Politique alimentaire

C.P.E. Le sentier du bonheur

Adoptée au Conseil d'administration, le 6 mai 2025

Table des matières

Présentation 4

Objectifs 4

Conditions favorables à l'alimentation 4

Exclusions 5

Les rôles et responsabilités de chacun 5

Le personnel éducateur 5

Son rôle 5

Ses responsabilités 6

Le responsable de l'alimentation 7

Son rôle 7

Ses responsabilités 7

La direction 8

Son rôle 8

Ses responsabilités 8

Le parent 8

Son rôle 8

Ses responsabilités 8

Le conseil d'Administration 9

Son rôle 9

Ses responsabilités 9

Hygiène et salubrité 9

Quantité et qualité nutritive 9

Élaboration du menu 10

Anniversaires et événements spéciaux 10

Allergies et intolérances 10

Qu'est-ce qu'une allergie alimentaire ? 10

Qu'est-ce qu'une intolérance alimentaire ? 11

Le parent 11

La direction 11

Les éducatrices à la petite enfance : 12

La responsable de l'alimentation (RA) 12
Les sorties 12
Alimentation à la pouponnière 13
L'introduction des aliments 13
Les boires 13
Prévention des risques d'étouffement 14
Le miel 14
Les fondements 14
Annexe A 15
Annexe B 17
Annexe C 19
Annexe D 21

Présentation

L'alimentation est un besoin essentiel à la vie et va bien au-delà du simple fait de se nourrir. Le fait d'adopter une saine alimentation influe positivement sur le développement global et la santé, dès la naissance et toute la vie durant.

Notre mission fondamentale vise à offrir un milieu de vie stimulant tout en favorisant le développement global et harmonieux des enfants de 0 à 5 ans. Notre désir est non seulement de répondre aux besoins physiologiques des enfants fréquentant le CPE, mais aussi les guider dans l'apprentissage d'une saine alimentation et de bonnes habitudes de vie.

Pour notre politique alimentaire, nous affirmons notre engagement envers la mise en place de pratiques visant l'acquisition de saines habitudes de vie chez l'enfant. Cette politique est en conformité avec les orientations du cadre de référence Gazelle et Potiron (pour créer des environnements favorables à la saine alimentation, au jeu actif et au développement moteur en service de garde éducatifs) et le programme éducatif du ministère « Accueillir la petite enfance ».

Objectifs

L'objectif général de la politique alimentaire vise à offrir des services alimentaires de qualité afin de favoriser, chez les enfants, un bon état de santé en suscitant l'acquisition de saines habitudes alimentaires.

Les objectifs spécifiques de la politique se traduisent ainsi :

- Assurer la santé et la sécurité des enfants au CPE
- Définir les exigences qualitatives et quantitatives des aliments offert au CPE
- Promouvoir l'action pédagogique et les attitudes positives qui favorisent l'apprentissage des saines habitudes alimentaires
- Expliquer les rôles des différents intervenants quant à l'application de la présente politique alimentaire

Conditions favorables à l'alimentation

Un milieu offre des conditions favorables à l'alimentation lorsque celui-ci permet à l'enfant de manger dans un environnement calme et sécuritaire. Au CPE, nous préconisons une ambiance calme et agréable au moment du repas associé au plaisir d'échanger avec les pairs.

Nous préconisons aussi le fait que les adultes soient des modèles qui encouragent les enfants à gouter et lorsque possible, les inviter eux même à choisir leurs aliments.

Le repas est offert aux membres de l'équipe au coût de 4,00$. Ceci inclut les collations et le diner.

Le dessert est vu comme un complément de repas. C'est pourquoi, il est servi en même temps que le diner. Les stratégies de l'intervention utilisant positivement ou négativement la nourriture ne sont pas utilisées par le personnel éducateur.

La répétition des menus sur un cycle de 4 semaines permet à l'enfant d'avoir une constance dans les plats qui lui sont présentés, mais aussi de goûter et de s'habituer tranquillement à de nouveaux aliments.

