

RÉFÉRENCES

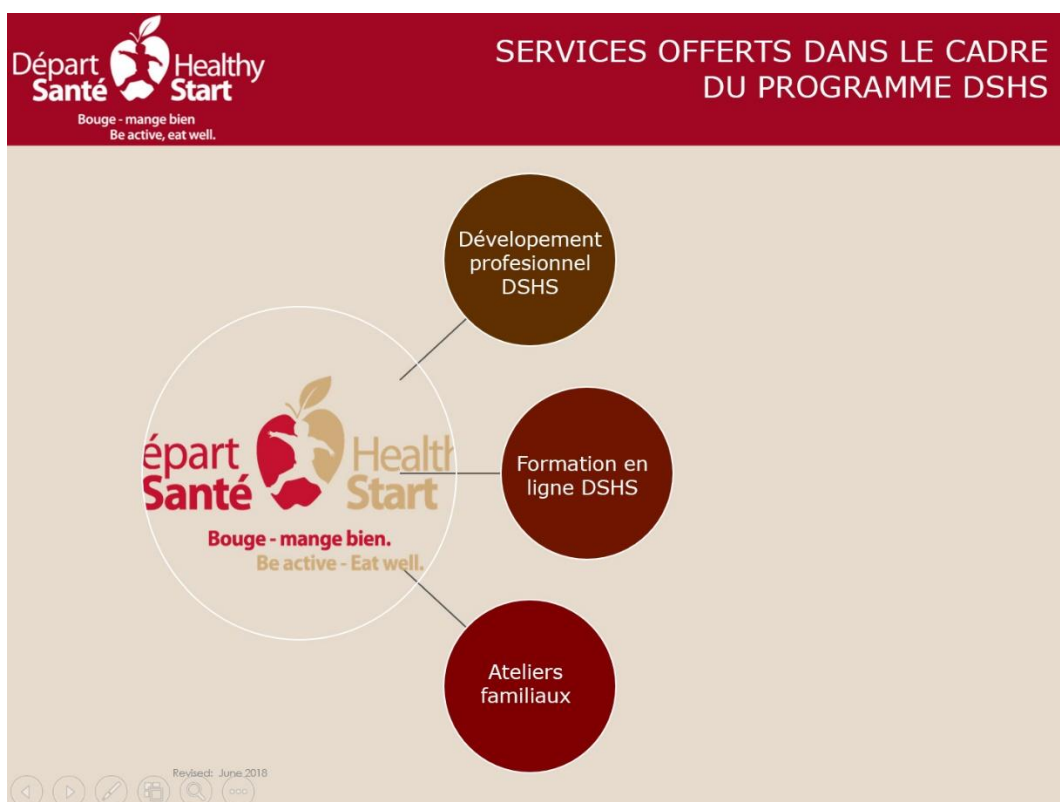
1. "CANADIAN 24-HOUR MOVEMENT GUIDELINES FOR THE EARLY YEARS (0-4 YEARS)." CSEP Guidelines. Accessed June 10, 2018. http://csepguidelines.ca/wp-content/themes/csep2017/pdf/PAR7972_24Hour_Guidelines_EY_En-4.pdf.
2. "Eat and Feed with Joy." Ellyn Satter Institute. Accessed June 10, 2018. <https://www.ellynsatterinstitute.org/>.
3. Brown, Kelsey, Novotna, Gabriela, and Muhajarine, Nazeem. *An Evaluation of the Healthy Start/Départ Santé (HSDS) Knowledge Development and Exchange (KDE) Strategy*. Report. Saskatchewan Population Health and Evaluation Research Unit (SPHERU), University of Saskatchewan. 18.
4. Brown, Kelsey et al. 12.
5. Ward, Stéphanie et al. "Promoting Physical Activity, Healthy Eating and Gross Motor Skills Development among Preschoolers Attending Childcare Centers: Process Evaluation of the Healthy Start-Départ Santé Intervention Using the RE-AIM Framework." *ELSEVIER* 68 (June 2018): 95.
6. Brown, Kelsey et al. 5.
7. Brown, Kelsey et al. 24.
8. Sari, Nazmi, Nazeem Muhajarine, and Amanda Froehlich Chow. "The Saskatchewan/New Brunswick Healthy Start-Départ Santé Intervention: Implementation Cost Estimates of a Physical Activity and Healthy Eating Intervention in Early Learning Centers." *BMC Health Services Research* (December 2017): 9-10.
9. Brown, Kelsey et al. 14, 18.
10. Li, J., and O'Connell, A. A. (2012). "Obesity, high-calorie food intake, and academic achievement trends among U.S. school children." *The Journal of Educational Research* 105, no. 6 (2012): 391-403.
11. *The association between school based physical activity, including physical education, and academic performance*. Report. Centers for Disease Control and Prevention, U.S. Department of Health and Human Services. Atlanta, GA (2010): 28.
12. Canada. Government of Saskatchewan. *Saskatchewan's Early Years Plan 2016 - 2020*. 5, 11.
13. Canada. Province of New Brunswick. *Everyone at their best... from the start: Early Learning and Child Care Action Plan*. 7.

