



La feuille de bois

Gazette des EVEs des
Menuisiers et des Caroubiers



Repas de midi à l'EVE des Menuisiers

Alimentation et collectivité

Le déficit de l'équilibre et du plaisir

L'alimentation est un sujet particulièrement sensible de la petite enfance. L'éducation autour du repas est culturellement et affectivement marquée. C'est une préoccupation pour les familles et un enjeu important pour les équipes professionnelles.

La pédagogie autour du repas vise à favoriser le plaisir de la découverte et du goût. Comme dans toutes les activités quotidiennes, les professionnels travaillent à proposer un environnement qui invite l'enfant à faire ses propres expériences. Il mange pour son plaisir, pour sa santé, pour son bien-être et partage ce moment convivial avec ses pairs.

La pédagogie tend à éviter les conflits affectifs souvent présents dans la relation à la nourriture. A cette fin, il n'y a pas de sanction lorsqu'un enfant refuse de manger ou de goûter.

Ce choix est lié au fait que beaucoup d'autres apprentissages ont lieu pendant le repas en collectivité et les enjeux pour les enfants sont nombreux ; rester assis, utiliser des services, intégrer des règles de politesse et d'hygiène, attendre, être en relation avec les autres et participer aux tâches (mettre la table, débarrasser, etc.). C'est donc une activité riche et exigeante qui nécessite d'être pensée et menée avec soin.

L'adulte propose l'ensemble des aliments du repas, soit directement dans l'assiette chez les plus jeunes, soit dans un plat au centre de la table pour les plus grands, qui se servent eux-mêmes.

Les adultes échangent avec les enfants, les encouragent à oser tester et réessayer de goûter les aliments qui les attirent moins. Ils accompagnent l'enfant dans l'apprentissage des quantités qui lui conviennent, afin de ne pas trop se servir et ainsi éviter le gaspillage.

Les enfants, en se développant, passent par diverses phases dans leurs relations à l'alimentation. Ils trient et sont très sélectifs à certaines périodes et moins à d'autres. Ils imitent les personnes avec lesquelles ils mangent, ce qui, en repas collectif, les conduit par périodes à refuser des aliments qu'ils aiment, simplement pour « faire comme les autres ». Mais ces imitations ne durent pas et conduisent aussi souvent l'enfant à aller à la découverte d'aliments nouveaux en voyant les autres les manger avec plaisir.

L'alimentation est aussi abordée en dehors des repas lors de diverses activités. L'équipe éducative propose aux enfants des ateliers cuisine, des visites du marché de Carouge ou des récoltes chez les producteurs. Les enfants explorent aussi le sujet à l'occasion de la semaine du goût ou d'autres événements qui ponctuent l'année, tels que Noël ou la Chandeleur.

Référence Fourchette Verte:

https://www.fourchetteverte.ch/media/filer_public/cd/d8/cdd80eb7-d77c-4aa8-85b0-b45d3332c30c/fv_brochure_touts_petits_fr_juin_2021.pdf

Diététique en collectivité

Une histoire de fourchette

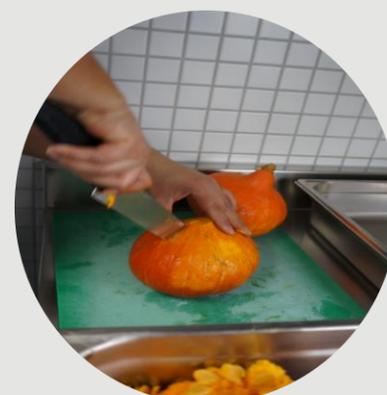
L'EVE des Menuisiers propose des repas labellisés *Fourchette Verte*. Ce Label a vu le jour à Genève en 1993 et a développé depuis une déclinaison spécifique aux collectivités qui accueillent des enfants de 1 à 4 ans : la *Fourchette Verte tout-petits*. En 2020 elle représentait 31% des labellisations (par rapport aux autres déclinaisons pour les écoles 45% ou les adultes 22%).

Une équipe de diététiciens-nes accompagne les cuisinier-ère-s dans l'élaboration des menus. Un cahier des charges définit l'équilibre alimentaire sur la semaine en tenant compte des besoins des enfants de cette tranche d'âge.

Quelques-unes des directives FV :

- L'apport des protéines est limité, a contrario des légumes, des fruits ou des féculents.
- Les menus quotidiens doivent proposer au moins 1 crudité pour leur apport en vitamine C qui contribue à l'assimilation du fer présent dans les autres aliments.
- Les produits laitiers sont au menu 1-2 fois par jour.
- Les mets gras sont proposés au maximum 3 fois par semaine.
- Les mets sucrés sont présents 0-1 fois par jour (à la crèche).

Des cours de formation continue sont régulièrement proposés aux cuisiniers-ères pour leur permettre de consolider leurs connaissances. Il peut s'agir de développer les repas végétariens, de mieux connaître les allergies alimentaires ou de varier l'utilisation des produits laitiers.





Visite de l'exploitation des Matines en septembre 2021, à l'occasion de la semaine du goût

L'Equipe de cuisine

Une équipe dans l'équipe

Depuis la rentrée 2021, l'équipe de cuisine compte trois personnes, car l'Association a le plaisir d'avoir pu engager une apprentie employée de cuisine AFP (Attestation Fédérale de Formation Professionnelle).