Exclusions

Dû à leurs caractéristiques particulières, les fêtes telles que l'Halloween, Noël, la Saint-Valentin ou autre évènement spécial comme les pique-niques, font l'objet d'une exclusion de cette politique.

Le CPE convient que le parent a le droit d'assurer l'éducation de son enfant conformément à ses croyances culturelles et religieuses. Ce droit s'exerce dans le respect des droits et libertés de l'enfant. Par conséquent, le centre s'engage à évaluer toutes les possibilités raisonnables afin de proposer un accommodement qui conviendra le mieux à chaque cas d'espèce, cela sur demande écrite adressée à la direction de la part du parent souhaitant qu'un aliment figurant au menu ne soit pas servi à son enfant en spécifiant le motif de la demande.

Les rôles et responsabilités de chacun

Le succès d'une politique alimentaire repose essentiellement sur l'implication de l'ensemble de son personnel. Tous les membres de notre équipe ont un rôle fondamental à jouer dans le processus d'uniformisation des pratiques alimentaires. Voici donc leur contribution :

Le personnel éducateur

Son rôle

Le personnel éducateur est le premier intervenant 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 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 ;
- Communiquer efficacement avec les parents sur la nature et la quantité d'aliments consommés par l'enfant durant la journée ;
- Favoriser une ambiance détendue et agréable autour de la table ;
- Assurer une supervision constante lors des repas ;
- Adopter une attitude positive face à l'alimentation et faire preuve d'ouverture lorsque de nouveaux aliments sont présentés ;
- Prévoir dans sa planification tout au long de l'année, des activités touchant la saine alimentation ;
- Rendre amusant, ludique et intéressant la période des repas avec l'utilisation des 5 sens ;
- Utiliser des termes exacts pour chacun des aliments ;
- S'assurer d'une manipulation sécuritaire des aliments afin de respecter les règles d'hygiène et contrôler pour la sécurité des enfants : les allergies et les intolérances ;
- Aider l'enfant à reconnaître sa faim et sa satiété ;
- Encourager l'enfant à goûter à tous les aliments, sans le forcer, sans faire de reproches ou de commentaires négatifs ;
- N'utiliser en aucun temps les aliments en guise de récompense ou de punition ou comme objet de négociation. Le dessert est un complément au repas, ainsi il est toujours offert à l'enfant ;
- Préparer les enfants à la prise de repas en établissant une routine (rangement, lavage des mains et de la table, mettre les bavettes, etc..) ;
- S'assurer de la mise en place et de l'application des mesures à prendre auprès de la remplaçante, lors de l'absence de l'éducatrice régulière, en transmettant toutes les informations nécessaires relatives aux allergies et intolérances présentes dans le groupe ;
- Communiquer et collaborer avec la responsable de l'alimentation quant aux besoins alimentaires des enfants ;
- Adopter un style démocratique qui permet à l'enfant de faire ses propres choix ;
- Éviter de consommer un repas différent en présence des enfants ;
- Respecter les ententes prises entre le CPE et les parents relativement aux restrictions alimentaires

Le responsable de l'alimentation

Son rôle

Le responsable en alimentation est le premier répondant de la politique et de l'offre alimentaire. Il 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. Il 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, il agit à titre de personne de référence en ce qui concerne les questions alimentaires d'ordre général de la part du personnel. Il peut être appelé à répondre aux questions des parents portant sur l'alimentation offerte au CPE ou sur des notions de nutrition. Il doit diriger le parent 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 soient conformes aux exigences quantitatives et qualitatives et qu'ils soient préparés et servis selon les règles sanitaires établis ;
- Communiquer et collaborer avec le personnel éducateur relativement aux besoins alimentaires des enfants
- Favoriser la consommation d'aliment régionaux en saison, compte tenu de leur fraicheur, leur disponibilité et leur abondance ;
- Cuisiner des aliments de qualité dans une variété intéressante ;
- 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 tels que décrit dans cette politique ;
- Élaborer des présentations colorés et appétissantes ;
- Appliquer des méthodes de travail qui favorisent une bonne utilisation des ressources financières consenties ;
- Afficher le menu et aviser le personnel lorsqu'un changement survient ;
- Conseiller ou informer le personnel sur des questions liées à l'alimentation ;

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 continuité de la politique alimentaire. La direction est le point d'ancrage de l'organisation alimentaire et le lien avec tous les intervenants du CPE.

