



**CENTRE DE LA PETITE ENFANCE MINI-CAMPUS**

# Politique alimentaire

---

Révisé en septembre 2023

Par Sophie Chamberland

[schamberland@minicampus.ca](mailto:schamberland@minicampus.ca)

**AUTONOMIE - OUVERTURE À LA DIVERSITÉ - ESPRIT D'ÉQUIPE - PROFESSIONNALISME**

## Table des matières

CHAPITRE I .....	5
INTRODUCTION .....	5
ARTICLE 1.1 .....	5
ARTICLE 1.2 .....	5
ARTICLE 1.3 .....	6
ARTICLE 1.4 .....	6
CHAPITRE II .....	7
RÔLES ET RESPONSABILITÉS .....	7
ARTICLE 2.1 .....	7
ARTICLE 2.2 .....	10
ARTICLE 2.3 .....	12
ARTICLE 2.4 .....	13
ARTICLE 2.5 .....	13
CHAPITRE III .....	14
QUANTITÉ ET QUALITÉ NUTRITIVE .....	14
ARTICLE 3.1 .....	14
CHAPITRE IV .....	16
RISQUES D'ÉTOUFFEMENT .....	16
CHAPITRE V .....	17

ÉLABORATION DES MENUS .....	17
CHAPITRE VI .....	17
PROCÉDURE SUR L'INTÉGRATION DES ALIMENTS .....	17
CHAPITRE VII .....	19
ALIMENTATION EN POUPONNIÈRE .....	19
ARTICLE 7.1 .....	19
ARTICLE 7.2 .....	19
CHAPITRE VIII .....	20
ALLERGIES ET INTOLÉRANCES ALIMENTAIRES .....	20
ARTICLE 8.1 .....	21
CHAPITRE IX .....	24
APPROVISIONNEMENT .....	24
ARTICLE 9.1 .....	24
CHAPITRE X .....	24
HYGIÈNE ET SALUBRITÉ .....	24
ARTICLE 10.1 .....	25

*Nous adressons nos sincères remerciements à la direction du CPE Mamie-Pom pour le partage de leur politique alimentaire qui a su nous guider et nous inspirer pour la nôtre.*



## **Orientations du CPE pour favoriser la saine alimentation**

### **tiré du guide de Gazelle et Potiron 2017**

**Orientation 1** Offrir le lait aux poupons de manière sécuritaire et respectueuse du choix des parents.

**Orientation 2** Utiliser des stratégies éducatives favorables au développement de saines habitudes alimentaires, d'une image corporelle positive et d'une relation saine avec la nourriture.

**Orientation 3** Assurer un contexte de repas propice à la saine alimentation et à la découverte des aliments.

**Orientation 4** Offrir une alimentation variée et composée d'aliments à valeur nutritive élevée aux poupons âgés de 6 à 18 mois.

**Orientation 5** Offrir une variété d'aliments à valeur nutritive élevée en quantité adéquate aux enfants âgés de 18 mois à 5 ans.

**Orientation 6** Exclure de l'offre alimentaire quotidienne les aliments et les boissons à faible valeur nutritive.

**Orientation 7** Prévenir les situations susceptibles de nuire à la santé.

## CHAPITRE I

### INTRODUCTION

---

L'alimentation est un besoin essentiel à la vie et va bien au-delà du simple fait de se nourrir. Elle touche toutes les dimensions du développement de l'enfant. Le centre de la petite enfance (CPE), 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 Mini-Campus 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.

#### ARTICLE 1.1

##### Objectif

Le CPE a pour objectif de fournir un menu équilibré et varié, offrant des mets appétissants pour les enfants qui répondent aux normes du *Guide Alimentaire Canadien* et de *Gazelle et Potiron*.

L'article **110 du Règlement** sur les services de garde éducatifs à l'enfance se lit 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* publié par Santé Canada.

#### ARTICLE 1.2

##### Objectifs spécifiques

- Promouvoir l'action pédagogique et les attitudes positives qui favorisent l'apprentissage de saines habitudes alimentaires;

- 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;
- Déterminer les rôles et responsabilités des divers intervenants du centre de la petite enfance à l'égard de l'organisation et de la gestion du volet alimentation.

