



**Bienvenue au Club des
petits déjeuners!**



Vision

Un pays où tous les enfants ont un accès à une saine alimentation essentielle à leur réussite.

Mission

Nous travaillons avec des partenaires de tous les secteurs au déploiement d'un programme national d'alimentation solaire de qualité. Ensemble, nous créons un environnement bienveillant où tous les enfants et adolescents peuvent s'épanouir.





Longs trajets
en autobus



Routine du matin
précipitée



Manque
d'aliments sains



Manque
d'appétit



Activités
parascolaires



Urgences
familiales

Plus de raisons que l'on pense

Plusieurs raisons font qu'un enfant ne déjeune pas à la maison. À l'école, le programme est universel et accessible à tous les enfants.



« JEUNESTIME »

C'est souvent par de petits gestes quotidiens que l'on influence positivement la vie de ceux qui nous entourent. L'approche JeunEstime c'est une façon d'être et de faire avec les enfants. Pour les enfants qui déjeunent au club, votre accueil chaleureux leur permet de débiter la journée de façon positive.



Accueillir les enfants avec le sourire et les salutations d'usage.



Encourager les enfants à adopter des comportements pacifiques et respectueux entre eux.



Soutenir les enfants dans leurs démarches d'autonomie et leurs efforts.



Prendre le temps d'écouter les enfants lorsqu'ils ont des demandes, des suggestions ou des commentaires à formuler.



Être des modèles pour les enfants au niveau du code de vie, en tout temps montrer le bon exemple.



Respecter la confidentialité des informations sur les enfants, les bénévoles ou le personnel de l'école.