Ses responsabilités

- Voir à l'application des mesures qui ont été adoptées dans la politique ;
- S'assurer de transmettre au personnel, s'il y a lieu, les informations relatives au besoin alimentaire spécifique de chaque enfant ;
- Rechercher, se procurer, diffuser et rendre disponible toute documentation pertinente qu'elle pourra obtenir auprès des organismes spécialisés ou de référence en matière d'alimentation, d'allergie et d'intolérance ;
- S'assurer que tous les formulaires d'informations portant sur l'enfant allergique soient remplis, transmis au personnel et régulièrement mis à jour ;
- S'assurer au besoin de faire valider les menus par une ressource professionnelle qualifiée en nutrition.

Le parent

Son rôle

Les parents jouent un rôle majeur dans le développement de leur enfant. Leur collaboration est très importante pour le personnel éducateur, la direction et la responsable en alimentation pour assurer la santé, la sécurité et le bien-être de leur enfant.

Ses responsabilités

- Prendre connaissance des menus, et s'il y a lieu, informer les membres du personnel des besoins alimentaires spécifiques de leur enfant ;
- S'assurer d'effectuer les suivis lorsque des changements surviennent en matière d'intolérances et d'allergies et fournir tout document exigé par la corporation ;
- Prendre connaissance de la politique alimentaire ;
- Ne pas apporter d'aliments provenant de l'extérieur du CPE afin d'aider le personnel à gérer les allergies et les intolérances.

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 interne. Il adopte la politique et approuve toute modification à celle-ci.

Ses responsabilités

- Adopter la politique alimentaire et approuver toute modification à celle-ci ;
- Appuyer les démarches et les initiatives de la direction qui visent à promouvoir de saines habitudes alimentaires en respectant les limites budgétaires du CPE.

Hygiène et salubrité

Dans la vie de tous les jours, les enfants sont exposés à différents types de microbes, bactéries, virus et parasites. L'application des mesures pour contrôler et prévenir les infections dans le CPE et la mise en place de mesure d'hygiène est essentielle. Afin de profiter pleinement des plaisirs de la table, vigilance et bonnes pratiques en matière d'hygiène et de salubrité doivent aller de pair.

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.

Les enfants reçus au CPE, y consomment 50% 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'activité, il reste le mieux placé pour déterminer la quantité d'aliment dont il a besoin. Apprendre à reconnaître son appétit et sa satiété est un facteur important de l'alimentation[1]. L'acquisition de cette compétence est donc valorisée et encouragée.

[1] Ministère de la famille. Gazelle et potiron, cadre de référence pour créer des environnements favorables à la saine alimentation, au jeu actif et au développement moteur en service de garde éducatif à l'enfance, 2014

https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/document/guide_gazelle_potiron.pdf

Mis à part les exclusions de cette politique à l'égard des fêtes annuelles ainsi que des évènements spéciaux, le CPE offrira à chaque jour une alimentation composée uniquement d'aliments faisant partie du Guide alimentaire canadien.

Élaboration du menu

Le CPE a deux menus cycliques de 4 semaines. Le changement entre ces derniers se fait au printemps et à l'automne. Nos menus permettent une exposition répétée, encourageant ainsi la familiarisation et l'appréciation de plusieurs aliments. Il assure aussi la présence d'une grande variété d'aliments[2]. Il faut que l'enfant goûte plusieurs fois un aliment, soit en moyenne 10 à 15 fois avant qu'il apprivoise le goût et qu'il le mange avec plaisir.

Les menus cycliques facilitent également la planification des achats ainsi que l'organisation du temps et du travail.

