parent comme premier éducateur de son enfant. Par conséquent, nous travaillons en étroite collaboration avec le parent afin de guider l'enfant vers des choix sains et de bonnes habitudes alimentaires, à lui faire prendre conscience et à le soutenir dans cette démarche. L'alimentation touche toutes ces dimensions.



Table des matières



14-15 Ce qui guide le Guide alimentaire canadien
16 Les choix alimentaires
17 Elaboration des menus
18 La structure des menus
19 Les collations
20 Bibliographie
21-23 Alimentation en pouponnière
24-27 Les allergies
28 Restrictions alimentaires
29 Anniversaires & Fêtes annuelles et événements spéciaux
30 Bibliographie
02 Mot de bienvenue
03 Introduction
05-11 Rôles et responsabilités à l'égard de l'alimentation
12 Quantité et qualité nutritive
13 Nombre et taille des portions selon le Guide alimentaire canadien



Rôles et responsabilités à l'égard de l'alimentation



Le personnel éducateur

Son rôle

Le personnel éducateur 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 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 de bons aliments, il contribue à faire de la saine alimentation une expérience enrichissante et positive au quotidien. L'enfant est responsable de la quantité d'aliments qu'il consomme. Le personnel invite l'enfant à goûter mais il ne force jamais un enfant à consommer un aliment, cela pourrait nuire à la relation qu'il a avec la nourriture. Il est normal qu'un enfant refuse certains aliments. Nous acceptons les goûts et les variations d'appétit de l'enfant et, lorsqu'il a terminé son repas, nous lui retirons son assiette (peu importe ce qu'il reste dans l'assiette) sans passer de remarque négative.

Ses responsabilités

- . Favorise une ambiance détendue et agréable lors des repas ou collations, la période du repas doit durer environ quarante minutes ;
- . Permet et encourage l'enfant à effectuer ses propres choix et à reconnaître sa faim ou sa satiété et ainsi à goûter à tout ;
- . Offre des petites quantités de nourriture pour encourager l'enfant à goûter et pour qu'il se sente compétent au niveau de l'alimentation ;
- . Consomme le même repas qui est servi aux enfants en leur présence ;
- . Établit des routines qui préparent les enfants à la prise du repas et après le repas invite les enfants à de bonnes habitudes d'hygiène ;
- . N'utilise à aucune occasion les aliments en guise de récompense ou de conséquence ou encore comme poids de négociation. Le dessert se veut nutritif et en complément du repas et est donc toujours offert à l'enfant ;
- . S'assure de respecter la diète de l'enfant relativement à ses allergies alimentaires ;
- . Prends les précautions nécessaires lors de manipulation de la nourriture assurant ainsi l'innocuité de ceux-ci pour les diètes spéciales, allergies et intolérances alimentaires ;
- . Respecte les règles d'hygiène pendant la manipulation des aliments ;
- . Adopte une attitude positive lors de l'intégration de nouveaux aliments, par exemple : support visuel et explications pertinentes relatives ;
- . Communique et collabore avec la responsable de l'alimentation relativement aux besoins alimentaires des enfants ;
- . Communique efficacement avec les parents sur la nature et la quantité d'aliments consommés par l'enfant durant la journée ;
- . Utilise les termes exacts pour identifier les aliments ou les ingrédients d'un menu ;
- . Éveille la curiosité et suscite l'ouverture des enfants à l'égard des aliments sains en ayant recours à des chansons, des histoires et en donnant de l'information pertinente sur les aliments comme la valeur nutritive et les propriétés, afin de les rendre amusants et intéressants.



Le personnel éducateur contribue à faire de la saine alimentation une expérience enrichissante et positive au quotidien.

L'enfant

Ses responsabilités

- . Respecte ses signaux de faim et de satiété ;
- . Est responsable de la quantité d'aliments qu'il consomme ;
 - . S'assoit correctement ;
 - . S'exprime respectueusement ;
 - . Est calme ;
- . S'essuie la bouche avec une débarbouillette ;
- . Peut participer à des tâches simples confiées à tour de rôle.

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 les quantités recommandées par le Guide alimentaire canadien en ayant le souci de la variété, de la qualité nutritive, du bon goût et de l'apparence des mets offerts. Elle assure la sécurité alimentaire en tout temps par le respect des règles d'hygiène, de salubrité, de conservation et d'entreposage des aliments. De plus elle offre un menu adéquat et varié aux enfants présentant des allergies ou des intolérances alimentaires. Elle agit à titre de personne de référence en ce qui concerne les questions alimentaires. La responsable en alimentation détient une formation complémentaire en hygiène et salubrité alimentaires.