ANNEXES AU LIVRE BLANC DE DSHS

Annexe 1 – ÉVOLUTION DU PROGRAMME ET DÉFINITION DU PROGRAMME

- 2006 - Le projet est fondé par une coalition de partenaires communautaires, du monde universitaire et du domaine de la santé en vue de proposer une nouvelle stratégie d'activités physiques et de saine alimentation chez les enfants d'âge préscolaire en Saskatchewan dans le cadre du programme *en mouvement* (anciennement l'Autorité régionale de santé de Saskatoon).
- 2011-2012 - Phase I : mise à l'essai d'une intervention bilingue initiale en matière de santé de la population visant à encourager davantage d'occasions d'être actifs et de manger sainement dans les milieux de la petite enfance. Cette initiative appelée Départ Santé / Healthy Start est subventionnée par la *Stratégie d'innovation : Atteinte du poids santé dans les collectivités du Canada*, de l'Agence de la santé publique du Canada.
- 2013-2017 - Phase II : mise en œuvre généralisée de l'initiative dans 250 centres de la petite enfance et garderies en Saskatchewan et expansion au Nouveau-Brunswick, subventionnée par la *Stratégie d'innovation : Atteinte du poids santé dans les collectivités du Canada*, de l'Agence de la santé publique du Canada ainsi que par le Fonds d'initiatives communautaires du gouvernement de la Saskatchewan.
- 2017-2020 - Phase III : intensification des activités de Départ Santé / Healthy Start pour la pérennité à long terme, avec des améliorations au programme, par exemple adaptation culturelle, planification de menus et formation en littératie physique; nouvelles composantes incluant programmation familiale et modules en ligne en français et en anglais. Financement assuré par la *Stratégie d'innovation : Atteinte du poids santé dans les collectivités du Canada*, de l'Agence de la santé publique du Canada ainsi que par le Fonds d'initiatives communautaires du gouvernement de la Saskatchewan.

Programme DSHS – Définition des services
<p>PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL DSHS (150 000-200 000 \$/année de prestation)</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Ateliers de formation offerts sur place dans les centres de la petite enfance et les programmes de prématernelle▪ Ateliers régionaux pour les services de garde en milieu familial▪ Ateliers de « renforcement » régionaux
<p>FORMATION EN LIGNE DSHS (20 000 \$/année de prestation)</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Atelier d'apprentissage électronique DESTINÉ aux centres de la petite enfance, les services de garde en milieu familial et les programmes de prématernelle▪ Suivi continu grâce à des webinaires et de courtes vidéos
<p>ATELIERS DSHS POUR LES FAMILLES (100 000 \$/année de prestation)</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Offerts directement dans les centres de la petite enfance ou en partenariat avec les centres de ressources familiales▪ Programmation adaptée, contenu et prestation fondés sur des données probantes, combinant les programmes Healthy Together© (ensemble, en santé) et les ressources familiales de GRANDIR^{MC}