Anniversaires 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. Le CPE met l'accent sur les décorations, une chanson, un chapeau et un couvert spécial pour l'enfant fêté. Un sorbet ou une crème glacée est offert à l'ensemble du groupe.

Les événements spéciaux et les fêtes annuelles telle que Noël sont exclues de la politique. Ces exclusions permettent l'ajout d'aliments ne faisant pas partie du guide alimentaire.

Allergies et intolérances

Qu'est-ce qu'une allergie alimentaire ?

[3]Une allergie alimentaire est une réaction excessive, voire exagérée, de notre système immunitaire en présence d'un aliment ou d'un additif alimentaire, qui est normalement inoffensif pour la majorité des personnes. Les réactions allergiques sont immédiates et potentiellement anaphylactique (réaction allergique grave). Lorsque certains de nos anticorps entrent en contact avec l'allergène alimentaire, ils entraînent dans certains cas la sécrétion excessive d'une substance appelée l'histamine, qui conduit à l'inflammation et aux autres symptômes allergiques. Les symptômes ressentis varieront d'une personne à l'autre et d'un allergène à l'autre

[2] https://www.quebec.ca/sante/conseil-et-prevention/alimentation/alimentation-des-enfants

[3] www.agaa.qc.ca Association québécoise des allergie alimentaire (AGSA)

Qu'est-ce qu'une intolérance alimentaire ?

L'intolérance correspond à l'incapacité de supporter un aliment pris en une quantité habituellement tolérée par les autres individus.

L'intolérance alimentaire ne met pas la vie en danger et ne provoque généralement pas de réaction généralisée, car elle n'implique pas le système immunitaire. Certains signes peuvent indiquer qu'un enfant ne tolère pas un aliment. Notons les gaz, les coliques, les nausées, les vomissements, les diarrhées et les maux de ventre. Il est toutefois important d'obtenir un diagnostic médical plutôt que de conclure soi-même à l'intolérance, car ces symptômes peuvent aussi être signe d'une réaction immunitaire. L'aliment doit donc, en cas d'intolérance, être réduit ou éliminé de la diète en fonction des recommandations du médecin.

Le parent

- Fournir les mesures à prendre signées par un médecin membre du Collège des médecins (annexes A et B, certificat médical), lors de l'apparition d'une allergie ou d'une intolérance alimentaire
- Aviser le personnel et transmettre par écrit les informations sur les allergies ou l'intolérance alimentaire de l'enfant ;
- Apporter le médicament d'urgence, le certificat médical relatif à l'administration de ce médicament et transmettre au personnel tout changement concernant l'allergie ou l'intolérance de l'enfant ;
- Signer l'autorisation écrite afin de permettre au personnel du CPE d'administrer l'auto-injecteur en cas de besoin.
- Mettre à jour l'annexe pour les intolérances et les allergies.

La direction

- S'assurer que le dossier de l'enfant contient toutes les informations nécessaires et les autorisations écrites dûment remplies ;
- Effectuer les mises à jour sur les informations afin qu'elles soient transmises à la responsable de l'alimentation ainsi qu'aux éducatrices ;
- Rassurer le parent de l'enfant allergique à l'effet que toutes les mesures préventives seront appliquées.

Les éducatrices à la petite enfance :

- Veiller à ce que l'enfant présentant une allergie ne soit pas en contact avec la matière allergène ;
- Voir à ce que le lavage des mains et de la bouche soit fait après chaque repas et que les vêtements souillés de nourriture soient remplacés ;
- Vérifier s'il y a présence d'allergie ou d'intolérance avant d'utiliser des aliments pour le bricolage ou autres activités ;
- Assurer une communication efficace et une bonne collaboration avec la responsable de l'alimentation ;
- Informer toute personne qui assure son remplacement de la présence d'enfant ayant une allergie ou une intolérance ;
- Vérifier deux fois plutôt qu'une les aliments contenus dans la nourriture de l'enfant allergique avec la responsable de l'alimentation ;
- Effectuer 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, en collaboration avec la direction et la responsable de l'alimentation,
- Ranger les médicaments d'urgence dans un endroit facilement accessible, et ce, en tout temps ;
- Apporter les médicaments lors des sorties

