



## ● De la garderie à la maison

Voici quelques idées pour inciter les parents à passer à l'action eux aussi.

### **Parlez de vos efforts**

- Publiez les changements apportés au menu et les nouvelles recettes que vous faites dans le bulletin de la garderie.
- Informez les parents de vos activités et de vos gestes responsables (ex. : l'achat direct auprès d'un fermier, l'intégration aux repas d'aliments biologiques, locaux et équitables, les dégustations, l'utilisation de la trousse *À la soupe!*, etc.).

### **Échangez vos recettes**

- Chaque mois, envoyez aux parents une recette d'un repas qui a été servi à la garderie et qui a été bien apprécié des enfants. N'oubliez pas de choisir une recette qui utilise des ingrédients de la saison. Adaptez-la pour des familles de quatre à six personnes.
- Demandez aux parents d'apporter une recette d'une collation que leur enfant aime et qui peut être faite à la garderie. Demandez qu'elle contienne au moins un fruit ou un légume du Québec.
- Proposez aux parents une recette qu'ils peuvent réaliser à la maison avec leur enfant. Consultez les sites suivants pour avoir des idées :

<http://www.santepub-mtl.qc.ca/Nutrition/boitealunch/index.html>

<http://www.mapaq.gouv.qc.ca/Fr/Consommation/Services/boitelunch/>

### **Invitez tout le monde à goûter**

- Faites apporter à la maison une portion d'aliments préparés à la garderie.
  - Devenez un point de chute pour les paniers de légumes de l'Agriculture soutenue par la communauté (ASC). En plus de commander des fruits et légumes pour votre
- 



garderie, vous pourrez inciter les parents à devenir partenaires de la ferme et à recevoir, eux aussi, leur propre panier. Consultez le [www.equiterre.org](http://www.equiterre.org) pour obtenir plus d'information.

- Organisez une dégustation ou une fête des récoltes et invitez les parents!

### **Sensibilisez les parents**

- Si vous faites un potager ou du compostage à la garderie, envoyez aux parents de l'information qui explique comment faire de la même façon à la maison.
- Affichez les réalisations des enfants près des locaux à la suite des activités de la trousse pédagogique *À la soupe!*

### **Impliquez les parents**

- Invitez toutes les personnes intéressées (les parents, le personnel, les bénévoles, etc.) à faire partie d'un comité dédié à la promotion de l'alimentation responsable. Les membres peuvent participer à la planification d'événements et d'activités sur l'alimentation saine, écologique et solidaire. Voir l'annexe « Devenir une garderie plus verte » dans la section « Autres documents utiles » pour obtenir des idées concrètes.
- 