Ses responsabilités

- . Propose des menus équilibrés qui respectent le Guide alimentaire canadien ;
- . S'assure d'une constance dans la présentation de chaque plat prévu au menu ;
- . S'assure de la valeur nutritive de chaque bouchée pour l'enfant ;
- . Offre un seul menu afin de donner à l'enfant le message qu'il doit se lancer vers l'inconnu et qu'il est important de développer ses goûts ;
- . S'assure que tous les aliments servis soient conformes aux exigences quantitatives et qualitatives décrites dans cette politique et qu'ils soient préparés et distribués selon les règles sanitaires d'entretien et de conservation établie ;
- . Communique et collabore avec le personnel éducateur relativement aux besoins et diètes alimentaires des enfants ;
- . Cuisine des aliments de qualité, variés en textures, couleurs et formes, utilise majoritairement des aliments frais ;
- . S'assure et prends les précautions pour que les aliments servis aux enfants souffrant d'allergies alimentaires soient exempts de toute contamination allergène ;
- . Applique des méthodes de travail qui favorisent une bonne utilisation des ressources financières consenties par le CPE ;
- . Effectue régulièrement, les mises à jour des fiches d'identification concernant les enfants présentant des problèmes de santé, des allergies ou intolérances alimentaires ;
- . Planifie les menus selon les étapes établies et en étroite collaboration avec la direction ;
- . Affiche les changements au menu lorsque requis ;
- . Propose un menu imagé mis à la disposition de tous.



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'assure que le personnel éducateur et la responsable de l'alimentation disposent des outils, des ressources et du temps nécessaires pour effectuer les tâches relatives aux orientations de cette politique, en respectant le budget disponible ;
- . S'assure de transmettre au personnel, s'il y a lieu, les informations relatives aux besoins alimentaires spécifiques de chaque enfant ;
- . S'assure, 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 ;
- . Met en place, au besoin, des mécanismes qui favoriseront le suivi et la pérennité de la politique (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.).

Le conseil d'administration

Son rôle

- . Le conseil d'administration définit les orientations et objectifs qui visent l'intégration de saines habitudes alimentaires et favorisent l'activité physique ;
- . Il statue sur l'adoption d'une politique alimentaire interne.

Ses responsabilités

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

Le parent

- . Prend connaissance des menus et, s'il y a lieu, informe les membres du personnel des besoins alimentaires spécifiques de son enfant ;
- . S'assure d'effectuer les suivis lorsque des changements surviennent en matière d'intolérance(s) ou d'allergie(s) alimentaire(s).



Quantité et qualité nutritive

L'alimentation représente un élément de premier ordre dans le développement global de l'enfant et le parent est le premier intervenant dans la gestion de son alimentation.

La quantité

Les enfants reçus au CPE, y consomment près de la moitié 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

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



Nombre et taille des portions selon le Guide alimentaire canadien
Le CPE applique le guide alimentaire quant aux portions recommandées pour chacun des groupes d'aliments selon l'âge des enfants.



Ce qui guide nos choix alimentaires

Maximiser la consommation de fruits et légumes

Les fruits frais sont offerts quotidiennement de 1 à 2 fois par jour.

Les légumes sont offerts en salade composée, en crudités ou cuits, en une variété de formes, textures et goûts attrayants.

À chaque repas, au moins une portion de 2 légumes différents est servie dans l'assiette en accompagnement du plat principal.

14

Offrir des produits céréaliers riches en fibres

La grande majorité des gâteaux, galettes, biscuits et autres desserts céréaliers du CPE sont fait maison à partir d'un mélange de farine biologique complète et de farine tout usage.

Offrir des lipides de qualité

Nous utilisons l'huile d'olive extra vierge, l'huile de canola et la margarine non hydrogénée. Sont éliminés les aliments contenant des gras trans.

Limiter la consommation de sel

Nous utilisons en majeure partie des herbes et épices pour rehausser le goût de nos plats. Le sel de table est utilisé modérément et entre aussi dans nos préparations en apportant la source d'iode nécessaire au bon développement de l'enfant.

Aucun rehausseur de goût n'est utilisé dans la préparation de nos repas.

Nous évitons d'utiliser les bases de soupe, les soupes en conserve et les sauces commerciales.

Nous portons une attention particulière à notre sélection de craquelins.