La responsable de l'alimentation (RA)

- S'assurer que les aliments servis aux enfants souffrant d'allergies soient exempts de toute contamination allergène ;
- Communiquer et collaborer avec les éducatrices afin de prévenir toute possibilité d'exposition des enfants allergiques ou présentant une intolérance aux aliments à risque

Les sorties

Il faut toujours avoir en tête que le risque d'exposition à un allergène augmente lorsqu'on sort l'enfant de son encadrement habituel. Pour parer à toute éventualité, voici les mesures préventives adoptée au CPE :

- Avoir toujours sous la main le matériel requis pour les traitements d'urgence : Epipen, Bénadryl ou autre ;

- S’assurer que l’enfant ne consomme pas d’aliment autres que ceux préparés par le CPE en assurant une surveillance étroite lors des pique-niques ;
- Se laver les mains avant et après la consommation d’aliment ;
- Nettoyer la surface sur laquelle les enfants doivent consommer leur nourriture ;
- Aviser la personne responsable du lieu visité, dans l’éventualité où le repas ne serait pas préparé par le CPE, des cas d’allergies présents dans le groupe. Prévoir une alternative, s’il y a des risques de contacts avec des aliments allergènes.

Alimentation à la pouponnière

L’introduction des aliments

[4]L’étape d’introduction des aliments, en plus d’être essentielle pour satisfaire les besoins nutritionnels grandissants du nourrisson, contribue grandement à divers apprentissages, notamment la découverte 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 et l’éducatrice. De plus, nous permettons aux poupons d’explorer les aliments avec les doigts, puis la cuillère afin de favoriser leurs habiletés motrices, leurs autonomies et contribuer à la découverte des aliments.

Les aliments sont d’abord introduits à la maison et non au service de garde. La collaboration des parents est essentielle afin de s’assurer que les informations sur la fiche d’introduction des aliments (Annexe1) soient mises à jour régulièrement. Cette fiche est un outil de référence essentiel pour informer le personnel éducateur et le responsable à l’alimentation lors de la période des repas. Étant donné les risques d’allergie alimentaire, aucun aliment qui n’ait d’abord été intégré par le parent ne sera offert au poupon.

Les boires

Les boires sont toujours effectués sous surveillance du personnel et aucun breuvage ni aliment n’est donné à l’enfant en position couchée. Les boires sont donnés par l’adulte au bébé, et ce, jusqu’à ce que ce dernier aît la capacité de tenir et de manipuler lui-même sa bouteille.

Dans notre service de garde nous offrons du lait 3,25% aux enfants de la pouponnière. Nous nous assurons de respecter les besoins de l’enfant et son rythme.

Il est possible que des enfants allaités fréquente le CPE. Dans ce cas, nous offrons notre collaboration pour aider les mamans à poursuivre l’allaitement. Le centre fournit aux mères un endroit où elles peuvent allaiter. La mère s’assure que nous pouvons la rejoindre au moment où l’enfant manifeste des signes de faim. Si l’enfant est sevré, nous demandons aux parents de fournir les biberons de lait maternel en quantité suffisante.

[4] *Gazelle et potiron,* p.52

Pour les bébés nourris à la formule lactée, le parent doit fournir au CPE du lait préparé dans les bouteilles en quantité suffisante.

Prévention des risques d'étouffement

Certains aliments présentent un risque plus important d'étouffement et ne devraient pas être offerts aux enfants de moins de 4 ans.[5] Voir le tableau en annexe.

Il est important que l'enfant prenne son repas et sa collation bien assis, et en présence d'un adulte.[5] Le personnel éducateur a un rôle de modèle lors des repas.

Le miel

Le miel peut être associé au botulisme infantile, une maladie rare, mais grave, causée par l'ingestion de la bactérie C. Botulinum. Bien que les bactéries responsables du botulisme ne puissent pas croître ni produire de toxine dans le miel, lui-même, elles peuvent croitrent et produire des toxines dans les intestins des bébés.

