



POUR LE DÉVELOPPEMENT DU PLEIN POTENTIEL DES ENFANTS QUÉBÉCOISES ET QUÉBÉCOIS

L'IMPORTANCE DE NOURRIR NOS TOUT-PETITS

Mémoire à l'intention du ministre des Finances du Québec dans le cadre des
consultations prébudgétaires 2026



Préface

Depuis plus de trente ans, le Club des petits déjeuners a mis sa mission et son expertise au service des enfants du Québec, de leurs familles et de celles et ceux qui, chaque jour, poursuivent le même objectif que nous : offrir les meilleures chances de réussite, un petit déjeuner à la fois.

Au fil de ces années, le Club est également devenu un partenaire du gouvernement du Québec dans cette route commune que nous parcourons vers un Québec plus équitable.

Ensemble, nous avons pu faire des avancées significatives en augmentant le nombre d'enfants ayant accès à un petit déjeuner nutritif, en répondant aux besoins croissants et, surtout, en consolidant les bases d'un projet ambitieux, qui est réaliste et durable.

Fort de ces succès et des démonstrations évidentes des bienfaits générés, le Club des petits déjeuners demeure fortement engagé à continuer de nourrir le plein potentiel des enfants du Québec.

Nous souhaitons le faire en rejoignant tous les enfants qui fréquentent un établissement public situé en milieu défavorisé. Nous pensons ici évidemment à nos écoles, mais nous voulons également nous assurer que les plus petits d'entre nous puissent bénéficier de cette sécurité.

C'est pourquoi nous proposons dans les pages suivantes de continuer d'étendre l'alimentation scolaire dans le réseau des services de garde éducatifs à l'enfance. Nous avons la conviction qu'il s'agit d'une mesure porteuse pour les générations futures en leur assurant de meilleurs apprentissages, mais aussi, en agissant en prévention sur leur état de santé.

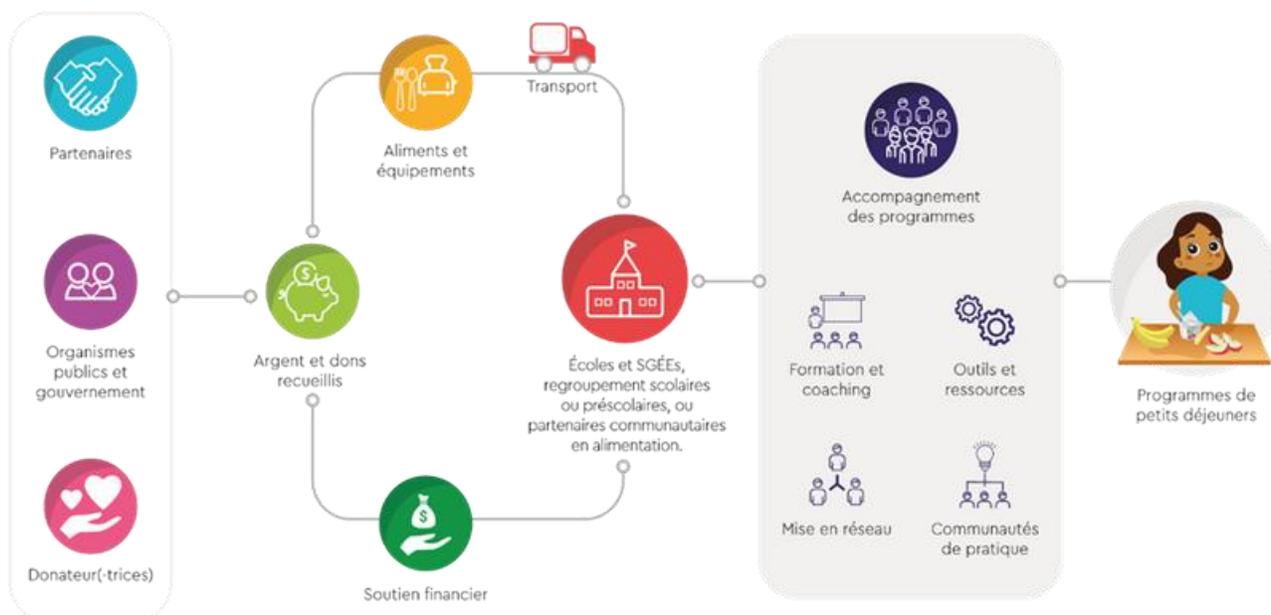
Nous avons la profonde conviction qu'avec l'appui soutenu du gouvernement, le Club continuera d'agir comme allié afin de vous accompagner pour chaque nouvelle étape qui façonnera l'avenir des enfants du Québec.



Tommy Kulczyk
Président et Chef de la direction

À propos du Club des petits déjeuners, au Québec

Fondé en 1994, le Club des petits déjeuners travaille avec des partenaires de tous les secteurs pour aider les enfants à accéder à un petit déjeuner nutritif et à atteindre leur plein potentiel. Accrédité par Imagine Canada pour sa saine gouvernance et reconnu par Aliments du Québec au menu pour sa valorisation des produits alimentaires locaux, le Club des petits déjeuners contribue à nourrir quotidiennement plus de 99 000 enfants dans plus de 600 programmes de petits déjeuners à travers la province. L'objectif ultime : un petit déjeuner complet et nutritif pour tous les enfants qui fréquentent un établissement situé en milieu défavorisé, et ce, à tous les jours, partout au Québec.



Au-delà des petits-déjeuners

Depuis 30 ans, le Club des petits déjeuners est un pilier incontournable pour rejoindre les enfants et les tout-petits des milieux défavorisés. Fort de son expertise et de son réseau, il est un partenaire de confiance du gouvernement pour transformer chaque dollar investi en véritables leviers de changement.



LE CLUB DES PETITS DÉJEUNERS, C'EST AUSSI...



