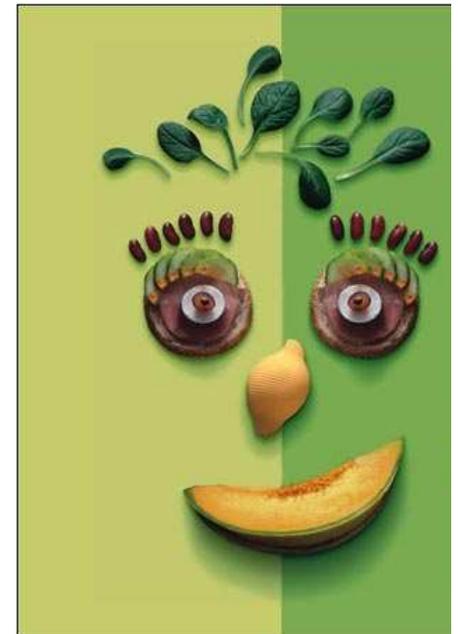


Politique alimentaire du CPE



But de la politique

Le CPE a pour mandat d'assurer la santé, la sécurité et le bien-être des enfants. L'alimentation est un besoin essentiel mais aussi un élément important du développement de l'enfant. Le centre de la petite enfance, dont la mission fondamentale vise à favoriser le développement global et harmonieux des enfants 0 à 5 ans, doit non seulement répondre à leurs besoins physiologiques, mais aussi les guider dans l'apprentissage d'une saine alimentation et de bonnes habitudes de vie.

Le CPE reconnaît le parent comme premier éducateur de son enfant. Par conséquent, sa collaboration avec le parent constitue un facteur déterminant qui contribue certainement à guider l'enfant vers des choix sains, à lui en faire prendre conscience et à le soutenir dans cette démarche, laquelle saura influencer positivement son avenir.

Objectif de la politique

Favoriser chez les enfants et ce dès l'entrée à la pouponnière, l'acquisition de saines habitudes alimentaires.

De façon spécifique :

- 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;
- Définir, en se basant sur les recommandations canadiennes en nutrition, les exigences qualitatives et quantitatives relatives à l'alimentation en centre de la petite enfance;
- Uniformiser les procédures préventives d'hygiène et de santé à l'égard de la pratique alimentaire;
- Promouvoir l'action pédagogique et attitudes positives qui favorisent l'apprentissage de saines habitudes alimentaires;
- Définir les rôles et responsabilités des divers intervenants au centre de la petite enfance à l'égard de l'organisation et de la gestion du volet alimentation;

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 et des Aînés du Québec;
- Les recommandations du Guide alimentaire canadien;
- Exigences de la Régie du bâtiment concernant l'aménagement de la cuisine;
- 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;
- Assurer la sécurité des enfants en tout temps en contrôlant la nourriture qui lui est servie;
- Croyances parentales, à la mesure de nos capacités.

Exclusions

Pour leur caractère unique et exceptionnel, les fêtes comme les anniversaires de naissance, l'Halloween, la Saint-Valentin ou autres, les événements spéciaux tels qu'un spectacle de fin d'année ou une inauguration, font l'objet d'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 parti du Guide alimentaire s'ajoutent au menu habituel.

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

Le succès d'une politique alimentaire repose essentiellement sur l'implication des personnes. Toutes les personnes, dans chacun des champs d'emploi en CPE, sont interpellées. Toutes ont un rôle fondamental et interrelié 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.

1.1. Le personnel éducateur

Son rôle

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 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.