Le jus de légumes à faible teneur en sel est offert occasionnellement, sans toute fois remplacer une portion de légumes.

Limiter la consommation de sucres raffinés

Nous favorisons surtout les sucres naturels contenus dans les fruits (purées de fruits nature, raisins secs, jus purs, dattes, etc.).

Nous utilisons tout de même la mélasse, le sucre blanc et la cassonade dans nos préparations mais de façon modérée.

Exclure certains aliments

Afin d'éviter les risques reliés aux allergies alimentaires, toutes les noix et arachides ou aliments pouvant en contenir des traces sont exclus.

En raison de leur très faible teneur nutritive et d'une teneur excessivement élevée en sucre raffiné, en gras saturé, en cholestérol ou en sodium, les aliments suivants ne sont pas offerts au CPE.

- . Charcuteries (bologne, viande fumées, saucissons, simili-bacon, pâtés et pains de viandes en conserve etc.)
- . Shortening ou margarine dure, saindoux, margarine de soya ou d'huile végétale hydrogénée
- . Pâtisseries commerciales (beignes, crêpes, gaufres, croissants, muffins)
- . Frites ou pommes de terre rissolées, surgelées, fritures, aliments panés du commerce
- . Biscuits et craquelins commerciaux contenant plus de 10g de sucre ajouté, plus de 1g de gras saturé et moins de 2g de fibre
- . Céréales sucrées sans fruits contenant plus de 5g de sucre ajouté et céréales avec fruits contenant plus de 10g de sucre ajouté
- . Rouleaux aux fruits, friandises commerciales, chocolatées et autres
- . Friandises glacées commerciales (sauf sorbet, la crème et le yogourt glacés)
- . Croustilles et bretzels

Favoriser que l'enfant s'hydrate en offrant de l'eau tout au long de la journée surtout l'été dans la cour.



Les précautions observées au CPE 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.

NOTE

- . Tout aliment dur, petit et rond doit être coupé, tranché ou haché.
- . Aucun aliment n'est servi avec un cure-dents ou sur une brochette pour les groupes d'âge entre 0 et 3 ans.

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 et râpées ;
- . Les raisins frais sont sans pépins et coupés en quatre ;
- . Les fruits sont sans pelure, sans noyau et sans pépins ;
- . Les petits fruits sont réduits en purée et tamisés ;
- . Nous ne servons aucun aliment rehaussé de miel ;
- . Les saucisses de tofu sont taillées dans le sens de la longueur, puis émincées en petits morceaux.

Entre 1 an et 2 ans

- . Certains légumes très tendres sont coupés en petits morceaux ;
- . Les légumes à chair ferme sont râpés ou blanchis et coupés en fines lanières ;
- . Les autres légumes crus sont râpés ou coupés finement (julienne, brunoise) ;
- . Les fruits frais comme les pommes, pêches, prunes et poires sont coupés en petits morceaux, sans pelure, sans noyau et sans pépins; les raisins frais sont coupés en quatre ;
- . Les saucisses de tofu ou poulet sont taillées dans le sens de la longueur, puis coupées en petits morceaux.

Entre 2 ans et 4 ans

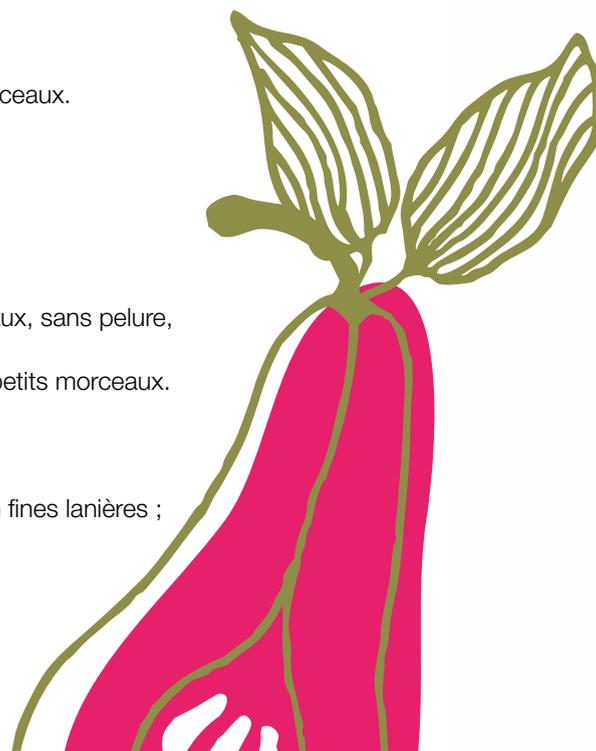
- . Les légumes à chair ferme (carottes, céleri, navet, etc.) sont râpés ou blanchis et coupés en fines lanières ;
- . Tous les autres légumes crus sont râpés ou coupés en lanières ;
- . Les raisins secs et autres fruits séchés sont hachés ;
- . Les raisins frais sans pépins sont coupés en deux ;
- . Les fruits à noyau sont dénoyautés ;
- . Les saucisses sont taillées dans le sens de la longueur.

