

# PLANIFIEZ VOTRE PROGRAMME, UNE ÉTAPE À LA FOIS !



Implanter un **programme de petits déjeuners** dans votre service de garde éducatif à l'enfance (SGÉE) sera un projet mobilisateur pour votre établissement, et nous serons là pour vous accompagner lors des différentes étapes menant au tout premier petit déjeuner.

Vous trouverez ci-dessous **un aperçu de ce à quoi vous pouvez vous attendre** tout au long de ce processus (l'ordre peut varier en fonction de l'avancement des démarches).

☒ **DEMANDE DE SOUTIEN :** Remplissez et envoyez votre [demande de soutien](#) au Club des petits déjeuners, accompagnée de la résolution de votre conseil d'administration.

\*Une fois votre demande reçue, vous serez inscrit sur notre liste d'attente.

☒ **PREMIER CONTACT :** Un(e) coordonnateur(-trice) du Club vous contactera pour cerner votre réalité et vos besoins, ainsi que pour répondre à vos questions. Cette personne vous guidera dans les étapes d'implantation de votre programme et restera votre personne-ressource par la suite. Il s'écoulera en moyenne de 3 à 4 mois entre ce contact initial et le premier petit déjeuner.

☒ **CHOIX DE LA FORMULE DE PETITS DÉJEUNERS :** Votre coordonnateur(-trice) vous présentera les différents types de soutien et de modèles de service afin que vous puissiez déterminer la formule qui conviendra le mieux à votre SGÉE (voir les détails à la page 2).

☒ **LOCAL ET ÉQUIPEMENT :** Votre coordonnateur(-trice) évaluera avec vous l'équipement nécessaire au démarrage de votre programme de petits déjeuners. L'équipement sera commandé et livré directement à votre SGÉE après la signature de l'entente de partenariat.

☒ **ENTENTE DE PARTENARIAT :** L'entente de partenariat, qui définit les modalités régissant la relation entre le Club et le SGÉE, vous sera transmise électroniquement pour signature. L'entente doit être renouvelée annuellement.

☒ **LIVRAISON DES DENRÉES OU SOUTIEN FINANCIER :** La première livraison de nourriture ou l'envoi du premier versement suivra la signature de l'entente de partenariat. Si l'entente prévoit la livraison de produits, vous devrez mettre en place un système de réception et d'entreposage des denrées à votre SGÉE.

☒ **OUVERTURE OFFICIELLE :** Félicitations ! Votre programme de petits déjeuners est désormais en place, offrant ainsi aux enfants un accès quotidien à un petit déjeuner nutritif.

L'ensemble des outils et des ressources dont vous aurez besoin sont disponibles sur [le Coin des écoles](#), n'hésitez pas à les consulter !

# PLANIFIEZ VOTRE PROGRAMME, UNE ÉTAPE À LA FOIS !



## LE SOUTIEN ET LE MODÈLE DE SERVICE À PRIVILÉGIER SONT DÉTERMINÉS EN FONCTION DES FACTEURS SUIVANTS :

- L'accès aux installations nécessaires et l'espace disponible.
- L'heure d'arrivée des enfants.
- Le niveau d'implication du personnel pour la supervision, la préparation et le service.

## SOUTIENS POSSIBLES OFFERTS PAR LE CLUB

- **Soutien financier :** Le Club verse au SGÉE un montant par enfant par jour pour l'achat de nourriture destinée au petit déjeuner.
- **Soutien en denrées livrées :** Le Club propose trois choix de menus. Les aliments protéinés, les produits à grains entiers et les légumes et fruits sont livrés directement au SGÉE.
- **Soutien hybride :** Le Club verse au SGÉE un montant par enfant par jour pour l'achat de légumes et de fruits destinés au petit déjeuner. Les aliments protéinés et les produits à grains entiers sont fournis par le Club et livrés directement au SGÉE.
- **Soutien complémentaire :** La collation de fruits déjà offerte par le SGÉE est enrichie par l'ajout d'un aliment protéiné et d'un produit à grains entiers fournis par le Club, permettant ainsi d'offrir un petit déjeuner complet et équilibré. Cette option peut être offerte sous forme de denrées livrées ou de soutien financier.



## OPTION 1 SERVICE SUR UNE PLAGE HORAIRE FIXE

### PRÉPARATION ET SERVICE

- Les denrées sont préparées, puis placées sur une table de service ou distribuées sur un chariot. Les parents peuvent également passer par la cuisine avec leur enfant pour chercher le petit déjeuner et l'apporter au local.

### HORAIRE

- Les petits déjeuners sont servis dès l'ouverture du SGÉE, jusqu'à une heure prédéterminée.