### **ARTICLE 1.3** **Fondements**

Cette politique s'appuie sur :

- La Loi sur les services de garde éducatifs à l'enfance et son règlement;
- Les recommandations du *Guide Alimentaire Canadien*, dernière version;
- Du cadre de référence *Gazelle et Potiron*;
- 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.

### **ARTICLE 1.4** **Exclusions**

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

## CHAPITRE II

### RÔLES ET RESPONSABILITÉS

---

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 jouent 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.

En outre, l'expérience de diverses politiques alimentaires au cours des dernières années démontre qu'une telle réalisation, aussi bénéfique soit-elle, résiste mal au temps et aux mouvements de personnel, à moins que l'on développe des mécanismes d'évaluation et de suivi.

#### ARTICLE 2.1

##### **Le personnel éducateur**

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.

##### **Rôle et responsabilité**

- Être un modèle.
- Maintenir une ambiance agréable autour de la table.
- Contribuer à faire de la saine alimentation une expérience enrichissante et positive au quotidien.
- Favoriser une ambiance détendue et agréable autour de la table :
  - L'éducatrice est assise avec les enfants durant l'heure du repas;
  - Des accessoires peuvent être utilisés pour rendre le moment du repas plaisant (nappe ou napperon thématique, bougie...);



- Les matelas pour la sieste seront installés après la période de dîner et du nettoyage et ce, afin de laisser l'enfant vivre la période de repas sans stress en pensant au moment qui viendra après.
- Prévoit à sa planification, tout au long de l'année, des activités touchant la saine alimentation
- Adopter une attitude positive (paroles et gestes = conséquents) face à l'alimentation et fait preuve d'ouverture lorsque de nouveaux aliments sont présentés.
- Permettre et encourager l'enfant à déterminer ses propres choix et à reconnaître sa faim ou sa satiété même s'il n'a pas tout mangé.
- Offrir la nourriture selon l'appétit et les préférences de l'enfant afin de sensibiliser l'enfant à acquérir de saines habitudes alimentaires.

*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 qui reste dans l'assiette) sans passer de remarque. De plus, si un enfant passe une remarque sur les goûts, le poids, l'apparence physique ou le degré de satiété d'un autre enfant, l'éducatrice doit reformuler les paroles de l'enfant de manière positive pour enseigner à l'enfant une autre manière de s'exprimer et éviter le dénigrement. Il en va de même pour l'éducatrice qui, rappelons-le, est un modèle.*

- Ne pas utiliser les aliments en guise de récompense, de punition ou encore comme moyen de négociation.

- Établir des règles de conduite aux repas pour chacun des groupes d'âge sans être trop rigides et restrictives en plus de déterminer une routine:
  - Avant et après le repas, se laver les mains;
  - Rester assis;
  - Utiliser les ustensiles;
  - Ne pas lancer de nourriture;
  - Parler doucement;
  - Etc.
  
- La durée de la période du repas et des collations doit être proportionnelle au rythme du groupe et non pas celui de l'éducatrice.
  
- L'éducatrice ne consomme pas un repas différent en présence des enfants et adopter une attitude positive et enthousiaste à moins d'un avis médical et discuté avec la direction.
  
- Communique efficacement avec les parents sur l'expérience vécue ainsi que sur les besoins, la nature et la quantité d'aliments consommés par l'enfant.
  
- Utilise les termes exacts pour identifier les aliments ou les ingrédients d'un menu.
  
- Respecte les règles d'hygiène lors de la manipulation des aliments.
  
- Prend les précautions nécessaires, lors de la manipulation des aliments, pour assurer la sécurité alimentaire, autant en ce qui concerne les allergies que les intolérances.
  
- S'assure de respecter la diète de l'enfant relativement à ses allergies alimentaires (diètes prescrites par un membre du collège des médecins du Québec).