UNE SOURCE D'ÉMANCIPATION SOCIALE

- ▶ Favorise le sentiment d'appartenance chez les tout-petits
- ▶ Offre un environnement sécuritaire et bienveillant
- ▶ Favorise l'acquisition de saines habitudes de vie



UN PARTENAIRE FIABLE POUR LE GOUVERNEMENT

- ▶ Détient une expertise importante
- ▶ Fait preuve de flexibilité
- ▶ Exécute des redditions de comptes rigoureuses et transparentes
- ▶ Développe des partenariats fiables avec le secteur bioalimentaire



UN ACTEUR DE L'AGRICULTURE D'ICI

- ▶ Soutien des producteurs locaux dans chaque région
- ▶ Poursuit son objectif d'offrir une alimentation locale, durable et nutritive aux jeunes enfants
- ▶ Reconnu par Aliments du Québec
- ▶ Contribue à l'augmentation de l'autonomie alimentaire des régions du Québec
- ▶ Travaille à amoindrir les effets des déserts alimentaires



UN MOTEUR DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE LOCAL

- ▶ Privilégie l'achat et la valorisation des produits locaux
- ▶ Encourage et outille au besoin de petites PME locales pour permettre leur croissance
- ▶ S'implante de façon saine et durable dans les communautés



UN SOUTIEN DE PREMIER CHOIX POUR LES COMMUNAUTÉS AUTOCHTONES

- ▶ S'inscrit en soutien des communautés afin qu'elles développent elles-mêmes l'offre qui répond à ses besoins
- ▶ Co-développe une offre alimentaire en adéquation culturelle



UNE CHAÎNE D'ACTIVITÉS ÉCORESponsable

- ▶ Travaille à diminuer son empreinte écologique
- ▶ Favorise l'apprentissage de comportements écoresponsables (recyclage, compostage, etc.)



UN MODÈLE OPÉRATIONNEL ADAPTÉ AUX MILIEUX

- ▶ Accompagne les milieux selon les besoins nutritionnels propres aux tout-petits, du menu aux suivis
- ▶ Contribue à soutenir une offre alimentaire culturellement adaptée aux communautés autochtones

Table des matières

Préface	2
À propos du Club des petits déjeuners, au Québec	3
Au-delà des petits-déjeuners	4
Table des matières	5
Sommaire exécutif	6
Introduction	7
Ensemble, nous avons rejoint plus d'enfants en milieu défavorisé	7
Ensemble, rejoignons maintenant les tout-petits	7
État des lieux	8
Nourrir les tout-petits : un projet qui a déjà fait ses preuves	8
Projet pilote et bienfaits éloquents	9
Données supplémentaires issues de sondage mené par le Club à différents moments de l'année ...	11
Une initiative en concordance avec la littérature	12
Notre proposition	13
Assurer la pérennité d'un projet ayant fait ses preuves	13
Demande financière	14
Conclusion	15
Références bibliographiques	16
Annexe I - Rapport du projet pilote en SGEE	17
Annexe II - Résultats du sondage Club sur les impacts de l'alimentation scolaire en SGEE	23

Sommaire exécutif

Les bienfaits des programmes d'alimentation scolaire ne sont plus à démontrer. C'est d'ailleurs le constat posé par l'ensemble des pays du G7 qui ont fait le choix de miser sur cette mesure porteuse pour l'avenir de notre société.

Au Québec, nous pouvons être fiers des choix que nous avons faits dans les dernières années pour élargir l'accès de nos enfants à une saine alimentation dans les institutions publiques. Permettre à nos enfants, à notre avenir, de commencer la journée avec le ventre plein, c'est poser un geste fort et structurant pour notre présent et leur avenir.

Il importe maintenant de faire le choix de la pérennité et de la continuité. Faisons à nos enfants la promesse de les soutenir, sans failles, à travers leur parcours au sein d'institutions publiques. Assurons-nous de leur offrir toutes les chances de développer leur plein potentiel, et ce, dès leur plus petite enfance.

Cette idée pourra s'appuyer sur le succès d'un projet pilote mis en place par le Club des petits déjeuners et le ministère de la Famille, qui permet d'offrir un petit déjeuner sain et nutritif à plus de 1 800 enfants qui fréquentent un service de garde éducatif à l'enfance (SGEE) situé en milieu défavorisé.

Ce que le Club des petits déjeuners propose dans le présent mémoire, c'est de faire croître cette initiative à travers le Québec pour nourrir le plein potentiel des enfants et agir au cœur des déterminants de la santé.

Favoriser l'accès à une saine alimentation matinale de nos enfants dès la petite enfance, c'est une façon réaliste pour le Québec de maximiser les bienfaits individuels, sociaux et gouvernementaux qui sont inhérents à une bonne prise en charge de leurs besoins développementaux⁹.

Il s'agit d'une mesure pertinente, une approche basée sur la science et qui optimise nos choix budgétaires.

Introduction

Ensemble, nous avons rejoint plus d'enfants en milieu défavorisé

Au cours de l'année dernière, le Club des petits déjeuners a vu son soutien financier en provenance du gouvernement du Québec être pérennisé et augmenté, au bénéfice de milliers d'enfants qui fréquentent un établissement scolaire situé en milieu défavorisé, et ce, partout au Québec.

Grâce à un investissement de 25 M\$ de dollars sur 5 ans, prévu au budget 2024-2025, le Club des petits déjeuners a pu rejoindre 10 000 enfants supplémentaires.

Aujourd'hui, grâce à ce partenariat entre le gouvernement, le Club et ses partenaires, ce sont plus de 99 000 enfants qui fréquentent des écoles défavorisées dans toutes les régions du Québec qui débutent leur journée d'apprentissage le ventre plein.

