

Se questionner, s'outiller et passer à l'action.

Introduction à propos des ateliers de mises en situation



ASSOCIATION
QUÉBÉCOISE DE LA
GARDE SCOLAIRE

PRÉALABLE

Avoir suivi la formation *Ensemble pour des repas conviviaux* avec une formatrice ou avoir visionné la formation autoportante *Je goûte, j'apprends!* en ligne.

Pour en savoir davantage sur les formations : cliquez [ici](#)

À noter que la formation autoportante peut servir à rafraîchir les notions pour ceux et celles qui ont participé à la formation il y a plusieurs années. Elle peut aussi servir à sensibiliser le personnel du service des dîneurs et autres membres de l'équipe-école à l'impact que peuvent avoir leurs interventions sur l'alimentation des élèves.

OBJECTIF

Renforcer les interventions éducatives à privilégier concernant l'alimentation à l'école, plus spécifiquement, favoriser la création de contextes de repas agréables et positifs.

QUI DEVRAIT ANIMER LES ATELIERS?

Le personnel technicien du service de garde et idéalement avec la diététiste-nutritionniste qui offre la formation *Ensemble pour des repas conviviaux*.

- N'hésitez pas à faire appel à la direction de l'école et au porteur de dossier des services de garde du Centre de services scolaire pour vous soutenir dans votre démarche.

POURQUOI?

Pour être en cohérence avec les principes du cadre de référence *Ensemble! Pour un service de garde scolaire qui favorise le plein potentiel de l'élève* :

- Vous avez à cœur la santé et le bien-être des élèves et souhaitez fournir un environnement sécuritaire, positif et bienveillant.
- Vous souhaitez outiller le personnel éducateur à organiser des expériences d'apprentissages favorisant le développement global des élèves.
- Vous souhaitez que la relation entre le personnel éducateur et les élèves soit positive, sécurisante et constructive.

COMMENT?

- Choisir les mises en situation appropriées et pertinentes dans votre milieu, selon les interventions à consolider avec le personnel éducateur.
 - Pour vous aider à identifier les situations problématiques à travailler, deux outils sont disponibles. Vous les retrouverez en annexe.
 - 1 - Se questionner sur nos interventions lors des repas et des collations.
 - 2 - Analyser la situation quant à l'alimentation à l'école.
- Vous pouvez les utiliser séparément, vous en inspirer pour animer un échange d'équipe ou demander au personnel de les remplir individuellement et de vous les remettre.
- Identifier les meilleurs moments pour animer ces ateliers de mises en situation, par exemple en les incluant dans votre planification de rencontres d'équipe du service de garde.
 - Pensez à inclure les surveillants.tes du dîner, la direction d'école et tout autre membre de l'équipe-école qui pourraient en bénéficier et soutenir la démarche.

Voici maintenant la liste des ateliers de mises en situation pouvant être abordés en équipe et permettant d'animer des échanges. Après avoir sélectionné les mises en situation, consulter le guide d'animation et les fiches de l'atelier (fiche d'animation et fiche technique des bonnes pratiques).

- Présence d'aliments hautement transformés dans la boîte à lunch
- Insécurité alimentaire
- Particularités alimentaires et religion (ramadan)
- Particularités alimentaires et religion (restrictions alimentaires)
- Particularités alimentaires (végétarisme)
- Manque d'appétit ou mange très peu en raison d'une prise d'un médicament
- Manque d'ouverture à goûter/peu de variété alimentaire dans la boîte à lunch
- Intimidation et moqueries sur le poids et l'apparence
- Insatisfaction à l'égard de son image corporelle
- Compulsion alimentaire
- Manque d'appétit/mange très peu (boisson pendant le repas)



ANNEXE

OUTILS POUR FAVORISER LES ÉCHANGES ET LE CHOIX DES MISES EN SITUATION

OUTIL 1 - SE QUESTIONNER SUR NOS INTERVENTIONS

Identifier les interventions qui correspondent aux pratiques du personnel éducateur et surveillant du dîner de votre école.