Règles du MAPAQ*

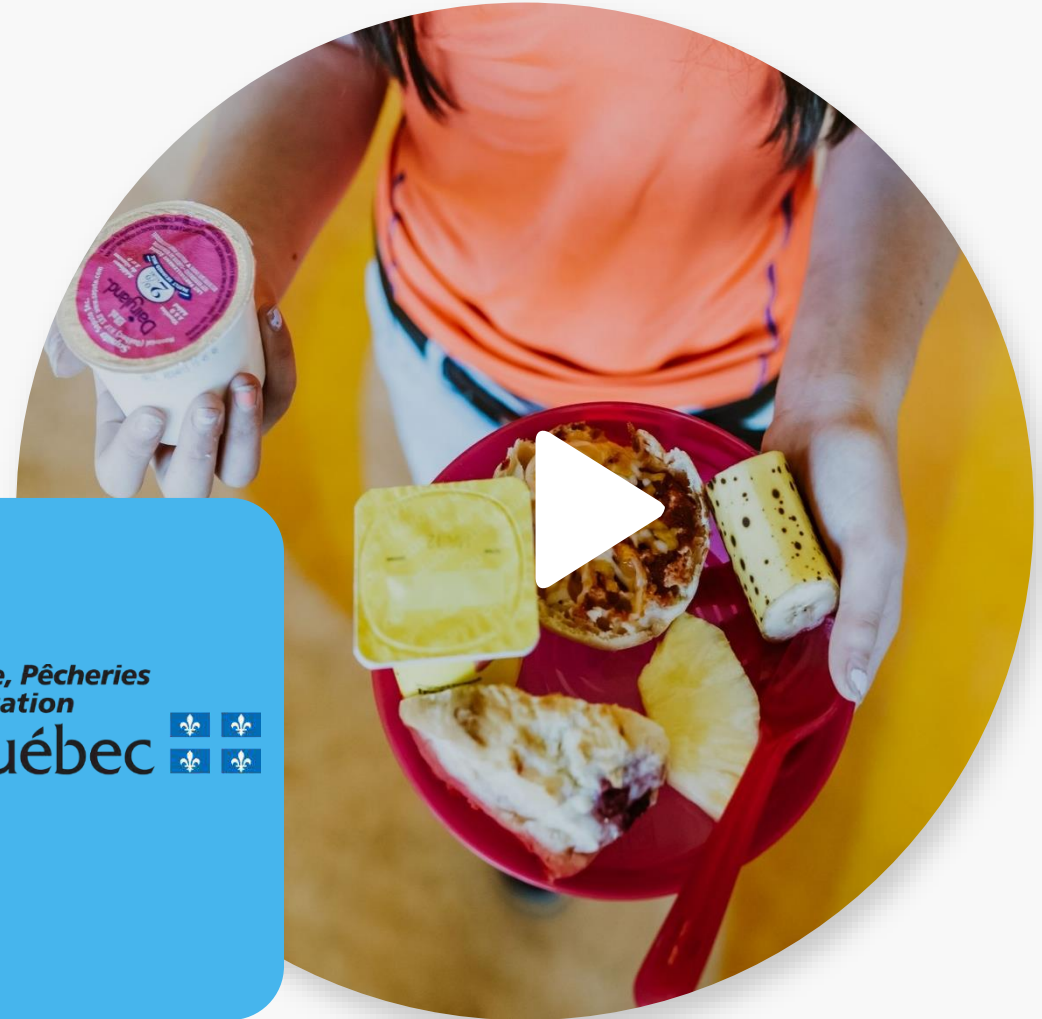
Santé et Hygiène

Prenez note de:

- ❖ Visite d'un inspecteur du MAPAQ
- ❖ [Vidéo MAPAQ](#)

Agriculture, Pêcheries
et Alimentation

Québec





Liste de contrôle au quotidien

*Applicable à tous les bénévoles

1

Enlevez vos bijoux

2

Mettez votre tablier
et votre filet à
cheveux

3

Lavez-vous les mains

Assurez-vous de le
faire chaque fois que
vous touchez une
nouvelle surface ou un
nouveau produit.

*Utilisez des gants
jetables seulement si
vous avez une coupure,
un pansement, un
vernis à ongles ou des
bijoux qui ne peuvent
pas être enlevés.

4

Suivre les règles
sanitaires
recommandées par
la MAPAQ.
Celles-ci vous
seront expliquées
lors de votre
premier matin.



Lignes Directrices Nutritionnelles



Le petit déjeuner doit comprendre les trois catégories d'aliment chaque jour.

Fruits et légumes pour les vitamines et minéraux essentiels.

Aliments protéinés pour aider à maintenir l'énergie.

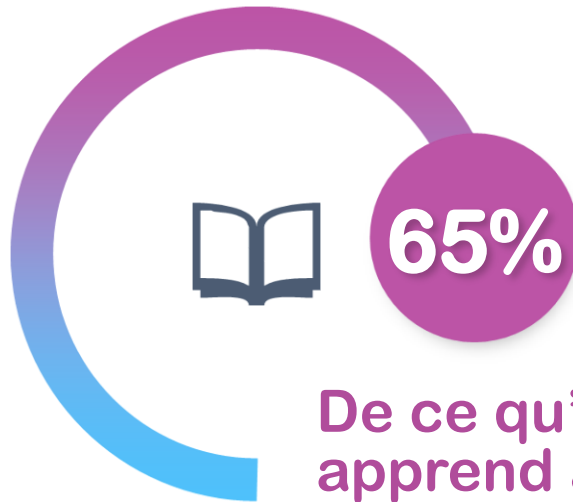
Grains entiers pour les fibres et pour garder leur ventre plein plus longtemps.

Et faites de l'eau votre boisson de choix!



Un facteur de changement significatif

Les programmes de petits déjeuners en milieu scolaire sont des plateformes à impacts multiples*



De ce qu'un enfant apprend à l'école est enseigné le matin.



Création d'une communauté scolaire bienveillante et inclusive



Amélioration des capacités d'apprentissage



Allègement du stress de la faim



Accès à une alimentation saine et variée



Meilleure assiduité et ponctualité



Amélioration des comportements



Engagement des élèves et le sentiment d'appartenance



Promotion d'une meilleure éducation nutritionnelle



Mobilisation de la communauté



Site internet

Accédez aux informations du Club [ICI](#)



Infolettre

Lisez les nouvelles [ICI](#)



Facebook des bénévoles

Voyez ce que les autres bénévoles en chef vont et obtenez de nouvelles idées [ICI](#)





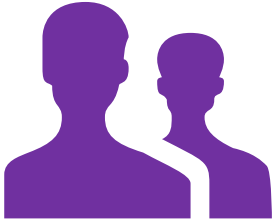
FICHE-ÉCOLE



École: _____

Adresse: _____

Téléphone: _____



Nom du bénévole en chef: _____

Numéro de téléphone et/ou cellulaire: _____

Informations générales sur le club

Heure d'arrivée du bénévole en chef: _____

Heure d'arrivée des bénévoles: _____

Début du service des déjeuners: _____

Début des classes: _____

Nombre d'élèves: _____

Emplacement des EpiPen et des fiches santé: _____

Joindre le calendrier scolaire.