### AVANTAGES

- Horaire connu des parents.
- Déjeuner servi dès l'arrivée des enfants.
- Temps de préparation et de service connu du personnel.
- Animation des déjeuners dans un contexte multiâge.
- Beau moment d'échange entre les enfants des différents groupes et les éducateur(-trices).

### DÉFIS POTENTIELS

- Les éducateur(-trices) sont souvent sollicité(es).
- Les enfants qui n'arrivent pas pendant la plage de service n'ont pas accès au petit déjeuner.
- Une personne doit arriver plus tôt pour préparer les petits déjeuners.

## OPTION 2 SERVICE EN CONTINU

### PRÉPARATION ET SERVICE

- Les denrées sont préparées, puis placées sur une table de service ou distribuées sur un chariot. Les enfants prennent leur petit déjeuner au moment qui leur convient.

### HORAIRE

- Les petits déjeuners sont servis dès l'ouverture du SGÉE, jusqu'à la fin de l'heure de la collation habituelle.

### AVANTAGES

- Respect du biorythme de l'enfant.
- Offre de la flexibilité selon l'heure d'arrivée des enfants.
- Période calme où l'enfant peut choisir de jouer ou de manger.
- Beau moment d'échange entre les enfants des différents groupes et les éducateur(-trices).

### DÉFIS POTENTIELS

- Un(e) membre du personnel doit être disponible pour la préparation et le service des déjeuners pendant toute la plage horaire.
- Un coin ou un local doit être réservé aux petits déjeuners durant toute la plage horaire.
- Il faut assurer un suivi des enfants qui ont déjeuné.

## OPTION 3 SERVICE EN COMPLÉMENTARITÉ

### PRÉPARATION ET SERVICE

Les denrées sont préparées, puis placées sur une table de service où les enfants mangent tous et toutes en même temps.

### HORAIRE

- Les petits déjeuners sont servis en remplacement de la collation habituelle, à la même heure.

### AVANTAGES

- Déjeuner servi à un seul moment.
- Repas complet offert à la place d'une collation.
- Ne requiert la disponibilité d'un(e) éducateur(-trice) que pendant un court laps de temps prédéterminé pour le service.
- Pas nécessaire d'arriver plus tôt pour préparer les petits déjeuners.
- Permet des échanges entre les enfants et l'éducateur(-trice).
- Possibilité d'apprentissages nutritionnels en déjeunant en groupe.

### DÉFIS POTENTIELS

- L'enfant qui arrive tôt n'a pas accès à un déjeuner à son arrivée.
- Le service du petit déjeuner peut déborder du temps habituellement prévu pour la collation.
- Un coin ou un local doit être réservé aux petits déjeuners durant toute la plage horaire.
- Il faut assurer un suivi des enfants qui ont déjeuné.

# PLANIFIEZ VOTRE PROGRAMME, UNE ÉTAPE À LA FOIS !



## VOICI QUELQUES BONNES PRATIQUES MISES EN PLACE DANS LES SERVICES DE GARDE AFIN D'ASSURER LE SUCCÈS DE LEUR PROGRAMME DE PETITS DÉJEUNERS

**Adapter l'horaire :** Ajuster le moment du service afin qu'un maximum d'enfants puissent en bénéficier tout en développant de bonnes habitudes alimentaires (prendre le temps de mastiquer, reconnaître les signaux de satiété, discuter de ce qu'ils et elles mangent, etc.).



**Établir une routine selon le milieu :** Offrir les petits déjeuners de manière progressive permet aux enfants qui arrivent plus tard (ou qui n'ont pas faim dès leur arrivée) de manger au moment qui leur convient.



**Prévoir un local distinct :** Servir les petits déjeuners dans un espace autre que celui réservé aux jeux afin de limiter les distractions et d'ainsi permettre aux enfants de se concentrer sur leur repas.



**Offrir des aliments faciles à transporter :** Garder sous la main des options faciles à transporter, pour les enfants qui arrivent en retard.



**Solliciter la collaboration des parents :** Inviter les parents à accompagner leur enfant à la cuisine pour choisir son déjeuner et transporter le cabaret jusqu'au local.



**Afficher un menu illustré et attrayant :** Mettre en valeur le programme de petits déjeuners avec un menu en images, visible et invitant, afin d'encourager les familles à arriver plus tôt pour en profiter.



**Favoriser la participation familiale :** Susciter la participation des parents ou des grands-parents lors d'activités spéciales, par exemple en les invitant à venir déjeuner avec les enfants ou en proposant des menus thématiques (du genre « les saveurs du monde »).



**Prévoir des petits déjeuners à l'extérieur :** Durant l'été, organiser des rotations pour que les groupes puissent déjeuner dehors à tour de rôle.



**Nommer une personne responsable :** Désigner une personne pour la préparation et le service du déjeuner. Si possible, augmenter les heures de travail de la cuisinière ou du cuisinier, ou de la personne préposée à la cuisine.