Le miel ou tout produit contenant du miel n'est pas servi aux poupons avant 12 mois. En général, par mesure de prévention, ce produit n'est pas utilisé dans la préparation des repas au service de garde.

Les fondements

Cette présente politique s'appuie sur :

- La loi sur les services de garde éducatifs à l'enfance et les règlements du ministère de la Famille
- Les recommandations du Guide Alimentaire Canadien
- Le document « *Gazelle et Potiron* »
- Les données et références du programme du CISSS des Laurentides « Fraises et Bottine »
- Le dépliant *Danger mortel* du CHU Ste-Justine

[5] Chu Sainte-Justine, *Dépliant Danger Mortel*, Montréal, 2008

Annexe A

ANNEXE A

FICHE NOMINALE DE L'ENFANT AVEC RESTRICTIONS ALIMENTAIRES

Ce document sera affiché dans la cuisine, dans le local de l'enfant ou la salle de bain (où l'on retrouve la pharmacie), où l'enfant mange (charriot ou salle à manger) et à tout autre endroit jugé opportun par le personnel

PHOTO

Nom de l'enfant : _____

Groupe : _____

☐ **Allergique à :** _____

☐ **Intolérant à :** _____

AUTRES CONDITIONS PARTICULIÈRES :

☐ Asthme (personne plus à risque lors d'allergie)

☐ Médication (voir plus bas)

AUTRES ALIMENTS À ÉVITER LORS D'ALLERGIE ALIMENTAIRE

ÉVITER TOUTE TRACE DES ALIMENTS SUIVANTS	AUTRES : _____ Allergène
☐ Arachide ☐ Noix ☐ Lait ☐ Œuf ☐ Soja ☐ Blé ☐ Sésame ☐ Poisson ☐ Crustacés ☐ Mollusques ☐ Sulfites ☐ Autres (compléter la section « Autres allergènes »)	Autres noms utilisés pour cet allergène dans le commerce (retrouvés dans les listes d'ingrédients) Dans quoi le retrouve-t-on régulièrement? Dans quoi le retrouve-t-on caché? Par quoi le remplacer? Notes :

SYMPTÔMES À SURVEILLER (COCHEZ)

☐ **La peau** – démangeaison, sensation de chaleur et rougeur, urticaire, enflure;

☐ **Les yeux** – démangeaison, rougeur, larmoiement, enflure;

☐ **Le nez** – écoulement, éternuements, démangeaison, congestion;

☐ **La gorge** – démangeaisons, enflure, serrement, difficulté à avaler, modification de la voix, voix rauque;

☐ **Les poumons** – toux, respiration bruyante rapide et difficile, sifflements, essoufflement, douleur ou serrement à la poitrine;

☐ **Le coeur et la circulation** – couleur pâle ou bleutée, perte de conscience, étourdissement, vertige;

☐ **Le système digestif** – nausées, vomissements, douleurs ou crampes, diarrhée;

☐ **Autres** – mal de tête, anxiété, peur de mourir de façon imminente, sentiment de détresse

PLAN D'INTERVENTION LORS D'UNE RÉACTION ALLERGIQUE

☐ **Plan individualisé**	☐ **Risque d'anaphylaxie**
	1. Administrez immédiatement l'adrénaline (ÉpiPen® Twinject®) dès les premiers symptômes lorsqu'il y a eu ou qu'on soupçonne qu'il y a eu contact avec un allergène. Administrez une deuxième dose après 10-15 minutes ou avant si les symptômes persistent ou s'aggravent. **2. Appelez 9-1-1.** Dites que l'enfant fait une réaction allergique et demandez une ambulance. **3. Rendez-vous à l'hôpital le plus proche,** même si les symptômes sont légers ou se sont atténués. **4. Communiquez avec une personne à aviser en cas d'urgence.**