Ses responsabilités

- Éveiller la curiosité et susciter 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 ces aliments, afin de les rendre amusants et intéressants;
- Communiquer efficacement avec les parents sur l'expérience vécue ainsi que sur la nature et la quantité d'aliments consommés par l'enfant durant la journée;
- Utiliser les termes exacts pour identifier les aliments ou les ingrédients d'un menu;
- Prendre les précautions nécessaires lors de la manipulation des aliments pour assurer la sécurité alimentaire, autant en ce qui concerne les allergies que les intolérances;
- Respecter les règles d'hygiène lors de la manipulation des aliments;
- Adopter une attitude positive face à l'alimentation et faire preuve d'ouverture lorsque de nouveaux aliments sont présentés;
- Favoriser une ambiance détendue et agréable autour de la table;
- Encourager l'enfant à goûter tous les aliments, sans toutefois le forcer; éviter de faire des commentaires négatifs ou des reproches et apprendre à l'enfant à reconnaître sa faim ou sa satiété;
- N'utiliser à aucune occasion les aliments en guise de récompense ou de punition ou encore comme poids de négociation;
- Préparer les enfants à la prise du repas en établissant une routine (rangement, lavage des mains et de la table, mise du tablier, etc.).
- Le personnel éducateur est tenu de manger les repas préparés par le CPE si celui-ci mange en présence des enfants;
- Communiquer et collaborer avec la responsable de l'alimentation relativement aux besoins alimentaires des enfants;
- Respecter les ententes d'accommodement prises entre le CPE et les parents relativement aux restrictions alimentaires.

1.2. La personne responsable de l'alimentation

Son rôle

La personne 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 en ayant le souci de la variété, de la qualité nutritive, du bon goût et de l'apparence. 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 allergies ou des intolérances alimentaires. 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. Elle dirige les parents vers le personnel éducateur pour toute question spécifique liée à leur enfant.

Ses responsabilités

- Proposer des menus qui respectent le Guide alimentaire canadien;
- S'assurer que tous les aliments servis sont conformes aux exigences quantitatives et qualitatives décrites dans cette 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;
- Les menus sont conçus au rythme des saisons et sont rotatifs aux 4 à 6 semaines;
- S'assurer que les aliments servis aux enfants souffrant d'allergies alimentaires soient exempts de toute contamination allergène;
- Afficher le menu et aviser le personnel et les parents lorsqu'un changement survient;

1.3. La direction et le conseil d'administration

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 nécessaires 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;
- Encourager, par des moyens concrets, les employé(e)s à participer à la formation continue ou à des ateliers portant sur l'alimentation et les soutenir dans leurs démarches de recherche d'informations sur le sujet;
- 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 externe;

- Mettre en place, au besoin, des mécanismes qui favorisent le suivi et la pérennité de la politique alimentaire (rencontres décisionnelles avec le comité nutrition, réunions d'équipe avec la responsable de l'alimentation, etc.)

1.4. Le parent

Ses responsabilités

- Prendre connaissance des menus et s'assurer d'effectuer les suivis lorsque des changements surviennent en matière d'intolérance ou d'allergie alimentaire;
- Faire l'intégration de nouveaux aliments;
- En cas d'allergie, il doit fournir un avis médical ou être en démarche d'un diagnostic final.

2. Quantité, qualité nutritive et heures des repas

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

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.

Heures des repas

- 11h : Pouponnière
- 11h : Abeilles, P'tits Loups, Tortues et Pandas
- 11h30 : Écureuils et Renards
- 11h40 : Minous et Ratons

2.1. 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;
- Pour rehausser le goût des aliments et des recettes, les vinaigrettes maison, les oignons, l'ail, le gingembre, le persil et d'autres fines herbes sont utilisés.

2.2. 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.

2.3. Les breuvages

- L'eau sera offerte à volonté à l'enfant tout au long de la journée et accompagnera la collation;
- Le lait sera servi à la fin des repas seulement.

2.4. Les risques d'étouffement

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;

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.

Avant 12 mois

- Les légumes sont bien cuits et réduits en purée;
 - Les fruits frais sont sans pelure, sans noyau et sans pépins et sont réduits en purée.
- * Il ne faut pas oublier que nous respectons le rythme de l'enfant et qu'il serait possible que l'enfant mange des légumes et des fruits en petits morceaux.

Après 12 mois

- Les légumes très tendres sont coupés en petits morceaux ou en lanières;
- Les légumes à chair ferme sont coupés en fines lanières;

- Les raisins frais sont sans pépins et coupés en plusieurs morceaux;
- Les fruits frais, sans noyau et sans pépins et coupés en petits morceaux;

2.5. Élaboration des menus

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

De plus, l'enfant 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.

3. Alimentation en pouponnière

Mentionnons, dans un premier temps, en raison des risques d'allergies alimentaires précoces, aucun aliment qui n'ait d'abord été intégré par le parent ne sera offert au poupon. Le CPE reconnaît le parent comme premier éducateur de son enfant et respecte ses décisions à cette étape.