Nous souhaitons également souligner la conclusion d'une entente bilatérale en matière d'alimentation scolaire conclue avec le Québec et le Canada, qui permettra de bonifier les programmes d'alimentation scolaire déjà en activité au Québec grâce à un investissement de 65,2 M\$ pour trois ans. Nous tenons encore une fois à applaudir ces efforts importants qui représentent une avancée déterminante vers un accès à des aliments nutritifs pour un plus grand nombre d'enfants au Québec. Le Club des petits déjeuners collabore activement avec le ministère de l'Éducation afin d'assurer un déploiement optimal de l'offre alimentaire.

Ensemble, rejoignons maintenant les tout-petits

Le Club des petits déjeuners encourage le gouvernement du Québec à poursuivre sur la bonne voie, celle où la santé préventive de nos enfants et le développement de leur plein potentiel sont priorisés et sécurisés par l'existence d'un continuum de soutien, en lequel ils peuvent avoir confiance, et qui débute dès la petite enfance.

C'est d'ailleurs dans cette perspective, cohérente et intégrée, que nous avons récemment recommandé au ministre de la Santé d'inclure dans la prochaine Stratégie nationale de prévention en santé l'idée d'assurer une continuité en alimentation saine et durable pour les enfants âgés de 0 et 18 ans qui fréquentent les institutions publiques (SGEE, préscolaire et scolaire), et ce, afin de renforcer la prévention en santé et réduire des coûts de système qui peuvent être évitables.

État des lieux

Nourrir les tout-petits : un projet qui a déjà fait ses preuves

De façon complémentaire à l'offre alimentaire du Club des petits déjeuners dans les écoles du Québec, un projet pilote a été développé en 2018 avec le ministère de la Famille visant à rejoindre les enfants de 0 à 5 ans dans les SGEE situés en milieu défavorisé.

Les résultats positifs de cette initiative ont conduit à l'expansion du programme, avec l'ajout de nouveaux SGEE en 2023, pour un total de plus de 1800 enfants rejoints dans 46 SGEE au Québec.

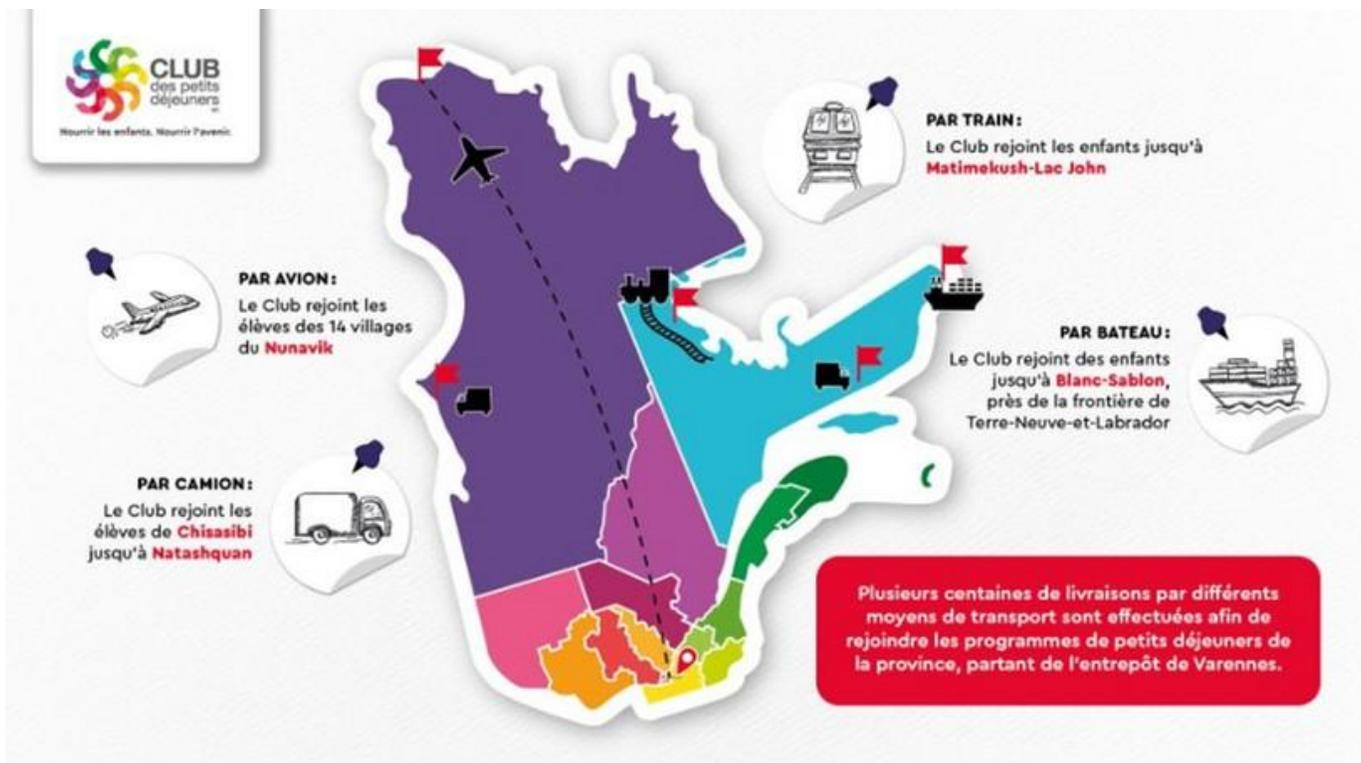
Implantation de programmes en SGEE

2018 **15** SGEE en milieu défavorisé

2023 **34** SGEE en milieu défavorisé

2025 **46** SGEE en milieu défavorisé

Notons qu'à l'instar de ses programmes réguliers, le projet pilote a entre autres été déployé au sein des communautés des Premières Nations, où des programmes sont présents dans 12 SGEE, ce qui permet à près de 400 tout-petits de commencer la journée le ventre plein. Le Club est aussi présent dans toutes les régions administratives du Québec grâce à un solide réseau d'approvisionnement et de distribution, bâti et perfectionné au fil de ses 30 années d'expérience, comme le démontre la carte ci-bas.