- Profite des occasions de formation qui lui sont offertes en matière d'alimentation et est actif dans sa recherche d'information sur la nutrition et les aliments afin d'enrichir les discussions et les activités.
- Respecte les ententes d'accommodement prises entre le CPE et les parents relativement aux restrictions alimentaires.

**NB : Gôûter** se définit comme *porter un aliment ou une boisson à la bouche, en petite quantité, pour en reconnaître le goût OU en vérifier la saveur.*

**NB : Encourager** se définit comme *valoriser, soutenir, complimenter* l'enfant par rapport à ses forces, ses talents, ses réalisations et ses qualités plutôt que sur la nourriture qu'il mange :

Par exemple : plutôt que de dire : « Bravo! Tu as mangé tes carottes » dire « Es-tu content d'avoir mangé tous tes légumes? »

## ARTICLE 2.2

### La responsable de l'alimentation

La responsable de l'alimentation est la première répondante de la politique et est au centre de l'offre alimentaire.

### Rôle et responsabilités

- Préparer 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.
- Assurer 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.

- Agir 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.*

- Proposer des menus équilibrés (repas et collations)
- S'assurer 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 établies;
- Communiquer et collaborer avec le personnel éducateur et les parents relativement aux besoins alimentaires des enfants;
- Cuisiner des aliments de qualité dans une variété intéressante (textures, couleurs, formes) et élaborer des présentations colorées et appétissantes;
- S'assurer que les aliments servis aux enfants souffrant d'allergies alimentaires soient exempts de toute contamination allergène;
- S'assurer de respecter les exigences relatives à l'hygiène, l'entretien, la conservation et l'entreposage des aliments telles que décrites dans cette politique;
- Appliquer des méthodes de travail qui favorisent une bonne utilisation des ressources financières consenties;

- Afficher le menu et avise le personnel éducateur et les parents lorsqu'un changement survient;
- Conseiller ou informer le personnel éducateur et les parents sur des questions liées à l'alimentation.
- S'assurer, au besoin, de faire valider les menus par une ressource professionnelle qualifiée en nutrition, telle qu'une technicienne en diététique, une nutritionniste ou une diététiste interne ou externe;

### **ARTICLE 2.3**

#### **La direction**

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.

#### **Son rôle et ses responsabilités**

- Représenter le point d'ancrage de l'organisation alimentaire et le lien entre tous les intervenants;
- 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 des rencontres avec des nutritionnistes ou autres professionnels de la santé pour la vérification des menus et dans les cas d'allergies, d'intolérances ou de besoins spécifiques reconnus médicalement;

- Encourager, par des moyens concrets, le personnel à participer à la formation continue ou à des ateliers portant sur l'alimentation et les soutient dans leurs démarches de recherche d'informations sur le sujet;
- Mettre en place, au besoin, des mécanismes qui favoriseront le suivi et la pérennité de la politique alimentaire
- S'assurer que l'approvisionnement en matière d'alimentation respecte les principes d'efficience et de saine gestion.

#### **ARTICLE 2.4**

##### **Le parent**

Le parent assure de transmettre les bonnes informations à la direction au niveau alimentaire afin que tout soit mis en œuvre pour bien répondre aux besoin de leur enfant.

##### **Responsabilités**

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

#### **ARTICLE 2.5**

##### **L'enfant**

##### **Ses responsabilités**

- Respecter ses signaux de faim et de satiété;
- Être responsable de la quantité d'aliments qu'il consomme;
- S'asseoir correctement;
- S'exprimer respectueusement;

- Être calme;
- S'essuyer la bouche avec une débarbouillette;
- Participer à des tâches simples confiées à tour de rôle.

## **CHAPITRE III**

### **QUANTITÉ ET QUALITÉ NUTRITIVE**

---

#### **ARTICLE 3.1**

À la petite enfance, les enfants ont de petits estomacs, de grands besoins énergétiques à couvrir et peu de réserves glycogéniques, compte tenu de leur faible musculature. Pour toutes ces raisons, il est nécessaire de fractionner les apports alimentaires, ce qui ne veut pas dire grignoter constamment. On favorisera des collations nutritives variées en évitant les aliments avec sucre ajouté ou des aliments ultra-transformés.