Élaboration des menus

Toutes les composantes (plat principal, dessert, collation) sont conçues de manière à s'équilibrer entre elles sur une base quotidienne et hebdomadaire.

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

Le dessert est considéré comme un complément au repas. Il possède donc une valeur nutritive puisque les aliments qui le composent font partie du Guide alimentaire canadien. Deux menus sont présentés en fonction des saisons.





Les menus sont présentés en rotation et varient selon les saisons.

La structure des menus

Le menu « Automne-Hiver » est présenté en rotation pendant 6 semaines et se compose de collations consistantes (permettant un apport énergétique élevé) ainsi que de repas chauds servis tous les jours. Ce menu offre une variété de fruits et de légumes des plus colorés, diversifiés et saisonniers. Il est offert entre le début de octobre et la fin avril. Toutefois, le menu d'automne est rédigé en fonction de l'accueil des nouveaux enfants, la formation des nouveaux groupes. La cueillette et la mise à jour des informations et particularités des enfants sont très importantes. De plus, les quantités d'aliments préparés doivent constamment être ajustées et adaptées pour correspondre à cette nouvelle réalité.

Le menu « Printemps-Été » est en rotation sur 5 semaines et comprend surtout des fruits et des légumes frais pour les collations et des salades, des sandwiches et des repas frais pour le dîner. Un jour par semaine un repas froid est au menu pour permettre les piques-niques. Ces lunchs sont constitués de sandwiches, de crudités, de fruits frais riches en vitamines C et d'un produit laitier. Les pains entiers sont variés et garnis avec des protéines diversifiées.

D'une année à l'autre, les menus restent globalement les mêmes mais nous y apportons quelques petits changements. Notre menu s'inspire souvent des thématiques abordées au CPE.



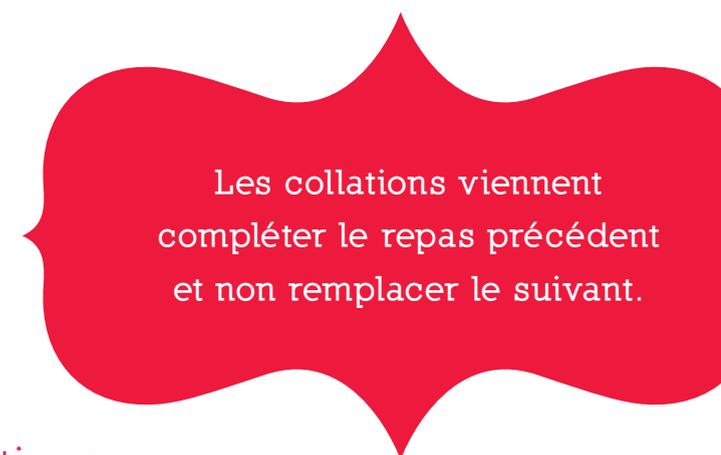
Les collations

Deux collations nutritives sont servies quotidiennement à chaque enfant, deux heures avant le repas et viennent compléter le repas précédent et non remplacer le suivant.

Les collations sont composées d'au moins deux des quatre groupes recommandés par le Guide alimentaire canadien.

Généralement, le nombre d'heures séparant la collation du matin et le dîner sont moindres que celui séparant la collation de l'après-midi et le souper. La collation du matin sera plus légère, composée majoritairement de fruits qui contiennent des glucides simples, digérés plus rapidement. Celle de l'après-midi sera plus rassasiante, contenant 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).

La collation de l'après-midi est plus soutenante puisque l'écart entre celle-ci et le repas du soir est plus grand.



Les collations viennent compléter le repas précédent et non remplacer le suivant.