Projet pilote et bienfaits éloquentes

Nous le savons, contribuer à l'expression du plein potentiel et à la réussite éducative d'un enfant débute bien avant l'entrée à l'école. La petite enfance est en effet une période cruciale d'apprentissage, ainsi qu'un moment fertile pour l'acquisition d'habitudes alimentaires qui influenceront les choix tout au long de la vie.

Conscient de cette réalité, le ministère de la Famille a développé, avec le Club des petits déjeuners, un projet pilote⁵ qui visait à offrir des petits déjeuners nutritifs à des enfants fréquentant des SGEE situés en milieu défavorisé. Ce projet avait pour objectif de favoriser l'égalité des chances et à encourager de saines habitudes de vie dès le plus jeune âge, comme mesure de prévention en santé. Le rapport d'évaluation du ministère de la Famille, publié en avril 2021, a confirmé les nombreux impacts bénéfiques ayant été observés (voir Annexe I) :

- **La fréquence de consommation d'aliments nutritifs s'est améliorée**

« La proportion des enfants qui consomment des fruits et des légumes toujours ou la plupart du temps à la maison a augmenté de 5,5 % » depuis leur participation, et de 7,2 % pour les « aliments à grains entiers » et finalement de 8,8 % pour ceux « protéinés » ;

- **Les habitudes alimentaires se sont améliorées également au sein des familles**

« La fréquentation des petits déjeuners a eu un effet sur les habitudes alimentaires à la maison relativement aux petits déjeuners », notamment puisque « la participation au projet pilote a incité plusieurs enfants à s'habituer à prendre un petit déjeuner » ;

- **Des effets positifs ont été observés dans le comportement des enfants**

« Les responsables de SGEE ont mentionné l'effet positif qu'avait le fait de déjeuner le matin sur l'amélioration de l'humeur des enfants ».

L'augmentation du niveau d'énergie des enfants a été remarquée par les éducatrices, tout comme leur « calme après le déjeuner », leur autonomie et leur sociabilité. Même le « niveau de sécurité et de confiance envers les adultes du SGEE » s'en est vu bonifié.

Ajoutons par ailleurs que des taux de satisfaction très encourageants ont été constatés auprès des parents et des gestionnaires de SGEE. Les parents sont précisément très satisfaits ou plutôt satisfaits :

- De l'information reçue sur le fonctionnement des petits déjeuners (84,9%) ;
- De l'heure à laquelle sont servis les petits déjeuners (94,9%) ;
- Des locaux où mangent les tout-petits (90,51%) ;
- De l'encadrement des enfants par les éducatrices (90, 51%) ;
- De la propreté et de la salubrité des locaux où mangent les enfants (96,6%).

Dans certains CPE, les professionnels de la santé ont observé des améliorations notables chez les enfants ayant bénéficié de ces programmes :



« ... plusieurs enfants qui étaient sous la courbe de croissance avaient pris du poids depuis que le programme est mis en place. Les parents et les pédiatres les avaient félicités de cette mise en place du programme. »

— Directrice d'un SGÉE



Données supplémentaires issues de sondage mené par le Club à différents moments de l'année

En juin 2024, 75 % des services de garde éducatifs à l'enfance (SGEE) participant au projet pilote ont répondu au sondage dans le but de documenter les effets de son accompagnement en matière d'alimentation des tout-petits (voir Annexe II).

Les résultats obtenus indiquent eux aussi que les bienfaits des programmes de petit déjeuner sont pertinents dans une approche de santé publique : les retombées dépassent de loin la simple distribution alimentaire.

Mentionnons notamment que 59 % des milieux rapportent une meilleure concentration, attention, capacité d'écoute et de compréhension des consignes, ce qui augmente la disponibilité à l'apprentissage et au jeu.

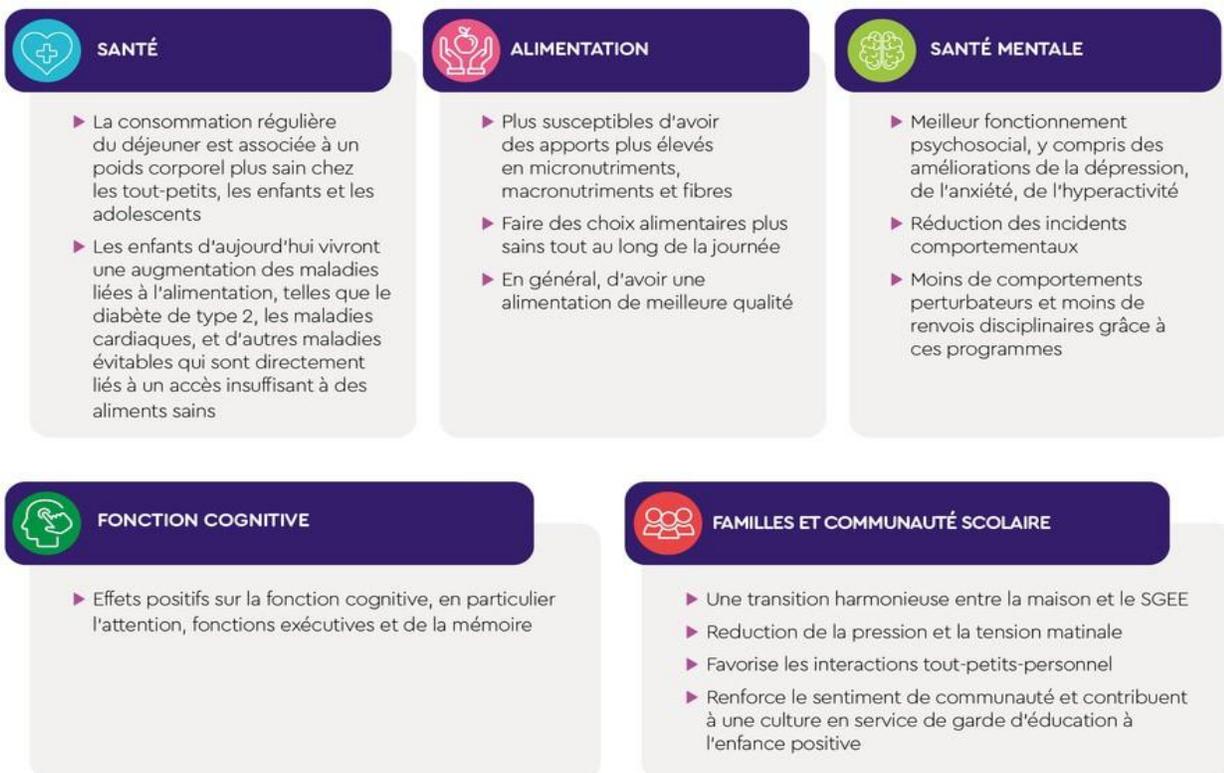
Une initiative en concordance avec la littérature