Le Guide alimentaire canadien 2019 recommande la moitié de l'assiette sous forme de fruits et légumes, le quart de l'assiette en aliments à grains entiers et le quart de l'assiette en aliments protéinés, ainsi que de l'eau comme boisson à privilégier. Cependant, pour les enfants, l'assiette divisée en 3 parts égales est préférable, soit le tiers de l'assiette sous forme de légumes, le tiers d'aliments à grains entiers (pain et pâtes de blé entier, riz, quinoa, etc.) et le tiers en aliments protéinés (poulet, œuf, légumineuses, tofu, etc.) de même qu'un produit laitier et/ou un fruit pour compléter le repas (voir figure 1). En effet, puisque les besoins nutritionnels des enfants sont plus élevés (énergie, nutriments) et que leur estomac est plus petit, ces proportions aident à combler leurs besoins

Utiliser sa main comme repère pour vous guider pour les portions de base à offrir: la taille de la paume de sa main pour les viandes et substituts, la taille de son poing pour les aliments à grains entiers et les légumes. Ajuster ces quantités selon le niveau de faim de votre enfant.

# ASTUCES POUR ASSIETTES NOURRISSANTES

## ① ASSIETTE ÉQUILIBRÉE

Pas besoin de calculer, de mesurer ou de peser des aliments pour bien manger!

Vous n'avez qu'à reproduire les principes de l'«Assiette équilibrée» aux repas.



Source : Guide Alimentaire Canadien 2019 - Cadre de référence Gazelle et Potiron 2017 -  
CHU Sainte-Justine 2020

La taille des portions est conforme aux recommandations du *Guide Alimentaire Canadien*.  
Cependant, puisque l'appétit des enfants varie beaucoup, d'autres portions seront servies à  
l'enfant qui le demande mais sans exagération.



## CHAPITRE IV

### 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;
- Lorsque du poisson est servi, une attention particulière est accordée à la vérification de l'absence d'arêtes;
- Les aliments suivants ne sont pas servis aux enfants de moins de 4 ans :
  - Les rondelles de saucisses ou de carottes et le céleri cru;
  - Les graines de tournesol ou de citrouille entières ;
  - Le maïs soufflé et les noix ;
- Pour manger, nous encourageons les enfants à être assis bien droits, jamais couchés ni en train de courir ou de rire;
- Les verres en polystyrène ou en plastique mince ne sont jamais utilisés pour servir les boissons.

**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 à l'exception d'activités spéciales et supervisées.

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

## CHAPITRE V

### ÉLABORATION DES MENUS

---

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

De plus, 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.

## CHAPITRE VI

### PROCÉDURE SUR L'INTÉGRATION DES ALIMENTS

---

Afin que la période réservée aux collations et au dîner soit agréable, propice aux échanges, aux apprentissages positifs et au plaisir et comme le mandat des éducatrices est d'éduquer les enfants qui sont sous leurs responsabilités, nous devons implanter des directives pour favoriser leur travail.

Les principes essentiels à considérer:

- 1) L'éducatrice qui mange avec les enfants, mange le même repas, car les enfants apprennent par l'exemple;
- 2) En tout temps, l'éducatrice doit avoir une *attitude positive* face aux collations et repas préparés par la responsable à l'alimentation – *intérêt, sourire, enthousiasme, posture...*;
- 3) L'éducatrice doit trouver des moyens créatifs pour inciter, encourager, stimuler, aider l'enfant qui a de la difficulté avec l'intégration d'un aliment en particulier;

L'intégration des aliments auprès des enfants :

- 1) Lorsqu'un nouvel aliment est au menu, l'éducatrice propose une petite portion à l'enfant et observe sa réaction;
- 2) Si la réaction de l'enfant est plutôt positive...continuez sur la même lancée! ;

- 3) Si la réaction de l'enfant est plutôt négative, l'éducatrice essaie de trouver des moyens créatifs pour inciter, encourager, stimuler, aider l'enfant à goûter au moins une bouchée à l'aliment.

