

COMPOSANTES VISÉES :

- Environnement physique et milieu social

RESSOURCES

- Exemples de messages destinés aux parents et aux tuteurs
- [Bouchées Brillantes : Conseils pour les célébrations](#)
- [10 façons de créer un environnement alimentaire positif](#)

Repenser les célébrations

OBJECTIF DE L'ACTIVITÉ : Créer un milieu propice à la bonne nutrition en servant, à l'occasion des célébrations à l'école, des aliments qui cadrent avec le Guide alimentaire canadien et la Politique du ministère de l'Éducation concernant les aliments et les boissons dans les écoles (PPN 150).

IDÉES CONCERNANT LA POLITIQUE

Raison d'être de la politique : Adopter à l'égard des célébrations une approche qui met en valeur les messages transmis dans le curriculum et qui favorise l'établissement d'une relation positive avec la nourriture pour toute la vie.

Les fêtes en classe sont aussi d'excellentes occasions d'en apprendre sur différentes cultures et différentes traditions. Assortir la préparation et la dégustation d'aliments avec de la musique, du bricolage, des jeux, des histoires et des chants peut initier les enfants à différentes cultures.

Exemple d'énoncé de politique

Créer un milieu propice à la bonne nutrition en servant, à l'occasion des célébrations à l'école, des aliments qui cadrent avec le Guide alimentaire canadien.

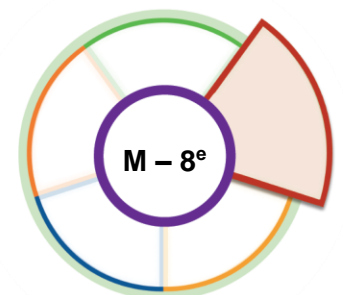
On peut mettre la stratégie en œuvre à l'échelle de la classe ou de l'école.

Pour favoriser l'adoption de la politique

- Servez de l'eau lors des célébrations.
- Informez les familles de la politique d'une manière positive et stimulante et proposez-leur d'autres façons de célébrer les anniversaires, entre autres. Consultez le message et la lettre facultative destinée aux parents.
- Utilisez une feuille de participation pour vous assurer d'avoir une quantité raisonnable d'aliments et d'offrir une variété de possibilités (voir l'exemple ci-dessous).
- Célébrez tous les anniversaires du mois en même temps.

Liens avec le curriculum

- Maternelle et jardin d'enfants à temps plein : 7.2 Explore les bienfaits d'une variété d'aliments nutritifs et les façons de favoriser une alimentation saine
- 1^{re} année : D2.1 Alimentation pour un corps et un esprit sain
- 2^e année : D2.1 Habitudes alimentaires saines; D2.2 Choix de nourriture (repas et collations)
- 3^e année : D3.1 Provenance des aliments, valeur nutritionnelle et conséquences pour l'environnement
- 4^e année : D1.1 Nutriments; D2.1 Habitudes alimentaires personnelles; D3.1 Choix alimentaires plus sains dans des contextes variés
- 5^e année : D2.1 Valeur nutritionnelle, information fournie sur l'emballage et les étiquettes
- 6^e année : D2.1 Alimentation saine – facteurs d'influence
- 7^e année : D3.1 Choix alimentaires – facteurs personnels et externes
- 8^e année : D3.1 Promotion – alimentation saine



Des célébrations... sans nourriture

- **Fête dansante**
Les élèves de la classe pourront danser au rythme d'une des chansons ou vidéos en ligne préférées de votre enfant (toutes les paroles et tous les sujets doivent être convenables).
- **Temps de récréation supplémentaire**
La classe pourra passer plus de temps dehors à la récréation.
- **Période de jeu**
Les élèves peuvent choisir un jeu auquel toute la classe jouera.
- **Lecture à haute voix par un invité**
Les élèves peuvent inviter une personne spéciale à venir lire une histoire ou choisir une histoire spéciale à lire à haute voix à la classe. L'invité peut être un membre de la famille ou un membre du personnel de l'école.
- **Temps libre à l'intérieur**
La classe pourra profiter de plus de temps libre à l'intérieur.
- **Bras droit de l'enseignant ou de l'enseignante**
L'élève aide l'enseignant ou l'enseignante toute la journée, p. ex. en distribuant des feuilles, en effaçant les tableaux blancs.
- **Boîte aux trésors**
On invite les élèves à se rendre au secrétariat pour recevoir un petit cadeau pour leur anniversaire (p. ex. une gomme à effacer ou un crayon amusant).
- **Annonce des anniversaires de naissance**
Communiquer les anniversaires de naissance des élèves lors des annonces du matin.

Des célébrations... qui comprennent de la nourriture

- Voici des idées intéressantes à examiner : <https://www.pinterest.com/brightbitesca/celebrations/>

Exemple de message destiné aux parents et aux tuteurs concernant les célébrations

Vous pourriez transmettre ce message dans une lettre envoyée à la maison ou dans l'infolettre de l'école.

Les célébrations en classe donnent aux élèves la chance de s'amuser et de participer à des activités agréables. Leur servir des aliments qui cadrent avec le Guide alimentaire canadien leur donne une occasion de choisir parmi une variété d'aliments.

Si vous décidez d'envoyer de la nourriture par l'entremise de votre enfant pour célébrer un événement, une fête ou un anniversaire de naissance, parlez-en d'abord avec l'enseignant ou l'enseignante de votre enfant, qui pourra ainsi s'assurer que divers aliments sont offerts, y compris des aliments qui cadrent avec le Guide alimentaire canadien. Les légumes et les fruits présentés de façons originales et cocasses sont d'excellents choix! Vous pourrez trouver des idées sur le site Web suivant :

<https://www.pinterest.com/brightbitesca/celebrations/>.

Merci de votre appui.

Exemple de feuille de participation

Légumes (2 élèves)	Fruits (2 élèves)
Autres (2 élèves)	Boissons (2 élèves)

OPTION 2 : Exemple de lettre destinée aux parents et aux tuteurs à l'appui de « repenser les célébrations »

Chers parents et tuteurs,

Cette année, plutôt que d'inviter les familles à fournir de la nourriture pour la classe, nous voulons fêter l'anniversaire de naissance des élèves d'une nouvelle façon. Les élèves peuvent souligner l'occasion au moyen d'une activité spéciale. Lisez les choix d'activités ci-dessous et demandez à votre enfant d'en choisir une pour célébrer sa fête à l'école.

Fête dansante

Les élèves de la classe pourront danser au rythme d'une des chansons ou vidéos en ligne préférées de votre enfant (la chanson ou la vidéo doit convenir).

Temps de récréation supplémentaire

La classe pourra passer plus de temps dehors à la récréation.

Période de jeu

Votre enfant pourra choisir un jeu auquel toute la classe jouera.

Lecture à haute voix par un invité

Votre enfant pourra inviter une personne spéciale à venir lire une histoire ou choisir une histoire spéciale à lire à haute voix à la classe. L'invité peut être un membre de la famille ou un membre du personnel de l'école.

Temps libre à l'intérieur

La classe pourra profiter de plus de temps libre à l'intérieur.

Bras droit de l'enseignant ou de l'enseignante

Votre enfant pourra aider l'enseignant ou l'enseignante toute la journée, p. ex. en distribuant des feuilles, en effaçant les tableaux blancs.

.....
Retournez le choix de célébration d'ici le _____ . Merci!

Bonne fête _____ . Mon anniversaire est le _____ .

J'aimerais célébrer mon anniversaire le (date) : _____ .

Pour ma journée spéciale, je choisis : _____ .