

UNE RECETTE QUI FAVORISE L'ENGAGEMENT DES ÉLÈVES



Un programme de petits déjeuners réussi va bien au-delà de ce qu'il y a dans l'assiette. C'est une invitation quotidienne lancée aux élèves à participer, à créer des liens et à développer un sentiment d'appartenance. Nous avons constaté à maintes reprises que **les programmes de petits déjeuners qui accordent une place centrale à la voix des élèves peuvent éliminer la stigmatisation, stimuler la participation et renforcer l'esprit de communauté à l'école.** Lorsque les jeunes se sentent acteurs du programme plutôt que simples bénéficiaires, c'est tout le programme qui se transforme – tout comme la matinée elle-même.

Le Club des petits déjeuners a défini **quatre principes clés en matière d'engagement des élèves** afin d'aider les écoles à mettre en place des programmes où chaque élève se sent pris en compte, valorisé et impatient de commencer sa journée.

LES QUATRE PRINCIPES DE L'ENGAGEMENT DES ÉLÈVES :

- Laisser les élèves assumer le leadership
- Échanger et collaborer
- Favoriser le partage des connaissances
- Susciter la joie et le sentiment d'appartenance



Laisser les élèves assumer le leadership

Lorsque les élèves d'une classe ou une équipe de bénévoles étudiants prennent en charge le programme de petits déjeuners, ils acquièrent une expérience concrète en organisation, en travail d'équipe, en service à la communauté et renforcent leur confiance en eux ainsi que leur sens des responsabilités, le tout grâce au soutien constant des adultes qui les entourent.

Comment intégrer le leadership chez les élèves

- Invitez les élèves à se prononcer sur les menus (choix d'aliments, recettes, fréquence) en utilisant notre [boîte à outils de planification des menus](#), nos [lignes directrices nutritionnelles](#) et notre « [Échangez ceci par cela](#) ».
- Les élèves peuvent établir des horaires et se répartir les responsabilités.
- Les élèves peuvent planifier la promotion de leur programme de petits déjeuners : annonces du matin, mises à jour dans les bulletins d'information, affiches et signalisation.
- Ensemble, les élèves peuvent se fixer des objectifs [environnementaux](#) dans le cadre de leur programme de petits déjeuners et y intégrer du recyclage, du compostage et la réduction du gaspillage alimentaire.

Échanger et collaborer



Un programme de petits déjeuners qui rassemble élèves et adultes de divers milieux permet de faire tomber les barrières et de tisser des liens. Lorsque les élèves participent activement, le programme devient le reflet de leur communauté : inclusif, collaboratif et ancré dans un esprit de générosité.

Comment intégrer l'échange et la collaboration

- Mobiliser les élèves grâce à un programme de mentorat dans lequel les élèves plus âgés forment activement les plus jeunes afin qu'ils prennent la relève d'année en année, créant ainsi un cycle de mentorat continu et autonome, qui garantit que le programme reste toujours sur la bonne voie. Cela peut se faire entre différentes classes, différents niveaux scolaires ou différents groupes d'élèves.
- Demandez aux élèves d'organiser des journées thématiques qui mettent en valeur la culture et la communauté de l'école.
- Invitez, dans la mesure du possible, les familles, les aînés, les membres de la collectivité ou les partenaires locaux à participer à des petits déjeuners spéciaux ou à intégrer l'équipe de bénévoles réguliers aux côtés des élèves.
- Collaborez avec d'autres groupes scolaires pour enrichir le programme de petits déjeuners : les groupes d'arts pour mettre en page le menu, le comité vert pour contribuer à rendre le programme plus durable sur le plan environnemental, la radio étudiante pour aider à faire connaître le programme, etc.
- Encouragez les élèves à reconnaître et à remercier leurs camarades, le personnel et les bénévoles de la communauté qui appuient le programme.

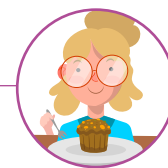
Favoriser le partage des connaissances



Un programme de petits déjeuners est à son meilleur lorsque chacun y apporte son expérience. Le partage des connaissances entre les élèves, l'équipe-école et les bénévoles favorise une culture de curiosité, d'ouverture, et crée un programme mieux outillé pour évoluer et relever les défis au fil du temps.

Comment intégrer le partage des connaissances

- Encouragez la planification des menus à l'aide de recettes et aliments variées — par exemple, en y intégrant des recettes culturelles provenant des parents et des familles, en mettant en valeur [les aliments de saison et locaux](#), en proposant une variété de sources de [protéines](#) et en tenant compte des allergènes et des restrictions alimentaires (ex : [lactose](#)).
- Renseignez-vous sur les règles d'hygiène et de salubrité liées à l'alimentation grâce à un encadrement et à des ateliers de formation.
- Enseignez aux élèves des compétences utiles dans la vie quotidienne, telles que la planification, la gestion budgétaire, la logistique et la gestion du temps.
- Invitez des « chefs » à partager leurs connaissances qui inspireront le programme – exemples : membres de la famille, partenaires locaux et communautaires, agriculteurs(-trices), etc.
- Organisez des ateliers sur la nutrition par l'entremise de votre centre de services scolaire.



Susciter la joie et le sentiment d'appartenance

La joie et le sentiment d'appartenance sont contagieux! Lorsque le programme de petits déjeuners reflète la riche diversité de sa communauté, il devient un lieu où chaque matin est accueillant, joyeux et sécuritaire pour tous.

Comment intégrer la joie et le sentiment d'appartenance

- Adoptez une politique « ouvert à tous » afin de faire valoir la diversité des points de vue, des expériences et des cultures qui caractérisent l'ensemble de la population étudiante.
- Célébrez les contributions des élèves en leur remettant des certificats lors des assemblées, dans le cadre des annonces quotidiennes ou lors d'événements de reconnaissance.
- Créez des moments de spontanéité qui dynamisent le programme à l'échelle de l'école : des kiosques éphémères du Club des petits déjeuners, des votes sur des idées de menu pour le programme de petits déjeuners, des journées thématiques et [des célébrations ludiques](#).

N'hésitez pas à consulter le [Coin des écoles](#)
pour d'autres idées et ressources !