Il se peut que, malgré les moyens utilisés par l'éducatrice, l'enfant refuse de goûter :

- L'éducatrice ne doit pas se décourager et doit accepter que l'enfant puisse être lent à développer un nouveau goût;
- L'éducatrice doit respecter le rythme de l'enfant et se donner du temps durant le repas pour lui permettre de comprendre l'apprentissage qu'il est en train de réaliser – *retirer l'assiette trop tôt ne démontre pas à l'enfant la notion de persévérance*;

En aucun temps, l'enfant ne se verra refuser d'autres aliments (repas principal et/ou complément) que ceux avec lesquels il a de la difficulté – cependant les portions doivent être moindres que les portions habituelles;

- 4) Si la réaction de l'enfant est ni positive ni négative, c'est qu'il a compris que pour développer son goût, il doit tout d'abord essayer, mais que l'aliment présenté n'est pas sa préférence;

Il est important que l'éducatrice se souvienne que cet aliment ne doit pas être donné en grande quantité lorsqu'il reviendra sur le menu.

- 5) L'éducatrice doit ajuster son intervention en fonction du comportement et de l'âge des enfants avec lesquels elle travaille – *c'est elle qui est la mieux placée pour connaître le rythme d'apprentissage de chaque enfant*;

## CHAPITRE VII

### ALIMENTATION EN POUPONNIÈRE

---

Mentionnons, dans un premier temps, que l'introduction des aliments complémentaires 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 et se révèle donc une expérience en soi qui inclut le plaisir de porter les aliments à sa bouche et de les découvrir.

#### ARTICLE 7.1

##### **L'introduction des aliments complémentaires**

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.

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 le parent, ne sera offert au poupon. Nous demanderons la signature du parent autorisant le CPE à donner l'ensemble des aliments offerts au CPE lorsque l'introduction des aliments sera complétée.

De plus, le CPE considère que le poupon qui a intégré tous les aliments offerts doit avoir déjeuné à son arrivée le matin.

#### ARTICLE 7.2

##### **Les bonnes pratiques au quotidien**

Les quelques principes suivants sont appliqués par les membres du personnel éducateur 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 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;
- Le parent apporte le nombre de biberons nécessaires et déjà préparés pour la journée de son enfant.
- Les boires sont toujours effectués sous surveillance constante du personnel et aucune boisson ni aucun aliment ne sont donnés 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.

## **CHAPITRE VIII**

### **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.

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.

À ce propos, le CPE se réfère aux recommandations de l'AQAA qui offre de l'information et de la formation sur le sujet. La présente politique expose les mesures générales prises par le CPE à l'égard de la prévention des risques liés aux allergies et intolérances alimentaires.

## ARTICLE 8.1

### La prévention : une responsabilité partagée

L'allergie comme l'intolérance requièrent un avis médical. L'aliment doit donc être réduit ou éliminé de la diète en fonction des recommandations d'un membre du collège des médecins du Québec. 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).

L'article **111 du Règlement** sur les services de garde éducatifs à l'enfance se lit comme suit

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

Les 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 ainsi que les mises à jour sur l'évolution de la situation chez l'enfant ;
- Obtenir du médecin traitant la prescription nécessaire et remettre au CPE toutes les informations utiles afin de démontrer le sérieux de l'allergie ou de l'intolérance ;
- Remplir tous les documents requis par le CPE et fournir les médicaments d'urgence ainsi que la prescription,
- Le CPE refusera l'accès à un enfant allergique diagnostiqué dont le parent aurait oublié d'apporter le médicament ou omis de remplacer le médicament expiré ;
- Signer l'autorisation écrite afin de permettre au personnel du CPE d'administrer l'auto-injecteur en cas de besoin ;
- Transmettre à la direction tout changement concernant l'allergie ou l'intolérance.

