

L'alimentation et la nutrition au sein des programmes d'apprentissage et de garde des jeunes enfants

Les normes en matière d'alimentation et de nutrition du ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance continueront de favoriser l'accès aux aliments nutritifs au sein de milieux alimentaires accueillants, sensibles aux besoins et inclusifs pour les enfants participant aux programmes d'apprentissage et de garde des jeunes enfants.

En quoi les modifications apportées aux normes en matière d'alimentation et de nutrition aident-elles mon enfant?

Les normes en matière d'alimentation et de nutrition ont été mises à jour afin d'être conformes aux données les plus récentes sur comment favoriser le développement et la croissance sains chez les jeunes enfants.

Les aliments et les boissons servis seront conformes à la version actuelle du Guide alimentaire canadien.

Les normes mises à jour offrent des conseils supplémentaires sur les possibilités d'intégrer les traditions et les aliments culturels au sein des milieux d'apprentissage et de garde des jeunes enfants.

Pourquoi les normes en matière d'alimentation et de nutrition sont-elles importantes?

Les premières expériences avec les aliments et aux heures de repas sont importantes parce qu'elles peuvent façonner à long terme les comportements d'alimentation, les préférences alimentaires et les sentiments envers la nourriture des enfants, ainsi que leurs sentiments concernant leurs corps.

Les normes aident les prestataires et le personnel de la petite enfance à offrir une variété d'aliments sains et appropriés sur le plan culturel et à créer des milieux alimentaires sensibles aux besoins qui encouragent des habitudes d'alimentation saine dès un jeune âge et qui favorisent le développement des enfants.

Comment puis-je m'impliquer?

L'implication de la famille et la communication avec elle aident à créer des milieux alimentaires favorables et inclusifs au sein des programmes d'apprentissage et de garde des jeunes enfants. Lorsque les familles s'impliquent, elles peuvent transmettre des informations importantes au personnel de la petite enfance, notamment en partageant les plats culturels et les traditions alimentaires de la famille et en participant aux activités de partage ou d'apprentissage culturel.

Les familles peuvent aussi aider les enfants à établir des relations saines avec la nourriture en donnant l'exemple d'attitudes positives et sans jugement envers tout aliment servi dans les programmes d'apprentissage et de garde des jeunes enfants.

