

# Cultivons la saine alimentation

LAVAL **unie** POUR  
SES **FAMILLES**

## Offre de service **gratuite** dédiée au personnel des **services de garde éducatifs à l'enfance de Laval**

Saviez-vous que la meilleure façon d'amener les enfants à développer le goût de manger sainement est de miser sur le plaisir associé à la découverte de nouveaux aliments?

Compte tenu du lien significatif que vous avez avec les tout-petits, vous avez le pouvoir de leur faire vivre une multitude d'expériences positives en lien avec l'alimentation. Cette offre de service vous aidera à tirer profit de ce rôle.

**Deux options s'offrent à votre milieu pour former toute votre équipe.  
Vous en choisissez une ou bien les deux!**



### Offre d'Enfant d'abord

**But :** Outiller le personnel à faire découvrir aux enfants les aliments et leur provenance, en mettant l'accent sur les fruits et les légumes.

**Inclut :**

- Une trousse de matériel pédagogique composée d'un recueil d'activités éducatives et de deux jeux à utiliser avec les enfants;
- Une séance de présentation de la trousse (2 heures);
- Un bac de jardinage (4 x 8 pieds) **OU** des outils de jardinage, des semences et de la terre;
- 3 heures d'accompagnement selon vos besoins :
  - Formation potager 101 par un horticulteur-animateur
  - Soutien à l'animation d'une activité du recueil



### Offre du Groupe Promo-Santé

**But :** Outiller le personnel à faire vivre aux enfants des expériences positives en lien avec l'alimentation.

**Inclut :**

- Formation de 3 heures portant sur les thématiques suivantes :
  - Favoriser des contextes de repas conviviaux et un discours positif à l'égard des aliments.
  - Planifier et animer des ateliers culinaires et d'éveil sensoriel.
- Du matériel de cuisine adapté aux enfants.



Ces formations sont en cohérence avec le cadre de référence **Gazelle et potiron** du ministère de la Famille.

Pour plus de détails et pour profiter de cette offre,  
contactez Arielle Coursol :  
450-681-1154 [horti.coordination@enfantdabord.org](mailto:horti.coordination@enfantdabord.org)



GROUPE  
**PROMO-SANTÉ**

**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval**

**Québec** 

# Cultivons la saine alimentation

LAVAL **unie** POUR SES  
**FAMILLES**

Ces formations sont également disponibles **cette année à dates fixes** si vous souhaitez former uniquement **quelques personnes de vos équipes**.



## **Formation À la découverte des fruits et légumes à travers le jeu et le potager - offerte par Enfant d'abord**

### **Objectifs de la formation :**

- Se familiariser avec une banque d'activités éducatives et ludiques liées à la découverte des aliments et de leur provenance;
- Apprendre les bases nécessaires à la mise en place et l'entretien d'un potager.

Fait important à noter, la planification d'un potager débute dès l'hiver, voilà pourquoi cette formation est offerte à cette période-ci de l'année!

**Date : 29 janvier 2026**

**Horaire : 18 h 30 à 21 h 30**

**Lieu : Pavillon du Bois-Papineau**

**Date limite pour s'inscrire : 16 janvier 2026**

[Cliquez ici pour vous inscrire](#)



## **Formation Animation d'ateliers culinaires et contextes de repas conviviaux - offerte par le Groupe Promo-Santé**

### **Objectifs de la formation :**

- Connaître les avantages et les bienfaits d'animer des ateliers culinaires et d'éveil sensoriel auprès des tout-petits;
- Être en mesure de planifier et d'animer un atelier en réalisant les étapes pour y parvenir;
- Nourrir sa réflexion sur ses pratiques en lien avec l'alimentation des enfants;
- Comprendre le rôle de chacun pour favoriser des repas conviviaux;
- Mettre en pratique les apprentissages par des mises en situation et répondre à certains mythes entourant l'alimentation.

**Date : 30 avril 2026**

**Horaire : 18 h 30 à 21 h 30**

**Lieu : Pavillon du Bois-Papineau**

**Date limite pour s'inscrire : 16 avril 2026**

[Cliquez ici pour vous inscrire](#)



GROUPE  
**PROMO-SANTÉ**

**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval**

**Québec** 