

Pistes de réponses à des questions fréquemment posées

1. « Si l'enfant ne mange rien, on le laisse faire? »

A. D'abord, l'intervenante peut se demander : « Est-ce que la **quantité d'aliments que l'enfant mange** fait partie de mes responsabilités? ». La réponse est : « Non, c'est la responsabilité de l'enfant. »

B. Ensuite, elle adapte son intervention en fonction du **partage des responsabilités** :

- ✓ Questionner l'enfant sur les raisons qui font qu'il ne mange pas.
(ex. : *absence de faim, incapacité à ouvrir la bouteille isolante, ne dispose pas d'ustensiles, gêne à propos de l'odeur du repas, maladie, etc.*)
- ✓ Questionner l'enfant sur les signaux qu'il ressent dans son ventre.
(ex. : *sens-tu que ton ventre est vide?*)
- ✓ Encourager l'enfant à goûter aux aliments de son repas ou à un autre aliment de son sac-repas, sans lui mettre de pression.
(ex. : *Voudrais-tu goûter à un aliment de ton repas? Il a l'air appétissant!*)
- ✓ Écrire un mot à l'intention du parent pour qu'il sache qu'une intervention a eu lieu auprès de l'enfant, mais que celui-ci n'avait pas faim, par exemple.

2. « Si l'enfant a toujours le même repas, jour après jour, on ne fait rien? »

A. D'abord, l'intervenante peut se demander : « Est-ce que le **contenu du sac-repas** fait partie de mes responsabilités? ». La réponse est « Non, c'est la responsabilité des parents. »

- ✓ Il faut éviter de juger cette situation. Il peut y avoir plusieurs raisons qui expliquent pourquoi l'enfant a toujours le même repas, jour après jour. De plus, il s'agit d'un repas sur trois pour une journée, donc on ne connaît pas toute la situation.

B. Si, à plusieurs reprises, l'intervenante s'inquiète de la faible consommation d'aliments de l'enfant, elle peut s'informer auprès du parent.

C. Un feuillet d'information peut être remis aux parents pour les informer des pratiques que le service de garde privilégie au repas.

INFORMATION POUR LES PARENTS

Consulter le <http://cybersavoir.csdm.qc.ca/nutrition> (onglet contexte de repas) pour des outils et de l'information.

Pistes de réponses à des questions fréquemment posées (suite)

3. « L'enfant mange quelques bouchées de son repas et mange son dessert. Que dois-je faire? »

- A.** D'abord, l'intervenante peut se demander : « Est-ce que le **contenu du sac-repas** fait partie de mes responsabilités? ». La réponse est « Non, c'est la responsabilité des parents. »

Le dessert est souvent perçu comme un aliment sucré ou peu nutritif. Or, le dessert peut être un complément nutritif au repas, comme un fruit ou un yogourt.

- B.** Puisque ce n'est pas la responsabilité de l'intervenante de gérer l'ordre dans lequel l'enfant mange le contenu de son sac-repas, elle peut :
- Encourager l'enfant à goûter à son repas et lui expliquer que les aliments de son repas lui donneront plus d'énergie.
 - Toutefois, il faut éviter de demander à l'enfant de manger au moins la moitié de son sandwich, par exemple, pour avoir droit à son dessert. C'est la responsabilité de l'enfant de déterminer la quantité d'aliments qu'il mange. De plus, cela pourra donner plus d'importance au dessert, qui peut pourtant contribuer au repas (fruit, yogourt, muffin maison, etc.).
- C.** L'intervenante peut aussi aviser la technicienne ou le parent de la situation.

4. « Si l'enfant a des aliments peu nutritifs dans son repas, on ne fait rien? »

- A.** D'abord, l'intervenante peut se demander : « Est-ce que le **contenu du sac-repas** fait partie de mes responsabilités? ». La réponse est « Non, c'est la responsabilité des parents. »
- Il faut éviter de juger cette situation. Il peut y avoir plusieurs raisons qui expliquent pourquoi l'enfant a ces aliments dans son repas. De plus, il s'agit d'un repas sur trois pour une journée, donc on ne connaît pas toute la situation.
- B.** L'intervenante peut plutôt mettre l'accent sur les aliments nutritifs et colorés qui se trouvent dans les autres sacs-repas pour avoir un discours positif et mettre en valeur les aliments nutritifs. Elle peut aussi proposer à tous les enfants des activités pour promouvoir la saine alimentation (section 3 du présent guide).
- C.** Si, à plusieurs reprises, l'intervenante s'inquiète des aliments contenus dans le sac-repas de l'enfant, elle peut s'informer auprès du parent.
- D.** Un feuillet d'information peut être remis aux parents pour les informer des pratiques que le service de garde privilégie au repas.