Annexe 2 – PORTÉE EN SK ET AU N.-B. – IMPLANTATION DIRECTE DU PROGRAMME DSHS

Implantation directe du programme DSHS				
2013-2017	255 sites	8 367 enfants	1 776 membre du personnel	12 795 parents
Phase 2 Portée totale 22 976				
2017-2018**	103 sites	2 387 enfants	390 membres du personnel	3278 parents
Phase 3 Portée totale 7 208				
Sommaire des phases 2 et 3	358 sites	10 754 enfants	2 166 membres du personnel	16 073 parents
Total des phases 2 et 3 30 184				
<p><i>*Tous les sites – incluant les centres de la petite enfance, les services de garde en milieu familial, les programmes de prématernelle, les programmes d'aide préscolaire aux Autochtones (dans les réserves et hors réserve) et les centres de ressources familiales, en anglais et en français.</i></p> <p><i>*Tous les enfants – incluant les populations-cibles autochtones, francophones et néo-canadiennes.</i></p> <p><i>** Résultats préliminaires pour la phase 3 – 2017-2020; année 1 de 3 années d'implantation.</i></p>				

Annexe 3 – FUTURES STRATÉGIES ET POSSIBILITÉS DE PRESTATION POUR DSHS

Option de prestation	Gouvernance et gestion	Cadre juridique	Coûts annuels estimés
ONG Saskatchewan Saskatchewan Prevention Institute	Programme bilingue DSHS, fondé sur des données probantes sur la santé de la population Offre du perfectionnement professionnel aux professionnels de la petite enfance et un suivi permanent du programme. Inclut : ateliers en personne, suivi; distribution des ressources du programme; encadrement et promotion de la formation en ligne, webinaires (sessions de	Contrat de licence requis; aucuns coûts liés à la licence Propriété du programme : Reconnaître la contribution des fondateurs et la propriété intellectuelle, modalités de révision au	Coûts de prestation Ressources, déplacements Communications / Web Ressources humaines Rétribution des formateurs communautaires

Option de prestation	Gouvernance et gestion	Cadre juridique	Coûts annuels estimés
	<p>renforcement); ateliers destinés aux parents</p> <p>Besoins en ressources humaines :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deux postes de coordination à plein temps • Un poste à temps partiel de spécialiste de la communication (Web / médias sociaux) <p>Partenariats :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Réseau de formateurs communautaires • Réseau de centres de ressources familiales • Partenaires de la communauté travaillant dans le domaine de la petite enfance 	<p>programme indispensables pour maintenir son intégrité (p. ex. qu'il soit offert dans les deux langues officielles)</p>	<p>Approx.</p> <p>250 000-300 000 \$/an</p>
<p>ONG Nouveau-Brunswick</p> <p>Centres de ressources familiales/ Association Gymnastique Nouveau-Brunswick (partenaires actuels)</p>	<p>Partenariat communautaire Départ Santé pour Jeunes actifs</p> <p>Inclut : ateliers en personne, suivi; distribution des ressources du programme; promotion de la formation en ligne; hébergement de webinaires – CSAAP; coordination d'ateliers pour les parents</p> <p>Besoins en ressources humaines :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un poste de coordination à plein temps • Un poste de soutien au spécialiste de la communication (Web / médias sociaux) <p>Partenariats :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Réseau de formateurs communautaires • Centres de ressources familiales du N.-B. • En partenariat avec la Direction du mieux-être du ministère du Développement social du Nouveau-Brunswick et l'Association Gymnastique Nouveau-Brunswick • MACS-NB / CSAAP 	<p>Contrat de licence requis; aucuns coûts liés à la licence</p> <p>Propriété du programme : Reconnaître la contribution des fondateurs et la propriété intellectuelle, modalités de révision au programme indispensables pour maintenir son intégrité (p. ex. qu'il soit offert dans les deux langues officielles)</p>	<p>Contribution de Développement social 45 000 \$/an</p> <p>Approx. 150 000 \$/an</p>