Forte de sa longue expérience en restauration de la petite enfance, Florence, notre cuisinière, organise le travail et compose les menus. Elle en réfère à la directrice qui lui délègue la gestion du budget annuel, le choix des fournisseurs et les commandes. C'est elle aussi, qui prépare les repas des fêtes (soupe de l'Escalade, pâtes pour les biscuits de Noël, buffets pour les réunions de parents...) lorsque la situation épidémiologique ne l'interdit pas.

Pour toutes ces tâches, elle est secondée par Johana, aide de cuisine et lingère. Elles forment un duo professionnel et très joyeux.

Johana est en charge de la lingerie et de l'approvisionnement des produits d'entretien et de désinfection pour l'ensemble de l'EVE des Menuisiers.

A la cuisine Johana participe à la préparation des repas (coupe des légumes, mixage, conditionnement) et au service. Elle est en charge de la plonge et collabore étroitement avec Florence à l'entretien de la cuisine qui répond à des normes d'hygiène exigeantes.

Depuis septembre Phuchödon, apprentie, est venue renforcer cette équipe. Florence la forme aux multiples facettes du travail en cuisine. Elle va suivre une formation de deux ans à l'EVE des Menuisiers. Elle fera aussi quelques stages à l'extérieur pour expérimenter des tâches qui n'existent pas en cuisine de crèche : mise en place sur assiette, service, friture, découpe de la viande et du poisson etc.

Collaboration et coordination :

L'équipe de cuisine et l'équipe éducative collaborent autour de l'organisation des moments de repas. Un colloque cuisine a lieu 3-4 fois par année. Conduit par Madame Rességuier, ils réunissent Florence et trois membres de l'équipe éducatives représentant les différents groupes d'âge. Ces moments sont l'occasion d'échanges autour de la collaboration, de l'organisation des repas (horaire, rangement, etc.), des menus et des ateliers cuisine.



----- LIEUX A VISITER

En saison, ramasser des fruits et des légumes est une source de découverte et de plaisir pour les enfants. Plusieurs producteurs à Genève le proposent :

<https://www.geneveterroir.ch/fr/activites/accueil/1041>

Une ballade à la ferme des Eaux permet de découvrir la permaculture :

<https://www.eaux.ch/ferme-permacole-des-eaux>

----- EVENEMENTS A VENIR

Les journées à thème aux Menuisiers continues. Les enfants inscrits ces jours-là sont libres de participer, tout comme vous, lorsque vous les amenez ou venez les chercher :

Vendredi 25 mars : Pyjamas partie

Lundi 11 avril : Journée sportive (habits et accessoires)

Mardi 17 mai : Plus grand je serai... (choisi ton métier)

Aux Caroubiers l'équipe va organiser, environ une fois par mois, des journées « grands-petits » ; les plus âgés iront visiter un lieu emblématique de Genève, les plus jeunes pourront profiter d'une activité spécialement conçue pour eux. Les dates et lieux des visites seront communiqués ultérieurement.

Alimentation à l'EVE des Caroubiers

Les enjeux autour de l'alimentation sont différents à l'EVE des Caroubiers. L'EVE propose uniquement des fruits et du pain pour la collation du matin et un goûter varié l'après-midi.

Jusqu'en 2019, les parents amenaient les goûters de leurs enfants. Pour des raisons d'hygiène (chaîne du froid), de diététique (goûters trop sucrés ou trop gras), afin de simplifier la gestion des allergies alimentaires et également d'assurer une égalité entre les enfants (en termes de qualité, quantité et variété), la direction et le comité ont décidé de fournir les goûters dès la rentrée 2020.

Depuis 2021, le pain du matin est fourni par la boulangerie 7extra, atelier protégé de la Fondation Foyer Handicap. Il se trouve à quelques pas de l'EVE, dans la rue des Caroubiers.

Florence fournit les fruits pour les 2 collations, ainsi que, pour l'après-midi, une variété d'aliments salés ou sucrés, comprenant légumes, produit laitier, etc.

L'EVE des Caroubiers accueille des enfants qui ont entre 1 et 4 ans et viennent d'horizons culturels et culinaires multiples. Les plus jeunes sont encore en plein apprentissage de l'alimentation en morceaux et de la diversification. Tout est découverte : l'aliment parfois, la texture, le parfum, le goût. Il ne faut pas trop de nouveautés à la fois. L'équipe éducative collabore avec Florence pour la composition des goûters.

La collation du matin est facultative. Au début, certains enfants sont trop pris dans le jeu pour avoir envie de manger. Par période, peu d'enfants mangent et à d'autres, il faut rajouter une table pour répondre à la demande.

L'après-midi le goûter est un peu plus important car le temps jusqu'au repas du soir est plus long. Tous les enfants sont invités à venir à table. Au début certains ont de la peine à se joindre au groupe. L'équipe éducative fait un travail d'accompagnement pour les amener finalement à participer avec plaisir à ce moment de partage.



Goûter d'anniversaire à l'EVE des Caroubiers