Les résultats de ces deux analyses font écho à la littérature scientifique portant sur les bienfaits de l'alimentation scolaire.

Étant donné que l'alimentation est l'un des principaux facteurs contribuant au développement des maladies chroniques³, les petits déjeuners offrent une occasion d'aider les élèves (ou les enfants) à développer des habitudes alimentaires qui peuvent être bénéfiques pour leur bien-être à l'âge adulte.

En fait, les données probantes suggèrent que l'exposition à des aliments nutritifs peut aider à façonner les préférences et à mener à de meilleurs choix alimentaires^{4,8}. Les habitudes alimentaires acquises pendant l'enfance ont tendance à persister à l'âge adulte^{4,8}.

En initiant les enfants à une variété d'aliments nutritifs, les programmes de petits déjeuners peuvent jouer un rôle dans le développement de modèles alimentaires positifs. Cela peut favoriser la santé à long terme et contribuer à réduire le risque de maladies chroniques plus tard dans la vie⁸.



Le tableau fait référence aux sources 1, 2 et 7.

Notre proposition

Assurer la pérennité d'un projet ayant fait ses preuves

Nous proposons au gouvernement de poursuivre l'élargissement de ce projet porteur, en rejoignant 40 nouveaux services de garde par année afin d'atteindre 200 milieux défavorisés au 30 juin 2029.

Ce projet aurait un impact significatif et immédiat sur les familles du Québec, sur la réussite éducative et sur certains indicateurs de santé populationnels.

Si 1 807 tout-petits sont présentement rejoints dans les SGEE, l'engagement à rejoindre 40 nouvelles installations par année permettrait d'en rejoindre environ 8 000 enfants supplémentaires, en leur fournissant les meilleures chances de réussite. C'est une mesure qui assurerait la continuité des efforts déployés pour favoriser l'accès de nos enfants à une saine alimentation dans leur trajectoire au sein des institutions publiques d'ici, des SGEE jusqu'à l'école secondaire.

Avec l'appui du gouvernement du Québec et de ses partenaires, le Club est en mesure d'assumer la prise en charge de ce projet. Notre équipe, nos experts, notre centre de distribution et nos partenaires alimentaires et logistiques sont mobilisés, prêts et emballés à l'idée d'assurer le plein potentiel des enfants dès leur plus jeune âge.



Demande financière

Dans la poursuite de nos efforts pour favoriser la réussite et le bien-être des enfants, les précisions suivantes accompagnent notre demande de financement visant l'ouverture de 200 nouveaux programmes de petits déjeuners dans les SGEEs à travers le Québec.

La présente demande s'articule autour de deux volets:

1. le maintien du financement actuel (3 690 000 \$ pour 5 ans)
2. un financement additionnel permettant de rejoindre 40 services de garde éducatif à l'enfance additionnels (7 229 000\$ pour 5 ans)

Ces estimations tiennent compte de plusieurs variables, tel le secteur géographique des nouveaux sites, leur fréquentation ainsi que les différents modèles de soutien pouvant leur être appliqués.

Ces prévisions financières incluent :

- Le maintien du financement actuel qui supporte les programmes existants;
- Le coût de déploiement de 200 nouveaux programmes de petits déjeuners, à un rythme de 40 par année, avec un taux de fréquentation quotidienne estimé à 40 tout-petits par service de garde éducatif à l'enfance pour 248 jours d'opération;
- L'ajout ou le renouvellement d'équipements;
- 248 jours d'opération;
- Ces coûts anticipés comprennent une croissance organique et un facteur d'inflation totalisant 3% annuellement.

Demande financière : maintien des programmes en service de garde éducatif et ouverture de 200 programmes

	*2025-26	2026-27	2027-28	2028-29	2029-30	Total
Revenus maintien du financement (46 SGEEs par année)	738 000	738 000	738 000	738 000	738 000	3 690 000
Financement additionnel (40 SGEEs par année, 200 en 5 ans et maintien)	200 000	799 200	1 604 400	2 226 700	2 884 700	7 715 000
Contribution du Club des petits déjeuners	33 700	87 900	119 300	152 500	187 600	581 000
	971 700	1 625 100	2 461 700	3 117 200	3 810 300	11 986 000
Dépenses	756 400	1 840 400	2 461 700	3 117 200	3 810 300	11 986 000
Nombre de SGEEs	86	126	166	206	246	

* Année 2025-26, nous ouvrirons 10 programmes dès octobre 2025. Par la suite, 10 nouveaux en avril 2026, 15 en mai 2026 et 15 en juin 2026 (total de 40 programmes additionnels en 25-26).

Conclusion

Permettre l'accès de nos tout-petits à un petit déjeuner sain et nutritif, c'est leur offrir une voie rapide vers le développement de leur plein potentiel et de saines habitudes de vie par la création d'un environnement qui leur est favorable, et ce, dès le début de leur vie. Au Club des petits déjeuners, nous croyons qu'il s'agit d'une mesure porteuse sur laquelle le Québec doit miser afin de faire face aux défis sociaux et économiques qui sont devant lui.