20



Alimentation en pouponnière



Alimentation en pouponnière

Mentionnons, dans un premier temps, que l'introduction des aliments est basée sur les recommandations issues des travaux du Comité de nutrition de la Société canadienne de pédiatrie, du groupe Les diététistes du Canada et de Santé Canada. Cependant, 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 dont se révèle une expérience qui inclut le plaisir de porter des aliments à sa bouche et de les découvrir.

L'introduction des aliments complémentaires

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

Le CPE offre des purées faites maison. Le parent a la responsabilité d'introduire chaque aliment à la maison (au moins 3 fois) avant que l'enfant le consomme au CPE ceci afin d'éviter tout risque de réaction allergique dans le milieu de garde.

Le parent doit compléter une fiche déterminant les aliments déjà intégrés afin d'informer le personnel de la pouponnière des nouveaux aliments intégrés dans l'alimentation de son enfant.

4.2 Les bonnes pratiques au quotidien

En pouponnière

- . Lorsque de l'eau est donnée au nourrisson de moins de 4 mois ou utilisée dans l'alimentation, elle est toujours bouillie pendant au moins deux minutes à gros bouillons, et ce, qu'elle soit traitée, de l'aqueduc ou embouteillée ;
- . Les biberons de préparations lactées et de lait maternisé doivent être préparés à l'avance à la maison ;
- . Tout breuvage, n'est jamais laissé à l'enfant sur une longue période de temps ;
- . 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 toujours donnés par l'adulte au nourrisson, et ce, jusqu'à ce que l'enfant ait la capacité de tenir et de manipuler lui-même le biberon ;
- . Le lait pour les poupons est chauffé au four à micro-ondes dans un contenant de verre.



Les allergies

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

La prévention des allergies et des intolérances alimentaires demeure le meilleur « traitement ». C'est pourquoi nous en faisons une priorité et une responsabilité partagée entre les différents intervenants qui oeuvrent auprès des enfants. La prévention passe par une communication efficace entre ces intervenants et par la vigilance accordée dans la pratique.

À ce propos, le centre se réfère aux recommandations de l'AQAA qui offre de l'information et de la formation sur le sujet.

Lorsque les choix alimentaires sont restreints pour des raisons médicales, nous nous assurons que l'apport alimentaire continue de satisfaire aux besoins en éléments nutritifs et énergétiques des enfants.

La prévention des allergies
et des intolérances alimentaires
demeure le meilleur « traitement ».

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 d'administrer l'auto injecteur en cas de besoin ;
- . Signer l'autorisation écrite afin de permettre au CPE de mettre en évidence les fiches d'identification dans le local fréquenté par l'enfant lors de la prise de repas et de collations, de même que dans la cuisine.

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 tout le personnel possède, par le biais de la formation continue et de l'information provenant des associations spécialisées, les connaissances relatives aux allergies : symptômes, contamination par les allergènes, utilisation de l'auto injecteur d'épinéphrine ;
- . Que les nouvelles directives qui nous sont diffusées en matière de santé concernant les enfants, soient transmises 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 respecté ;
- . S'assure que les vêtements souillés de nourriture soient remplacés ;
- . Apprend aux enfants à ne pas échanger : les ustensiles, la vaisselle ou les aliments. Dans de tels cas, peu importe s'il y a présence ou non d'allergie ou d'intolérance, les objets ou les aliments sont retirés et remplacés ;
- . S'assure de bien nettoyer les tables et de retirer toute trace d'aliments sur le sol et sur les chaises après les repas ;
- . Manipule avec attention les repas destinés aux enfants présentant des allergies afin d'éviter toute contamination avec les autres aliments ;
- . Prend soin de vérifier s'il y a présence d'allergies ou d'intolérances avant d'utiliser des aliments pour le bricolage ;
- . Assure une vigilance accrue lors d'activités spéciales ou de sorties et se tient prêt à intervenir rapidement au besoin ;
- . Informe systématiquement toute personne qui assure son remplacement ou une assistance auprès de son groupe, qu'il s'agisse d'un membre du personnel ou d'un bénévole, de la présence d'enfants ayant une allergie ou une intolérance ;
- . Range les médicaments d'urgence (auto injecteur d'épinéphrine) dans un endroit facilement et rapidement accessible, et ce, en tout temps. Noter que les autres médicaments, comme les antihistaminiques (ex. : Benadryl®), ne sont pas considérés comme des médicaments d'urgence et doivent donc être rangés sous clé ;
- . Apporte les médicaments d'urgence lors des sorties.