Option de prestation	Gouvernance et gestion	Cadre juridique	Coûts annuels estimés
<p>Éducation de la petite enfance</p> <p>Gouvernement ou Programmes de collèges</p>	<p>Intégré au programme de formation des EPE (cours obligatoire)</p> <p>Le programme est une composante rentable, pratique et fondée sur des données probantes de l'éducation à la sécurité, à la nutrition et à la santé.</p> <p>Inclut intégration en ligne en français SK Polytechnic, SIIT, Collège Mathieu en SK et NB EECD/ÉDPE.</p> <p>Intégration à l'établissement d'enseignement ou au ministère de l'Éducation</p>	<p>Contrat de licence requis</p> <p>Offrir le programme tel qu'il a été conçu, indispensable de maintenir son intégrité (l'offrir dans les deux langues officielles)</p> <p>Négocier le transfert de la propriété intellectuelle, modalités de révisions au programme</p>	<p>À établir</p> <p>Intégration de la formation au cours</p>
<p>Site Web national</p> <p>Certifications de programmes d'éducation permanente</p> <p>Université de Moncton Sask Polytech et Collège Mathieu Collèges communautaires du Nouveau-Brunswick</p>	<p>Offert en ligne en français et en anglais</p> <p>Explore la possibilité d'ateliers en personne</p> <p>Prestation par une tierce partie</p>	<p>Contrat de licence requis</p> <p>Offrir le programme tel qu'il a été conçu, indispensable de maintenir son intégrité (l'offrir dans les deux langues officielles)</p> <p>Négocier le transfert de la propriété intellectuelle, modalités de révisions au programme</p>	<p>Coûts annuels de maintenance 1000 \$</p> <p>Coûts potentiels pour les participants / /éducateurs 50-200 \$</p>
<p>Niveau national sur site Web</p> <p>BEST START / MEILLEUR DÉPART</p> <p>Basé en Ontario</p>	<p>Formation bilingue offerte en ligne seulement sur le site Web</p> <p>Inclut suivi et maintenance</p> <p>Quelques frais au départ pour intégrer le programme en ligne et frais de maintenance</p> <p>Prestation par une tierce partie</p> <p>NEXUS SANTÉ</p> <p>http://www.fr.meilleurdepart.org/</p>	<p>Programme original</p> <p>Propriété de L'ORGANISME RESPONSABLE DU PROJET EN SK</p> <p>Contrat de licence requis; aucuns coûts; maintenir l'intégrité du programme (l'offrir dans les deux langues officielles)</p> <p>Négocier le transfert de la propriété intellectuelle,</p>	<p>Frais de transfert</p> <p>Coûts annuels de maintenance à établir</p>

Option de prestation	Gouvernance et gestion	Cadre juridique	Coûts annuels estimés
		modalités de révisions au programme	

Annexe 4 – CONTRIBUTIONS ET INVESTISSEMENTS DANS LE PROGRAMME À CE JOUR

INVESTISSEMENTS FINANCIERS DU FÉDÉRAL

ASPC Phase 1 – 2011-2012	150 000 \$
ASPC Phase 2 – Projet sur quatre ans (2013-2017)	1 600 000 \$
ASPC Phase 3 – Projet sur trois ans (2017-2020)	1 545 000 \$
TOTAL DES INVESTISSEMENTS DE L'AGENCE DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA :	3 295 000 \$

AUTRES CONTRIBUTIONS FINANCIÈRES

Gouvernement de la Saskatchewan - <i>Fonds d'initiatives communautaires</i> Phase 1-2: 380 000 \$; Phase 3: 651 800 \$	1 031 800 \$
N.-B. U de Sherbrooke U de Moncton – financement de recherche	180 000 \$
Fondation des maladies du cœur (U de la S) – recherche en nutrition	266 ,000 \$
Autres financements de recherche en SK (U de la S) – nutrition et activité physique	231 000 \$
TOTAL DES AUTRES CONTRIBUTIONS	1 708 800 \$
TOTAL DES INVESTISSEMENTS FINANCIERS :	5 003 800 \$

Annexe 5 – PRÉSENTATION DES PARTENAIRES DE DSHS

Légende – Partenaires de la phase 2 - 2013-2017
Santé et bien-être, promotion de la santé
Établissement d'enseignement universitaire ou recherche
Sports et loisirs
Gouvernement ou établissement d'enseignement, autorité régionale de santé
Autre – ONG, Coalition

*Cet organisme n'existe plus

Réseau – Nous connaissons l'organisme, rôles imprécis, peu de communications, prise de décision autonome
Nutritionnistes en santé publique de la SK – groupe de travail sur l'alimentation saine en petite enfance, ministère de la Santé et autorités régionales de santé
Saskatchewan Prevention Institute (programmes PACE, programmation pour les familles et les enfants financée par PHAC) – organisme offrant des programmes destinés à la petite enfance