La direction s'assure :

- De l'application des mesures de cette politique et de s'assurer que chaque intervenant joue le rôle qui lui a été conféré pour la protection des enfants : *membre du personnel éducateur régulier et remplaçante, responsable à l'alimentation...* ;
- 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**.

Le personnel éducateur :

- Connaît les signes et symptômes d'une réaction allergique, connaît et sait appliquer le protocole mis en place et est en mesure d'administrer les traitements adéquats ;
- Surveille et vérifie les dates de péremption des antihistaminiques et/ou des auto-injecteurs afin d'avertir les parents d'un remplacement prochain ;
- Veille à ce que l'enfant présentant une allergie ou une intolérance ne soit pas en contact avec les matières allergènes ;
- Utilise la vaisselle destinée uniquement aux allergies pour servir le repas aux enfants allergiques ou présentant une intolérance ;
- Assure une communication efficace et une bonne collaboration avec la responsable de l'alimentation si l'enfant change de groupe, et ce, peu importe la raison ;
- 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 avant et 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'allergie ou d'intolérance avant d'utiliser des aliments pour le bricolage ET/OU pour la réalisation de recettes avec les enfants :
  - La recette doit, au préalable, être approuvée par la direction
- Mets à jour sur le tableau d'entrée, dans le local, afin d'informer systématiquement toute personne en contact avec son groupe (remplaçante, assistante, stagiaire, bénévole) de la présence d'enfants ayant une allergie ou une intolérance ;
- Range les médicaments d'urgence dans le sac de taille identifié à l'enfant

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,
- standardise les mesures d'hygiène, soit le lavage des mains entre chaque manipulation, le nettoyage et la désinfection régulière des surfaces de travail et toutes autres mesures nécessaires ;
- S'assure que les photos et les particularités de chaque enfant avec restrictions alimentaires soient affichées bien à la vue dans la cuisine ;
- S'assure d'utiliser les instruments avec le code de couleur déterminé par le CPE pour les enfants allergiques ainsi que les explications sur le carton qui est dans le bac de repas ;
- S'assure que ses connaissances en matière d'allergies et d'intolérances alimentaires sont à jour.



## CHAPITRE IX

### 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. Cependant, l'aspect sécurité alimentaire doit toujours primer. À ce sujet, il est utile de lire les recommandations du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec. Les règles de base suivantes doivent être respectées afin de s'assurer que les produits utilisés soient sécuritaires :

#### ARTICLE 9.1

##### La provenance des produits

- Le CPE s'approvisionne chez des fournisseurs 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;
- Le CPE privilégie, dans la mesure du possible, les produits locaux, régionaux et provinciaux afin de maintenir la certification des Petits ambassadeurs

## CHAPITRE X

### HYGIÈNE ET SALUBRITÉ

---

Le fait de choisir 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.

## **ARTICLE 10.1**

### **Hygiène du personnel**

Le personnel qui manipule l'équipement de la cuisine ou les aliments observe les mesures d'hygiène suivantes recommandées par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation :

- Se laver les mains et les avant-bras avec de l'eau chaude et du savon ou avec une solution désinfectante sans rinçage avant de manipuler la nourriture, après avoir fumé, s'être rendu aux toilettes, s'être mouché, avoir manipulé des aliments crus et chaque fois qu'il y a un risque de contamination;
- Se couvrir entièrement les cheveux avec une résille ou un chapeau et, s'il y a lieu, un couvre-barbe;
- Porter une chemise ou un tablier propre utilisé seulement pour le travail;
- Ne pas porter de bijoux, montre ou vernis à ongles;
- Recouvrir toute blessure d'un pansement imperméable et dans le cas d'une blessure aux mains, recouvrir le pansement d'un gant à usage unique;
- S'abstenir de manipuler des aliments en cas de maladie contagieuse, comme la gastro-entérite;
- Lorsque les gants sont utilisés, les changer chaque fois qu'il y a préparation d'aliments différents. Les jeter à la même fréquence que le lavage des mains;
- Respecter les règles d'hygiène lors des déplacements entre les locaux du CPE et la cuisine;
- Interdire la présence d'animaux domestiques dans la cuisine.