La responsable de l'alimentation

- . Offre des repas sécuritaires aux enfants présentant des allergies ou des intolérances alimentaires ;
- . Sert le repas de l'enfant dans un plateau rouge afin de bien délimiter l'espace. L'enfant de moins de 2 ans pourra également porter le bavoir identifié par un « A » rouge si nécessaire ;
- . 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 ;
- . Utilise des moyens efficaces pour isoler les repas destinés aux enfants présentant des allergies ou des intolérances lors du transport des repas vers les locaux, afin d'éviter toute possibilité de contamination avec les autres aliments ;
- . Communique efficacement et collabore avec le personnel éducateur afin de prévenir tout risque d'exposition des enfants présentant une ou des allergies aux aliments allergènes ;
- . S'assure que ses connaissances en matière d'allergies et d'intolérances alimentaires soient à jour.





Restrictions alimentaires

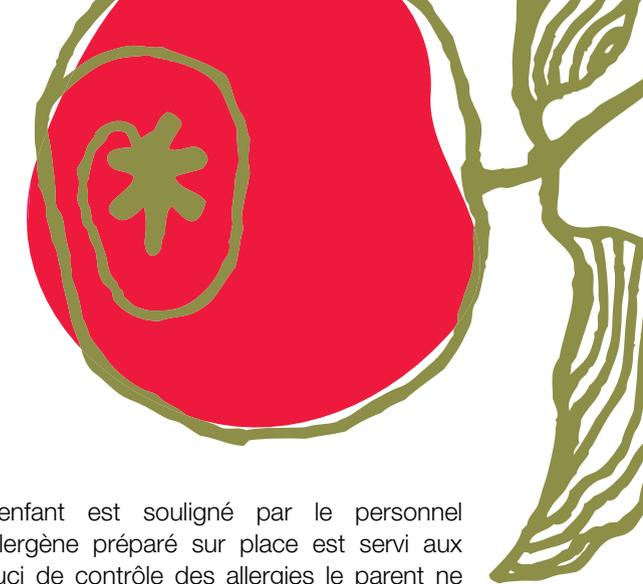
Le CPE La Rose des Vents est d'une neutralité absolue en ce qui concerne les croyances religieuses. (référence : politique de neutralité) Les politiques, procédures et comportements attendus de nos représentants, en tout temps, privilégient l'intérêt supérieur des enfants ainsi que leur santé, sécurité, développement harmonieux et bien-être global.

En matière alimentaire, 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.

Aucune restriction alimentaire, aucune exclusion d'enfant, aucune pratique restrictive autre que pour raison médicale n'est acceptée.

Pour des raisons de santé et sécurité, le CPE n'acceptera pas que le parent apporte un repas ou un ingrédient de remplacement pour son enfant.



Anniversaires

L'anniversaire de chaque enfant est souligné par le personnel du CPE. Un gâteau non-allergène préparé sur place est servi aux enfants du groupe. Par souci de contrôle des allergies le parent ne peut apporter un gâteau d'anniversaire pour son enfant.

Le personnel met l'accent sur l'événement en faisant participer l'enfant à sa préparation selon son niveau d'autonomie. Nous sommes soucieux que chaque enfant bénéficie des mêmes privilèges que les autres enfants dans son groupe lors de son anniversaire. Pour cette raison nous demandons aux parents de ne pas apporter de surprises, gâteries, ballons etc.

Fêtes annuelles et événements spéciaux

Bien que les collations et les repas servis lors d'occasions spéciales soient composés d'aliments sains et nutritifs comme à l'habitude, ces occasions permettent l'ajout d'aliments ne faisant pas partie du Guide alimentaire canadien ou encore l'ajout d'aliments qui sont habituellement exclus.

Bibliographie

Index des outils

- . Politique alimentaire ARCPEL www.arcpel.com/site.asp
- . Guide alimentaire Canadien www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/choose-choix/index-fra.php
- . Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation (MAPAQ) www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/accueil
- . Allergies : Marie Josée Bettez www.dejouerlesallergies.com/index.html
- . Manger futé www.mangerfute.com
- . Les comportements basés sur Ellyn Satter www.ellynsatter.com



J'ai mon assiette à



Nos enfants, cette société de demain, ne s'en porteront que mieux !

Comité

Martine Prévost . Responsable de l'alimentation
Nadine Jean . Éducatrice
Betty Millien . Éducatrice
Sylvie Asselin . Directrice pédagogique

Direction

Maryse Mailhot . Directrice générale





J'ai mon assiette à