Comités intersectoriels régionaux (RIC)* – dossiers santé et éducation, mettant l'accent principalement sur la petite enfance, la réduction de la pauvreté et les stratégies en santé pour chacun des 10 RIC de la province.
Districts de loisirs de la Saskatchewan
Partnership for Physical Literacy – rôle consultatif
Saskatoon Food Council
North East Childcare Director's Association
Saskatoon Federation of Early Learning (association de directeurs)
Seeds for Success (association de directeurs du sud-ouest)
Moose Jaw Early Years' Coalition – groupe multidisciplinaire / intersectoriel
South East Saskatchewan Early Childhood Development Committee
Santé Canada, Direction générale de la santé des Premières nations et des Inuits – pour le Programme d'aide préscolaire aux Autochtones qui vivent à l'intérieur ou à l'extérieur des réserves
Conseil tribal de Saskatoon
Prince Albert Grand Council
Conseil tribal de Meadow Lake
Regina Childcare Directors' Association
Flash Kids Early Years Committee (Yorkton, SK)
Conseillers pour la petite enfance (Nord et Sud – ministère de l'Éducation)
Child Hunger Education Program (CHEP)
Autorité régionale de santé de Saskatoon – Health Promoting Schools*
KM in the Am – comité de mobilisation des connaissances, à Saskatoon

Coopération – Les partenaires partagent l'information, rôles en matière de participation quelque peu définis, communications officielles
Association des parents francsaskois / Centres d'appui à la famille et à l'enfance (CAFE) – ONG francophone, centre de ressources pour les parents et les familles; membre du Comité directeur de DSHS et membre fondateur
Saskatchewan Early Childhood Association (représente les centres de la petite enfance agréés de la SK) – membre du Comité directeur de DSHS
Association des parents du N.-B. – rôle consultatif
Mind, Education, Nutrition, Do It! (MEND);* membre du Comité directeur de DSHS (2015)
Eat Well Play Well (Kelsey Trail HR)* - comité intersectoriel de promotion de la santé dans les milieux de la petite enfance
SPHERU – U de la S et U de Regina – unité de recherche sur la santé de la population; rôle consultatif sur la stratégie DÉC de DSHS
Agence du cancer de la Saskatchewan – rôle consultatif
CARD – Community Association of Registered Dietitians (SK)
Conseil des écoles francsaskoises – division scolaire francophone
Divisions scolaires North East, de Moose Jaw, de Yorkton
Autres divisions scolaires – DS publique de Saskatoon et DS catholique du Grand Saskatoon
Autorité régionale de santé de Saskatoon – équipe <i>en mouvement</i> / programme Écoles-santé
SK Polytech – programme de formation en éducation de la petite enfance (EPE)
Collège Mathieu – programme d'EPE en français
U de la S – Station 20 West
<i>Un départ en santé</i> * – C.-B.; s'appelle maintenant « Appetite to Play » (2017). Intervention semblable élaborée en C.-B. de promotion de la santé dès la petite enfance fondée sur des données probantes
CDPAC – Chronic Disease Prevention Alliance of Canada
Association des centres de ressources familiales au Nouveau-Brunswick
Collèges communautaires du Nouveau-Brunswick
Groupe des technologies d'apprentissage, Université de Moncton; programme de formation en ligne

Gouvernement du N.-B. – ministère du Développement social, Direction du mieux-être
Gouvernement du N.-B., ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance
Coalition pour une saine alimentation et l'activité physique au N.-B. (CSAAP) (HEPAC en anglais)
Mouvement Acadien des Communautés en Santé du Nouveau-Brunswick (MACS-NB)
Recreation New Brunswick
Littératie Physique N.-B.
Association Gymnastique Nouveau-Brunswick – A créé et offre le programme Jeunes actifs
SK In Motion (<i>en mouvement</i>) menée par Active Saskatchewan – conseiller provincial en matière d'activité physique
Université du Nouveau-Brunswick, Faculté de kinésiologie

Coordination – Les partenaires partagent information et ressources, rôles en matière de participation bien définis, communications fréquentes, quelques prises de décisions communes
Réseau Santé en français de la Saskatchewan, organisme responsable
Centre de formation médicale du Nouveau-Brunswick, Université de Sherbrooke; évaluation
Université de la Saskatchewan (U de la S) – Département de santé communautaire et d'épidémiologie
U de la S – Collège de kinésiologie
U de la S – Collège de pharmacie et nutrition
U de la S – Département de sciences économiques