MÉDICATION

Médicament	**Date de péremption**	**Dose**	**Où le trouver**	**Quand le donner**

GESTION DE L'ALLERGÈNE

À la maison	**Au service de garde**
☐ L'aliment ne rentre pas à la maison	☐ Retirer l'aliment du groupe
☐ On le cuisine, MAIS n'est pas donné à l'enfant	☐ Servir l'aliment dans le groupe, mais pas à l'enfant **Aliment à réintégrer dans le groupe** date : _____ Signature : _____

Signature du parent : _____ Date : _____

Dernière mise à jour : _____

Annexe B

ANNEXE B

CERTIFICAT MÉDICAL : RÉACTIONS ALIMENTAIRES (S.V.P., écrire lisiblement)

Nom et prénom de l'enfant :_____ Date de naissance :___/____/____

RECOMMANDATIONS MÉDICALES (à remplir par le médecin)

Je recommande d'éviter les éléments suivants :

Cochez s'il s'agit (A) d'allergie (IA) d'intolérance alimentaire.

	Aliments	Réactions
A ☐ IA ☐		
A ☐ IA ☐		

	Médicaments	Réactions
A ☐ IA ☐		
A ☐ IA ☐		

	Environnement	Réactions
A ☐ IA ☐		
A ☐ IA ☐		

SYMPTÔMES À SURVEILLER (COCHEZ)

☐ **La peau** – démangeaison, sensation de chaleur et rougeur, urticaire, enflure;

☐ **Les yeux** – démangeaison, rougeur, larmoiement, enflure;

☐ **Le nez** – écoulement, éternuements, démangeaison, congestion;

☐ **La gorge** – démangeaisons, enflure, serrement, difficulté à avaler, modification de la voix, voix rauque;

☐ **Les poumons** – toux, respiration bruyante, respiration rapide et difficile, sifflements, essoufflement, douleur ou serrement à la poitrine;

☐ **Le coeur et la circulation** – couleur pâle ou bleutée, perte de conscience, étourdissement, vertige;

☐ **Le système digestif** – nausées, vomissements, douleurs ou crampes, diarrhée;

☐ **Autres** – mal de tête, anxiété, peur de mourir de façon imminente, sentiment de détresse.

PLAN D'INTERVENTION LORS D'UNE RÉACTION ALLERGIQUE EN MILIEU DE GARDE

Plan individualisé	Protocole pour risque d'anaphylaxie
☐ **Voir feuille annexée**	1. **Administrez immédiatement l'adrénaline** (ÉpiPen® ou Twinject®) dès les premiers symptômes lorsqu'il y a eu ou qu'on soupçonne qu'il y a eu contact avec un allergène. Administrez une deuxième dose après 10-15 minutes ou avant si les symptômes persistent ou s'aggravent. 2. **Appelez 9-1-1.** Dites que l'enfant fait une réaction allergique et demandez une ambulance. 3. **Rendez-vous à l'hôpital le plus proche,** même si les symptômes sont légers ou se sont atténués. 4. **Communiquez avec une personne à aviser en cas d'urgence.**

PRESCRIPTION MÉDICALE

Médicament	Dose	Voie d'administration	Quand le donner

Port du bracelet médical recommandé : Oui ☐ Non ☐

Disponibilité de l'auto-injecteur recommandée : Oui ☐ Non ☐

Nom du médecin : _____ Date : _____

Adresse : _____

Signature : _____ Téléphone : _____

Télécopieur : _____

Annexe C

Introduction des aliments à la maison

Nom :

Produits céréaliers	○ Riz (Céréales, entier) ○ Avoine (Céréales, gruau, pain grillé) ○ Blé (Couscous, pain grillé) ○ Soya (Céréales, sauce, tofu) ○ Orge ○ Quinoa
Fruits et légumes	○ Carottes/panais ○ Courges et courgettes ○ Haricots jaunes/verts ○ Patate douce ○ Asperges ○ Avocat ○ Chou/chou-fleur/chou de Bruxelles/brocoli ○ Maïs ○ Petit pois ○ Épinard ○ Navet ○ Oignon/ail/poireau ○ Tomate ○ Ananas ○ Nectarine/pêche ○ Pommes ○ Orange/clémentine/pamplemousse/citron ○ Prunes ○ Concombre/melons ○ Raisins ○ Bleuets ○ Fraises ○ Framboises/Mûres ○ Canneberges ○ Datte/Figues ○ Mangues ○ Pomme de terre ○ Betteraves