Autant par la documentation et l'analyse des expériences locales que par la littérature scientifique, le gouvernement dispose de plusieurs démonstrations que les programmes d'alimentation scolaire sont efficaces et essentiels⁶.

Le Québec est déjà engagé sur cette voie, il suffit maintenant de continuer d'avancer sur celle-ci en renforçant les mesures qui sont en place. Il lui faut maintenant offrir une continuité de la sécurité alimentaire des enfants au cours de leur parcours dans les services publics. C'est une question de santé publique et de cohérence dans les actions gouvernementales.

En effet, choisir d'accroître la portée de ce projet lié à la petite enfance s'est s'ancré concrètement dans des orientations gouvernementales qui nous rendent fiers, notamment :

- La Politique bioalimentaire
- La Stratégie nationale de prévention en santé

En élargissant le programme d'alimentation scolaire dans les services de garde éducatifs à l'enfance, le gouvernement du Québec viendrait poser une importante brique dans la fondation de ces ambitieuses démarches.

Dans le prochain budget, Québec a l'occasion d'agir encore plus tôt pour assurer le potentiel de sa relève. Nous croyons fermement qu'ensemble, nous pouvons y arriver.



Références bibliographiques

1. Baril, G. (2008). Les politiques alimentaires en milieu scolaire. Une synthèse de connaissances sur le processus d'implantation. 128 p.
2. Community Preventive Services Task Force. (2022, juillet). Healthy School Meals for All [Synthèse de la catégorie «Social Determinants of Health»]. Dans The Community Guide.
3. Loewen, O. K., Ekwaru, J. P., Ohinmaa, A., & Veugelers, P. J. (2019). Economic Burden of Not Complying with Canadian Food Recommendations in 2018. *Nutrients*, 11(10), 2529.
4. Małachowska A, Jeżewska-Zychowicz M. Does Examining the Childhood Food Experiences Help to Better Understand Food Choices in Adulthood? *Nutrients*. 2021 Mar 18;13(3):983.
5. Ministère de la famille (Québec). Projet pilote en vue d'offrir des petits déjeuners aux enfants dans les services de garde éducatifs à l'enfance en milieu défavorisé : rapport d'évaluation / équipe de réalisation, André Caron, Jean-Nickolas Dumaine, Julie Gravel, Karine Dumais, Marie- Josée Lapratte, Claudine Dessureault, Sandra D'Aout, Isabelle Ross. Québec (Province), 2021, 57 pages.
6. Ministry of Children, Community and Social Services. (2018). Ontario's Student Nutrition Program guidelines (2018 edition) [PDF]. Ministry of Children, Community and Social Services.
7. Ovenell M, Da Silva MA, Elgar FJ. Shielding children from food insecurity and its association with mental health and well-being in Canadian households [published online ahead of print, 2022 Jan 13]. *Can J Public Health*. 2022.
8. Ruetz, A., Edwards, G., & Zhang, F. (2023). The Economic Rationale for Investing in School Meal Program for Canada: multi-sectoral impacts from comparable high-income countries. A Report Prepared by Ruetz Consulting for the Government of Canada, Funded by the Arrell Family Foundation.
9. The Education Commission. (Avril 2023). What Works: School Meals Programs [Note technique]. The Education Commission.

Annexe I - Rapport du projet pilote en SGEE

Projet pilote en vue d'offrir des petits déjeuners dans les services de garde éducatifs à l'enfance en milieu défavorisé

7. Effets perçus du projet pilote chez les enfants, les parents et les services de garde

7.1 Changements dans les habitudes alimentaires chez les enfants

La fréquentation des petits déjeuners a eu un effet sur les habitudes alimentaires à la maison relativement aux petits déjeuners. Ainsi, avant leur participation au projet pilote des petits déjeuners, 55,5 % des parents (n = 66) soutenaient que leurs enfants déjeunaient toujours à la maison, qu'ils fréquentent ou non le SGEE. La proportion d'enfants déjeunant toujours à la maison lorsqu'ils ne sont pas au SGEE est passée à 79,8 % à la suite du déploiement du service, soit une augmentation de 24,3 %. On peut donc supposer que la participation au projet pilote a incité plusieurs enfants à s'habituer à prendre un petit déjeuner. On remarque également une importante baisse, de 18,5 % (n = 22) à 2,5 % (n = 3), dans la proportion des parents affirmant que leur enfant déjeunait « rarement » ou « jamais » à la maison lorsqu'il n'était pas au SGEE depuis leur participation aux petits déjeuners.

Tableau 19 : Changements dans les habitudes alimentaires à la maison avant et après la participation aux petits déjeuners

	Avant la participation aux petits déjeuners		Depuis la participation aux petits déjeuners	
	Fréquence	Pourcentage	Fréquence	Pourcentage
Toujours	66	55,5 %	95	79,8 %
La plupart du temps	30	25,2 %	20	16,8 %
Rarement	20	16,8 %	3	2,5 %
Jamais	2	1,7 %	0	
Ne sais pas	1	8 %	0	
Je préfère ne pas répondre			1	0,8 %
Total	119	100,0 %	119	100,0 %

Source : Données provenant du sondage Web auprès des parents.

La fréquence de consommation d'aliments nutritifs à la maison a aussi connu des changements. La proportion des enfants qui consomment des fruits et des légumes toujours ou la plupart du temps à la maison a augmenté de 5,5 % depuis que ces derniers participent aux petits déjeuners. De plus, leur consommation d'aliments à grains entiers s'est accrue de 7,2 %, et leur consommation d'aliments protéinés, de 8,8 %.