Annexe 6 – MODÈLE LOGIQUE DE L'ÉVALUATION DE DSHS

Résultats à court terme	Résultats à moyen terme	Répercussions à long terme
Plus grande conscience de l'importance de l'activité physique et de la saine alimentation dès la petite enfance	Plus d'activité physique et de comportements alimentaires sains chez les enfants	Des politiques sont en place qui assurent un niveau suffisant d'activité physique et des comportements alimentaires sains dans les milieux de la petite enfance
Incorporation d'activités physiques et d'occasions de saine alimentation à l'horaire journalier des centres de la petite enfance	Les activités de Départ Santé sont incorporées à l'horaire journalier des centres de la petite enfance	Les enfants font de l'activité physique et mangent santé pendant toute leur vie
Partenariats avec communautés, organismes, établissements d'enseignement et gouvernement	Collaboration avec communautés, organismes, établissements d'enseignement et gouvernement	À l'adolescence et à l'âge adulte, les enfants sont en meilleure santé et ont un meilleur niveau d'éducation
Résultats et information partagés entre les acteurs principaux, lors de congrès et dans le public	Départ Santé établit une forte présence en ligne et dans les médias sociaux	Une population en meilleure santé a besoin de moins de services de santé et contribue plus au marché du travail

Annexe 7 – LIGNES DIRECTRICES DU PROGRAMME DSHS

Les pages suivantes présentent des exemples des lignes directrices en matière de saine alimentation et d'activité physique, que l'on peut modifier pour la classe ou le centre. Les centres peuvent les afficher dans un endroit où tout le monde peut les voir, ou les insérer dans leur guide pour les parents.

Élaboration de lignes directrices pour l'alimentation saine et l'activité physique

Pourquoi faut-il élaborer des lignes directrices?

Les milieux de garde peuvent encourager un poids santé chez les enfants en offrant un environnement qui encourage l'alimentation saine, l'activité physique et qui surtout diminue la sédentarité. En rédigeant des lignes directrices sur l'activité physique et l'alimentation saine, vous indiquez aux parents et au personnel que vous prenez la question au sérieux. Cette politique vous aidera à obtenir leur appui et vous guidera dans vos décisions et choix de tous les jours.

Renseignez-vous sur les politiques et les lignes directrices provinciales et gouvernementales qui émettent les normes en matière de nutrition et d'activité physique pour les centres à la petite enfance agréés. Si votre province n'a pas de lignes directrices précises en place pour les milieux de garde, il est essentiel que vous en développiez pour votre centre/classe. Les pages suivantes présentent des exemples de lignes directrices pour une saine alimentation et un mode de vie actif que vous pouvez modifier et adapter à votre réalité. Une fois adoptées, partagez-les avec les employés et les parents en les affichant dans un endroit où tout le monde peut les voir.

Comment écrit-on des lignes directrices?

- Les lignes directrices doivent refléter la mission et les objectifs de votre organisation;
- Elles doivent être claires et concises; et
- Elles doivent respecter les normes actuelles en matière d'activité physique et d'alimentation saine.

Comment met-on en œuvre des lignes directrices?

Bien qu'il soit facile de rédiger des lignes directrices, il est plus difficile de les faire respecter. **Votre principal objectif est d'obtenir l'engagement de toutes les personnes que ces lignes directrices vont toucher.** Certaines de ces personnes pourraient être :

Le comité ou conseil des parents – C'est le groupe qui pourrait avoir à donner son approbation. Alors que pense-t-il de la direction dans laquelle vous vous engagez? A-t-il des idées ou des inquiétudes?

Le personnel – C'est le groupe qui assurera la mise en œuvre harmonieuse des lignes directrices. A-t-il des inquiétudes? Va-t-il être un obstacle? A-t-il les compétences requises pour implanter les lignes directrices?

Les parents – Appuient-ils le plan?

Les groupes communautaires – Y a-t-il des organismes qui peuvent appuyer vos lignes directrices sous forme d'expertise?

Voici un modèle de lignes directrices en matière de saine alimentation et d'activité physique que vous pouvez modifier selon les besoins de votre centre/classe. Une fois adoptée, communiquez ces lignes directrices à votre personnel ainsi qu'aux parents et affichez-les dans un endroit visible.