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

Le parent doit remplir une fiche de communication afin d'informer le personnel de la pouponnière au fur et à mesure des nouveaux aliments intégrés dans l'alimentation de son enfant. **(voir en annexe la liste des aliments introduits)**

3.1. Les bonnes pratiques au quotidien

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

- 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 ces 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;
- 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 un adulte au nourrisson, et ce, jusqu'à ce que ce dernier ait la capacité de tenir et de manipuler lui-même le biberon.

4. Allergies et intolérances alimentaires

La présence d'allergies alimentaires est de plus en plus fréquente et nécessite de la part des intervenants en petite enfance une vigilance constante. Selon l'Association québécoise des allergies alimentaires (AQAA), tous les aliments protéiniques peuvent engendrer des réactions allergiques potentiellement dangereuses chez les personnes sensibles. Les 9 types d'aliments suivants ont été identifiés par Santé Canada comme étant responsables de 90% des réactions allergiques sévères :

Œufs	Blé	Graines de sésame
Lait de vache	Arachides	Poissons, crustacés et mollusques
Soya	Noix	Sulfites

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 œuvrent auprès des enfants. La prévention passe par une communication efficace entre ces intervenants et par la vigilance accordée dans la pratique.

4.1. 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 certains membres de la famille immédiate (père, mère ou frère, sœur) présentent des allergies, le centre respectera les recommandations écrites et signées du professionnel de la santé (allergologue ou autre).

Les mêmes mesures de prévention sont appliquées dans les deux cas, bien que les symptômes, le traitement et les conséquences diffèrent. 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;
- 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 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 incluant les remplaçantes 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 informations et les publications récentes disponibles sur le sujet soient remises au personnel.

Le personnel éducateur s'assure :

- Que l'enfant présentant une ou des allergies ne soit pas en contact avec les matières allergènes;
- 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;
- 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;
- Que le lavage de la bouche et des mains après le repas soit respecté;
- D'apprendre aux enfants à ne pas échanger : les ustensiles, la vaisselle ou les aliments;

- De manipuler avec attention les repas destinés aux enfants présentant des allergies afin d'éviter toute contamination avec les autres aliments;
- Une vigilance accrue lors d'activités spéciales ou de sorties et se tient prêt à intervenir rapidement au besoin;
- D'apporter les médicaments d'urgence lors des sorties.

La responsable de l'alimentation s'assure:

- D'offrir des repas sécuritaires aux enfants présentant des allergies ou des intolérances alimentaires;
- D'adapter ses méthodes de travail pour exclure tout risque de contamination de la nourriture destinées aux enfants pour lesquels certains aliments représentent un danger, lors de la préparation des repas.
- De communiquer efficacement et collabore avec le personnel éducateur afin de prévenir tout risque d'exposition des enfants présentant une ou des allergies aux aliments allergènes;
- Que ses connaissances en matière d'allergies et d'intolérances alimentaires soient à jour.

5. 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.

6. 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.

6.1. La sécurité alimentaire

- Le CPE n'utilise pas de lait cru ni de jus de fruits non pasteurisé;
- Le CPE n'accepte aucune conserve maison, aucun mets préparé à la maison ou de confection artisanale;
- Le CPE n'accepte aucun produit de la chasse ou de la pêche récréative;
- Les aliments qui présentent une apparence douteuse ou un emballage endommagé sont jetés ou retournés au marchand.

7. Hygiène et salubrité

Dans la vie de tous les jours, et malgré des règles d'hygiène de base, le jeune enfant est exposé à différents types de bactéries ou de virus en raison de la proximité avec les autres à travers les jeux et les objets partagés. Cette réalité contribue sans aucun doute à la construction et au renforcement de son système immunitaire.

Toutefois, parce que ce système immunitaire est en plein développement, il fait partie de la population dite vulnérable, sensible à certaines bactéries potentiellement dangereuses, dont quelques-unes sont associées à la salubrité alimentaire. Des moyens de prévention et des méthodes de travail adéquates sont prévus par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec, dont le CPE doit respecter.