Projet pilote en vue d'offrir des petits déjeuners dans les services de garde éducatifs à l'enfance en milieu défavorisé

Tableau 20 : Changements dans les habitudes de consommation d'aliments avant et après la participation aux petits déjeuners (n = 119)

Aliments consommés à la maison	Avant la participation aux petits déjeuners		Depuis la participation aux petits déjeuners		Écart
	Toujours / La plupart du temps	Rarement / Jamais	Toujours / La plupart du temps	Rarement / Jamais	
Des fruits et des légumes	71,6 %	28,4 %	77,1 %	22,9 %	5,5 %
Des aliments à grains entiers (ex. : pain de grains entiers, gruau, muffin de blé entier)	76,7 %	23,2 %	83,9 %	16,1 %	7,2 %
Des aliments protéinés (ex. : œufs, beurre de soya, d'arachides ou de noix, lait, fromage, yogourt)	80,2 %	19,8 %	89,0 %	11,0 %	8,8 %

Source : Données provenant du sondage Web auprès des parents.

Par contre, le profil de consommation d'eau, de lait et de jus à la maison s'est très peu modifié depuis la participation des enfants aux petits déjeuners. La consommation déclarée d'eau et de lait à la maison a baissé respectivement de 5,5 % et de 0,7 %, alors que la consommation déclarée de jus a augmenté de 0,3 %.

Tableau 21 : Consommation d'eau, de lait et de jus avant et après la participation aux petits déjeuners (n = 119)

Brevages consommés à la maison	Avant la participation aux petits déjeuners		Depuis la participation aux petits déjeuners		Écart
	Toujours / La plupart du temps	Rarement / Jamais	Toujours / La plupart du temps	Rarement / Jamais	
De l'eau	75,0 %	25,0 %	69,5 %	30,5 %	-5,5 %
Du lait	90,5 %	7,8 %	89,8 %	9,3 %	-0,7 %
Du jus	29,3 %	69,9 %	29,6 %	69,5 %	0,3 %

Source : Données provenant du sondage Web auprès des parents.

7.2 Changements dans les attitudes et les comportements

Il a été demandé aux responsables de SGEE, aux éducatrices et aux parents de nous indiquer dans quelle mesure ils avaient observé des changements dans les attitudes et les comportements des enfants participant aux petits déjeuners.

Les responsables de SGEE ont mentionné l'effet positif qu'avait le fait de déjeuner le matin sur l'amélioration de l'humeur des enfants. Les éducatrices et les parents ont observé en grande majorité le même effet positif. En effet, c'est 100,0 % des éducatrices (n = 32) et 86,5 % des parents (n = 32) qui ont observé des changements dans le comportement des enfants et noté une amélioration de leur humeur.

La participation aux activités éducatives du SGEE a également été mentionnée comme un changement notable chez les enfants : 93,8 % des éducatrices (n = 35). Ce constat est aussi partagé par les responsables de SGEE.

Les parents (96,9 %, n = 36) et les éducatrices (86,5 %, n = 28) ont également mentionné que les enfants avaient plus d'énergie depuis qu'ils participaient aux petits déjeuners. Ces dernières ont également remarqué (78,4 %, n = 29) que les enfants ne se plaignaient plus d'avoir faim le matin, ce qu'un bon nombre d'entre elles entendaient avant.

En somme, la diversité de l'alimentation servie aux petits déjeuners incite les enfants à vouloir essayer de nouveaux aliments. C'est du moins ce que certains responsables de SGEE ont pu observer, ce qui est également corroboré par 73,0 % des parents (n = 27).

7.3 Bénéfices additionnels observés chez les enfants participant aux petits déjeuners

Les éducatrices étant bien placées pour observer les changements et les bénéfices qu'apportent les petits déjeuners aux enfants, on leur a demandé d'indiquer leur degré d'accord sur divers éléments énumérés dans le tableau ci-dessous.

Tableau 22 : Changements et bénéfices observés par les éducatrices chez les enfants participant aux petits déjeuners (n = 47)

	Pourcentage
Les enfants sont plus calmes après le déjeuner	90,0 %
Les enfants démontrent plus d'autonomie	84,4 %
Les enfants interagissent davantage entre eux	78,0 %
Les enfants bénéficient d'un apport nutritionnel plus varié	73,8 %
Les enfants sont plus sensibilisés à l'importance d'une bonne alimentation	35,0 %
Les enfants développent un sentiment de sécurité et de confiance plus important envers les adultes du SGEE	28,0 %

Source : Données provenant du sondage Web auprès des éducatrices.

Les deux éléments qui ont été le plus souvent notés par les éducatrices sont le fait que les enfants sont plus calmes après le déjeuner et que ces derniers démontrent plus d'autonomie. L'aspect social des petits déjeuners est également ressorti, le petit déjeuner étant l'occasion d'interagir avec les autres enfants. Par contre, les éducatrices considèrent dans une moindre proportion que les enfants sont sensibilisés à l'importance d'une bonne alimentation (35,0 %, n = 13).

7.4 Effets perçus par les SGEE et par les parents

Au cours de la collecte de données, les gestionnaires de SGEE et les éducatrices ont discuté des effets perçus du projet pilote sur le déroulement des activités ainsi que ses incidences sur le travail des éducatrices.

7.4.1 Effets sur le déroulement des activités des éducatrices

Les gestionnaires ont été questionnés sur les incidences possibles de la mise en place d'un service de petit déjeuner sur le travail des éducatrices ainsi que sur les modifications apportées à leurs installations.

Dix gestionnaires de SGEE affirment que la participation au projet n'a pas eu d'incidence sur le travail des éducatrices. Amenées à préciser, des répondantes ont mentionné que le principal changement concernant la charge de travail était la modification des tâches des éducatrices (2 mentions).

Sur le même sujet, plus de la moitié des éducatrices interrogées (54,2 %, n = 26) ont constaté des effets sur leur horaire de travail et le déroulement de leurs activités. Le tableau suivant indique le degré d'accord des éducatrices selon les effets remarqués.

