

## Coaching et accompagnement en saine alimentation

Vous cherchez une ressource compétente pour vous soutenir? Nos ressources ont une connaissance approfondie du réseau des services éducatifs en petite enfance et y ont travaillé pendant plusieurs années.

### Services offerts :

- Soutien, conseil pour la direction et la responsable de l'alimentation;
- Analyse du menu et recommandations pour l'améliorer : qualité nutritionnelle, efficacité de réalisation, coût, intégration auprès des enfants;
- Planification des achats, gestion des inventaires;
- Organisation de l'espace de travail, équipement pour optimiser la tâche, organisation du travail, produits à coûts moindres;
- Contenu de l'assiette : collations nutritives, repas végétariens, diminution du sucre, sel et gras;
- Hygiène et salubrité alimentaires;
- Gestion des allergies, approche multiculturelle;
- Soutien au développement du goût, alimentation autonome des bébés, respect de la faim et du sentiment de satiété;
- Soutien et conseil à la mise en place et le fonctionnement d'une cuisine centrale pour plusieurs installations.

### Quelques propositions (à ajuster selon vos besoins)

#### Mise en action de Potiron

Sophie Bergeron

- Pour les responsables de l'alimentation ayant suivi la formation : Cuisinons avec Potiron;
- Identification et priorisation des actions à mettre en place à la suite de la formation;
- Soutien à la réalisation d'actions concrètes : modification des recettes, conseil sur l'équipement, les produits, les modes de travail;
- Suivi et évaluation des actions.

#### Évaluation du menu

Sophie Bergeron

- Validation du contenu nutritionnel du menu;
- Visite pour connaître le fonctionnement et les ingrédients cuisinés;
- Retour sur la qualité nutritionnelle, l'efficacité de réalisation, le coût, l'intégration auprès des enfants.

#### Bien manger en milieu familial

Sophie Bergeron

- Coaching individuel ou en sous-groupes pour les RSG sur l'un ou l'autre des sujets mentionnés dans la liste des services offerts;
- Coaching des ACSTP et des AC à partir de Gazelle et Potiron.

Pour faire une demande et obtenir une soumission : téléchargez et complétez le [formulaire de demande](#)

Contactez-nous pour un besoin spécifique et un contenu personnalisé : Valérie Martel 418-842-2521 poste 0, [info@rcpeqc.org](mailto:info@rcpeqc.org)