MODÈLE DE LIGNES DIRECTRICES EN MATIÈRE DE SAINTE ALIMENTATION POUR VOTRE CENTRE/CLASSE

Afin d'offrir aux enfants de notre établissement le meilleur environnement possible, nous avons adopté les lignes directrices suivantes. L'administration et le personnel apprécient le soutien des parents pour promouvoir la santé de nos enfants.

Nutrition :

Fruits et légumes

- Nous servons des fruits et des légumes aux enfants au moins 4 fois par jour.
- Nous ne servons que des fruits en conserve dans leur propre jus (pas de sirop), frais ou congelés.
- Nous ne servons que des légumes cuits à la vapeur, bouillis, rôtis ou encore sautés dans très peu de matière grasse.

Viandes, matières grasses, produits céréaliers

- Nous servons des viandes maigres et des substituts de viande préparés avec peu ou pas de matières grasses et de sel.
- Nous servons des repas préparés sur place avec peu ou pas d'emballage (en évitant les aliments transformés).
- Nous servons des légumineuses, des lentilles et d'autres substituts de viande.
- Nous servons des produits céréaliers à grains entiers et riches en fibre au moins deux fois par jour.
- Nous servons des sucreries ou des aliments salés moins d'une fois par semaine ou jamais.

Boissons

- Nous mettons à la disposition des enfants de l'eau potable à l'intérieur et à l'extérieur. Ils peuvent se servir tous seuls.
- Nous servons rarement des boissons sucrées. Lorsque du jus est offert, il s'agit de jus pur, 100 % non sucré et nous n'en servons pas plus de trois fois par semaine.
- Nous servons du lait deux fois par jour.
- Nous n'avons pas de distributeurs automatiques de boissons gazeuses ou autres.

Menus et variété

- Nos menus comportent des produits sains de diverses cultures.
- Nos menus comportent une combinaison d'aliments nouveaux et familiers.

Pratiques alimentaires

- Notre personnel aide les enfants à déterminer s'ils sont rassasiés avant de retirer leur assiette.
- Notre personnel aide les enfants à déterminer s'ils ont encore faim avant de les resservir.
- Notre personnel encourage les enfants à essayer des aliments nouveaux ou moins appréciés d'une manière douce et positive.
- Nous ne nous servons pas de la nourriture pour encourager les comportements positifs.
- Nous fournissons et appliquons des directives écrites en matière d'aliments santé qui sont apportés et servis pour les fêtes et célébrations (voir ci-dessous).
- Nous célébrons les fêtes surtout avec des aliments santé ou des articles non alimentaires.
- Nos collectes de fonds consistent à vendre uniquement des produits non alimentaires.

Encourager la saine alimentation

- Notre personnel s'assoit avec les enfants pour manger.
- Nous servons toujours les repas à table.
- Notre personnel consomme les mêmes aliments et boissons que les enfants.
- Nous encourageons visiblement l'alimentation saine chez les enfants de 3 à 5 ans par des affiches, des photos ou des livres.
- Notre personnel encourage informellement les enfants à essayer et à apprécier des aliments sains.

Formation en matière de nutrition pour le personnel, les enfants et leurs parents

- Nous offrons de la formation sur la nutrition au personnel.
- Nous profitons de chaque occasion pour sensibiliser les enfants à la saine alimentation.
- Nous offrons de l'information aux parents deux fois par an ou plus.

Nous sommes déterminés à avoir du plaisir tout en favorisant l'apprentissage grâce aux jeux actifs et à la saine alimentation! Nos enfants sont plus heureux et en meilleure santé!

Révision autorisée. Ammerman, AS, Benjamin, SE, Sommers, JK, Ward, DS. 2004. *Outil d'auto-évaluation environnementale du programme américain NAP SACC (Auto-évaluation sur l'alimentation et l'activité physique dans les garderies)*. Direction de la Santé publique, NC DHHS, Raleigh, NC, et le Center for ASalth Promotion and Disease Prevention, University of North Carolina at Chapel Hill. Révisé Mai 2007.

MODÈLE DE LIGNES DIRECTRICES EN MATIÈRE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE POUR VOTRE CENTRE/CLASSE

Afin d'offrir aux enfants de notre établissement le meilleur environnement possible, nous avons adopté les lignes directrices suivantes. L'administration et le personnel apprécient le soutien des parents pour promouvoir la santé de nos enfants.