Tableau 23 : Degré d'accord des éducatrices selon les effets remarqués sur le déroulement de l'horaire de travail et le déroulement de leurs activités (n = 26)

EFFETS OBSERVÉS	OUI	NON
L'accueil du matin a été réorganisé	61,50 %	38,50 %
Le petit déjeuner est servi en même temps que la collation en matinée	57,70 %	42,30 %
La durée de l'ensemble des activités en matinée est prolongée	23,10 %	76,90 %
L'horaire de la collation du matin a été décalé	23,10 %	76,90 %
L'heure du dîner a été décalée	15,40 %	84,60 %
Certaines activités ont été retirées de l'horaire	0,00 %	100,00 %

Source : Données issues du sondage Web auprès des éducatrices.

Les principaux changements observés chez les éducatrices sont la réorganisation de l'accueil du matin (61,5 %, n = 16) et le fait que « les petits déjeuners sont servis en même temps que la collation en matinée » (57,5 %, n = 15). Selon les propos recueillis, aucune activité n'a été retirée de l'horaire.

7.4.2 Effets perçus sur les parents

La participation des enfants aux petits déjeuners a aussi eu des répercussions sur les parents. En effet, 25,0 % (n = 34) d'entre eux ont affirmé avoir connu des changements concernant l'alimentation à la maison et la gestion de leur temps.

Projet pilote en vue d'offrir des petits déjeuners dans les services de garde éducatifs à l'enfance en milieu défavorisé

Tableau 24 : Effets du petit déjeuner sur l'alimentation à la maison et la gestion du temps des parents (n = 34)

CHANGEMENTS OBSERVÉS	TRÈS EN ACCORD	PLUTÔT EN ACCORD	PLUTÔT EN DÉSACCORD	TRÈS EN DÉSACCORD	JE NE SAIS PAS
J'essaie de nouveaux aliments	41,2 %	47,1 %	8,8 %	0,0 %	2,9 %
J'essaie de nouvelles recettes	38,2 %	44,1 %	14,7 %	0,0 %	2,9 %
Le petit déjeuner me permet d'accorder plus de temps à d'autres occupations	58,8 %	29,4 %	8,8 %	0,0 %	2,9 %
J'ai plus de temps pour m'occuper de mon ou de mes enfants le matin	70,6 %	17,6 %	8,8 %	2,9 %	0,0 %

Source : Données issues du sondage Web auprès des parents.

Le changement le plus souvent souligné par les parents concerne la gestion du temps, le matin en particulier. Selon 70,6 % (n = 24) des parents, le fait que leur enfant déjeune au SGEE leur laisse plus de temps le matin pour s'occuper d'eux. Dans une moindre mesure, 58,8 % (n = 20) des parents affirment que les petits déjeuners leur permettent d'accorder plus de temps à d'autres occupations.

Les parents ont mentionné également des changements à leur routine alimentaire depuis que leur enfant participe aux petits déjeuners. En effet, 41,2 % (n = 14) d'entre eux essaient de nouveaux aliments, alors que 38,2 % (n = 13) essaient de nouvelles recettes.

Annexe II - Résultats du sondage Club sur les impacts de l'alimentation scolaire en SGEE

En juin 2024, nous avons sondé les services de garde éducatifs à l'enfance, afin d'évaluer les impacts des programmes sur les enfants, leurs familles et les milieux de garde, ainsi que la qualité de notre accompagnement. Ce sont 27 services de garde éducatifs à l'enfance sur 34 qui ont complété le sondage cette année.

Impacts observés par thème

Le club a demandé aux milieux de garde dans quelle mesure certains impacts de leur programme avaient été observés dans des domaines bien précis.

Capacités d'apprentissage	
Meilleure concentration, attention, capacité d'écoute et de compréhension des consignes / Plus disponible pour l'apprentissage et pour le jeu	59%
Éducation nutritionnelle et développement des compétences alimentaires	37%
Plus d'énergie pour jouer et/ou participer aux activités motrices	19%
Soulagement de la faim	15%
Contribue au développement des habiletés sociales	11%

Habitudes alimentaires	
Ouverture à la découverte de nouveaux aliments / Développement des goûts	59%
Alimentation plus variée	44%
Meilleurs choix alimentaires au milieu de garde et/ou à la maison	26%
Consommation quotidienne de fruits et légumes	19%
Apprentissage et écoute des signaux de faim et de satiété	15%
Création d'un moment positif, calme et convivial autour du petit déjeuner	11%

Bien-être, humeur et comportement des enfants	
Meilleure humeur générale	37%
Amélioration du comportement / Adoption de comportements positifs ou nécessitant moins d'interventions du personnel	37%
Plus d'énergie et de motivation / Plus disposé aux activités	37%
Création d'un moment positif et apprécié des enfants / Engouement pour le petit déjeuner	26%
Favorise le développement des liens sociaux entre les enfants	19%
Facilite l'accueil des enfants / la transition maison-garderie	19%

L'organisation du travail des éducatrices	
Ajustement au niveau de la routine / Réorganiser la gestion du temps *	48%
Aucun impact sur l'organisation du travail des éducatrices	26%
Opportunité de créer un moment positif, calme et convivial autour du petit déjeuner	26%
Implication d'autres membres du personnel (préposé.es en alimentation, cuisinier(ère)s, etc.)	26%

* Tous les répondants précisent qu'ils ont trouvé des solutions ou mis en place des stratégies ayant permis d'intégrer le petit déjeuner à la routine et facilitant ainsi le bon déroulement du programme.

La routine familiale	
Allègement de la routine familiale (tranquillité d'esprit, moins de stress, moins de presse)	81%
Allègement du fardeau financier pour les familles	15%

Note : 75% des SGEE qui ont rapporté un allègement du fardeau financier pour les familles avaient aussi observé un allègement de la routine familiale.