- **Le personnel a une intervention de style démocratique.**
- **Lors des repas et des ateliers culinaires, la relation entre le personnel éducateur et les élèves est positive, sécurisante et constructive.**
- **Le personnel partage une vision positive de l'alimentation et de la diversité corporelle.**

	Très présent	Peu ou pas présent
Encourager les élèves à respecter leurs signaux de faim et de satiété, tout en les laissant décider des quantités mangées.		
Présenter les aliments comme source de carburant pour avoir de l'énergie et favoriser la croissance.		
Mettre de l'avant les concepts d'équilibre et de variété lorsqu'on parle des aliments.		
Mentionner que tous les aliments ont leur place, tout en priorisant les aliments de bonne valeur nutritive.		
Respecter le rythme des élèves à goûter et à découvrir de nouveaux aliments.		
Créer un climat de respect qui favorise l'acceptation de la diversité corporelle.		
Les moqueries entre élèves à propos de l'apparence ou du poids sont non tolérées et prises en charge.		
Renforcer le plaisir de manger en parlant positivement des aliments (ex. : Wow, ta pomme est croquante; hum, ton lunch sent bon; j'adore le quinoa moi aussi).		
Aviser les parents des interventions démocratiques utilisées par le personnel (ex. : règles de fonctionnement du service de garde, page Web de l'école).		

Constats :

- **Le personnel a une intervention de style autoritaire.**
- **Le personnel partage une vision restrictive des aliments où ceux-ci sont considérés comme permis ou interdits.**
- **Lors des repas, des collations et des ateliers culinaires, la relation entre le personnel éducateur et les élèves peut être tendue.**

	Très présent	Peu ou pas présent
Contrôler la quantité mangée par l'élève (ex. : encore 2 bouchées, au moins la moitié).		
Féliciter un élève pour les quantités qu'il a mangées (ex. : Bravo, tu as tout mangé/mangé la moitié de ton lunch).		
Certains aliments sont interdits dans la boîte à lunch au dîner en raison de leur faible valeur nutritive (ex. : chocolat, bonbons, croustilles, boissons gazeuses).		
Utiliser des aliments pour récompenser le bon comportement des élèves pendant le dîner (par exemple, pour avoir participé à une tâche, pour avoir été calme, pour avoir rangé).		
Demander aux élèves de débiter par leur repas principal avant de manger leur dessert.		
Mentionner que le gras, le sucre et le sel dans les aliments n'est pas bon pour la santé.		
Utiliser les termes bons ou mauvais pour qualifier les aliments.		
Lorsqu'un élève dit ne pas vouloir goûter ou manger un aliment, le personnel met de la pression à goûter ou à manger une petite quantité.		
Parler de régime devant les élèves ou associer certains aliments avec le contrôle du poids.		
Dire des commentaires sur son propre poids devant les élèves.		

Constats :

ANNEXE

OUTILS POUR FAVORISER LES ÉCHANGES ET LE CHOIX DES MISES EN SITUATION

OUTIL 2 - ANALYSE DE LA SITUATION QUANT À L'ALIMENTATION À L'ÉCOLE

Les tensions, conflits ou difficultés observés lors des périodes de repas à l'école.

Vécus par les élèves

Vécus par le personnel éducateur et surveillant

Vécus par les parents

Les défis liés à l'alimentation à l'école (collations, ateliers culinaires, événements, etc.).

Les actions à prioriser.

Quels sont les besoins à combler au regard des bonnes pratiques et des stratégies d'interventions du personnel quant à l'alimentation à l'école ?

Si vous sentez que les enjeux sont importants et qu'ils concernent d'autres acteurs de l'équipe-école, n'hésitez pas à faire appel à la diététiste-nutritionniste qui a offert la formation et à en parler à la direction de votre école.