L’approche alimentaire éducative

Bonjour cher parent,

Au-delà de fournir 2 collations et 1 repas chaque jour, votre service de garde a choisi de suivre les fondements du cadre de référence du Ministère : « ***Gazette et Potiron*** ». Vous pouvez le consulter au : https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/guide_gazelle_potiron.pdf

Précisément, nous nous assurerons de toujours susciter la **curiosité alimentaire** chez les enfants par des jeux ou activités, mais aussi par certaines pratiques éducatives comme afficher le menu en images, cuisiner avec eux et montrer les aliments tels qu’ils sont avant la cuisson. Durant les repas ou les collations, l’éducatrice de votre enfant tentera de leur enseigner la **satiété** en leur demandant s’ils ont une grosse, une moyenne ou une petite faim, au lieu de décider des portions qu’ils doivent manger.

De plus, elle les encouragera à **goûter**, sans jamais les forcer à terminer leur assiette. Elle les félicitera s’ils ont goûté, mais pas s’ils n’ont pas mangé tout le contenu de leur assiette. Enfin, aucun enfant ne sera obligé de manger; il pourra quand même recevoir le dessert puisque celui-ci est nutritif.

Il se peut également que vous trouviez que votre enfant mange moins momentanément. La raison est que nous intègrerons dans les collations et repas des aliments que les enfants ont peut-être moins mangé à la maison : quinoa, édamames, des assaisonnement différent qua la maison, la présentation des aliments , etc. L’objectif éducatif que nous poursuivons est de développer la curiosité alimentaire chez eux et de les amener à devenir des adultes heureux d’essayer de nouveaux aliments.

Nous vous encourageons donc à accompagner l’éducatrice de votre enfant dans ce **processus éducatif** en regardant avec lui le menu, en lui posant des questions et en l’écoutant vous raconter ses nouvelles expériences gustatives. Vous verrez qu’il en aura des choses à vous dire !

Garderie mes meilleurs souvenirs