Viandes et substituts	○ Poulet/Dinde ○ Bœuf/Veau ○ Porc ○ Thon ○ Saumon ○ Sole/pangasius/morue/aiglefin/Tilapia ○ Tofu ○ Œuf ○ Lait 3,25% ○ Yogourt ○ Fromage ferme ○ Crème glacée

Le miel peut être associé au botulisme infantile, une maladie rare, mais grave, causé par l'ingestion de la bactérie C. Botulinum. Bien que les bactéries responsables du botulisme ne puissent pas croitre ni produire de toxine dans le miel, lui-même, elles peuvent croitent et produire des toxines dans les intestins des bébés.

Je mange :

- En purée
- Écrasé à la fourchette
- En morceaux

Mon lait est :

- Froid
- Tiède
- Chaud

Je le bois avec un :

- Biberon
- Verre à bec
- Verre

Commentaires :

_____

_____

_____

Il est important de communiquer les changements, les observations faites à l'éducatrice de votre enfant afin de mettre à jour le tableau d'introduction.

Annexe D

Prévention des risques d'étouffement avec les aliments

À nos marmites : 1, 2, 3... Santé!

Tableau présentant diverses précautions à prendre dans les services de garde en fonction de divers aliments

Âge	Aliments	Précautions à prendre
Avant 12 mois	**Tous les légumes**	Très bien cuits, coupés en petits morceaux ou en fines lanières ou en purée
	Pommes crues	Sans pelure, râpées
	Raisins frais	Sans pépins, coupés en 4
	Tous les fruits frais	Sans pelure, sans noyau, sans pépins, coupés en petits morceaux
	Tous les petits fruits	En purée tamisée
	Saucisses de tofu	Taillées dans le sens de la longueur, puis en petits morceaux (grosseur d'un pois)
12 mois à 24 mois	**Légumes crus très tendres tels que l'avocat, les champignons, le concombre, la tomate, etc.**	Pelés, s'il y a lieu, coupés en petits morceaux
	Légumes à chairs fermes tels que carottes, navet, céleri, etc.	Râpés ou blanchis et coupés en fines lanières
	Tous les autres légumes crus	Râpés ou coupés en fines lanières
	Tous les fruits frais	Sans pelure, sans noyau, sans pépins, coupés en petits morceaux
	Raisins frais	Sans pépins, coupés en 4
	Saucisses de tofu	Taillées dans le sens de la longueur, puis en petits morceaux
	Beurre de soya	Crémeux, en couche mince sur une rôtie chaude
2 à 4 ans	**Légumes crus très tendres tels que l'avocat, les champignons, le concombre, la tomate, etc.**	Coupés en petits morceaux
	Légumes à chairs fermes tels que carottes, navet, céleri, etc.	Râpés ou blanchis et coupés en lanières
	Tous les autres légumes crus	Râpés ou coupés en lanières
	Fruits à noyau	Dénoyautés, coupés en petits morceaux
	Autres fruits tels que la pomme	Sans pelure
	Fruits séchés	Hachés
	Raisins frais	Sans pépin, coupé en 4
	Saucisse de tofu	Taillées dans le sens de la longueur, puis en petits morceaux
	Beurre de soya	Crémeux, en couche mince

- CHU, SaintJustine. *Danger mortel,* Montréal, 2008.
- DORÉ, Nicole; LE HÉNAFF, Danielle,« *Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans,* guide pratique pour les mères et les pères ». Québec, Institut national de santé publique du Québec, 2012. 736 pages.
- SOINS DE NOS ENFANTS, *L'alimentation de votre bébé jusqu'à un an,* (page consultée en lig11e le 17 août 2012), [E11 lig11e], adresse URL: http:1/www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/feeding_your_baby_in_the_first_year