Activité physique :

Jeux actifs et sédentarité

- Nos enfants font au moins 60 minutes par jour de jeux actifs structurés et appropriés à leur développement.
- Nos enfants font de 60 minutes à plusieurs heures de jeux actifs non structurés par jour.
- Nos enfants peuvent jouer dehors deux fois par jour ou plus, selon les conditions météorologiques.
- Nous veillons à ce que les enfants restent rarement assis plus de 60 minutes de suite sauf quand ils dorment.
- Nous ne privons pas de jeux actifs les enfants qui se comportent mal.

Encourager l'activité physique

- Nous enseignons aux enfants les compétences dont ils ont besoin pour bouger avec aisance.
- Notre personnel encourage souvent les enfants à être actifs et se joint souvent à leurs jeux actifs.
- Nous encourageons visiblement l'activité physique par des affiches, des photos ou des livres.

Formation en matière d'activité physique

- Nous formons le personnel à l'activité physique.
- Nous offrons de l'information sur l'activité physique aux parents au moins deux fois par an.

28

DÉPART SANTÉ GUIDE D'IMPLANTATION

Aires de jeux

- Nous avons de nombreuses installations fixes (tunnels, poutres d'équilibre, portiques d'escalade, échelles de suspension) variées et pour tous les enfants.
- Nous avons de l'équipement de jeu portable varié (jouets, ballons, cerceaux, rubans) que tous les enfants peuvent utiliser au même moment.
- Nous avons de l'équipement de jeu portable que tous les enfants peuvent utiliser librement tout le temps.
- L'aire de jeu extérieure comprend une pelouse ainsi qu'une allée pour les jouets à roues.
- L'aire de jeu intérieure est disponible pour toutes sortes d'activités y compris courir, quand il n'est pas possible de jouer dehors.

Nous sommes déterminés à avoir du plaisir tout en favorisant l'apprentissage grâce aux jeux actifs et à la saine alimentation! Nos enfants sont plus heureux et en meilleure santé!

Révision autorisée. Ammerman, AS, Benjamin, SE, Sommers, JK, Ward, DS. 2004. *Outil d'auto-évaluation environnementale du programme américain NAP SACC (Auto-évaluation sur l'alimentation et l'activité physique dans les garderies)*. Direction de la Santé publique, NC DHHS, Raleigh, NC, et le Center for ASalth Promotion and Disease Prevention, University of North Carolina at Chapel Hill. Révisé Mai 2007.

MODÈLE DE LIGNES DIRECTRICES POUR LES CÉLÉBRATIONS

Modèle de lignes directrices pour les célébrations

Veuillez nous aider à encourager nos enfants à adopter des comportements sains qui dureront toute leur vie.

Nous vous invitons à vous joindre à nous pour célébrer la fête de votre enfant ou d'autres occasions spéciales. Si vous voulez apporter de la nourriture, nous vous demandons de choisir ou de préparer des aliments santé que votre enfant aime. Nous vous suggérons d'apporter :

- Ses fruits préférés
- Des pâtisseries à faible teneur en matière grasse, comme des mini muffins
- Des mets qui ne sont pas nécessairement des desserts
- Des aliments qui ont une signification culturelle ou familiale spéciale
- Des aliments santé présentés de manière amusante

Vous pourriez aussi célébrer avec des histoires, des chansons, des jeux ou des activités qu'il ou elle aime. Ce que les enfants apprécient souvent le plus, c'est que vous preniez le temps d'aider à planifier quelque chose de spécial. N'hésitez pas à nous parler si vous avez des questions ou que vous êtes à court d'idées.

Nous sommes déterminés à avoir du plaisir tout en favorisant l'apprentissage grâce aux jeux actifs et à la saine alimentation! Nos enfants sont plus heureux et en meilleure santé!

Révision autorisée. Ammerman, AS, Benjamin, SE, Sommers, JK, Ward, DS. 2004. *Outil d'auto-évaluation environnementale du programme américain NAP SACC (Auto-évaluation sur l'alimentation et l'activité physique dans les garderies)*. Direction de la Santé publique, NC DHHS, Raleigh, NC, et le Center for ASalth Promotion and Disease Prevention, University of North Carolina at Chapel Hill. Révisé Mai 2007.