

Pourquoi et comment devenir une « garderie bio » ?

Un guide d'orientation à l'intention des centres de la petite enfance (CPE) et des fermes biologiques du Québec



Remerciements

Ce guide a été conçu pour tous les CPE ou garderies désirant s’approvisionner, en tout ou en partie, en aliments biologiques et locaux. Il s’adresse également aux fermes membres du réseau québécois des projets d’Agriculture soutenue par la communauté (ASC), aux autres fermes en ASC ainsi qu’à toutes les fermes biologiques du Québec. Finalement, ce guide pourrait intéresser les parents qui aimeraient que cette idée rayonne au sein du CPE fréquenté par leurs enfants.

Nous remercions les bénévoles d’Équiterre ayant participé à la réalisation du projet Garderie bio, pour leur soutien, leur enthousiasme et leur temps si précieux : Céline Colléla, Cyrille Commer, Josée-Anne Simard, Claude Carbonneau, Maud Michaud, France Arnaud, Richard Marquis, Fayza Hamdaoui, Amélie Lafrance et Dominique Lacroix.

Merci également aux fermes qui se sont les premières lancées dans cette merveilleuse expérience : François et Johanne Tanguay, des Jardins du Petit Tremble ; Jean et Madeleine Roussel, de la Ferme Cadet-Roussel; Normand Gauvin, des Jardins de Papy ; Reine Baron, des Chemins du Roy.

Merci à tous les employés, parents et enfants des CPE ayant participé au projet pilote : le CPE du Carrefour (Quartier Centre-Sud, Montréal), le CPE Fleur de Macadam (Quartier Centre-Sud, Montréal), le CPE Franquette la Grenouille (Chambly), le CPE Harmonie (Quartier Plateau-Mont-Royal, Montréal), le CPE du Mouille pied (Saint-Lambert) et le CPE Champagneur (Outremont) ainsi qu’au Regroupement de centres de la petite enfance de Montréal (RCPEÎM).

Le comité aviseur du projet était composé de : Lise Bertrand (Direction de la santé publique de Montréal), Dr Maria Arietta, Benoît Gingras (Institut national de santé publique), Françoise Sauvé, diététiste-nutritionniste (CLSC Ville Lasalle) et Lily Vallières, diététiste-nutritionniste.

Ce projet a été coordonné par Josée Breton (chargée de projet), avec l’aide de l’équipe d’Agriculture écologique d’Équiterre : Frédéric Paré (coordonnateur de programme), Barbara Vogt (professionnelle de recherche), Isabelle Joncas (chargée de projet ASC), Nadine Bachand (relationniste), Mélissa Filion, Céline Clouâtre et Sophie Caron (agentes d’information).

Crédits

Ce guide a été rédigé par Josée Breton.

Barbara Vogt a rédigé la section sur le programme pédagogique. Nadine Bachand, Josée Breton et Isabelle Joncas ont rédigé la section « Devenir une Garderie bio, pour qui, pour quoi ? ». Madeleine Roussel, de la Ferme Cadet-Roussel, a conçu les activités du premier modèle de visite à la ferme. Guylaine Girouard, directrice-adjointe du CPE Franquette la grenouille a conçu et rédigé le Rallye de la deuxième visite à la ferme. Les illustrations ont été réalisées par : Barbara Vogt, Dominic, Grégoire et Marguerite Paré.

Révision : Barbara Vogt, Frédéric Paré, Nadine Bachand, Céline Clouâtre

Graphisme : Sébastien-Philippe Fortin

Correction : François Roberge

Nous n’utiliserons dans ce texte que le masculin, cependant commun aux deux genres, pour des fins de souplesse.

Témoignage d'un CPE

Quand le projet Garderie bio s'est présenté, il allait de soi, pour notre garderie, que nous allions y adhérer. Ayant une sensibilité écologique, nous avons amorcé le projet, dans un élan d'enthousiasme manifesté autant par les employés que les parents utilisateurs.

Tout au long de cette année, nous avons vécu des coups de cœur...

Le premier fut vécu par les enfants lors du lancement du projet. Vous savez, pour un petit de trois ans et demi, c'est déjà une grande expérience que de faire germer une graine et de l'observer jusqu'à ce qu'elle devienne un plant. Imaginez maintenant sa fierté quand la chance vous permet d'offrir ce plan au fermier qui fera pousser vos légumes, et se rendre compte que ce sera vos haricots qu'il récoltera et vous livrera dans quelques semaines !

Le suivant, qui nous a tous marqués, nous a frappés lors de notre visite à la ferme. La rencontre avec Madeleine et Jean fut mémorable, autant pour les enfants, les éducatrices que les parents. Nous avons visité les poules (avez-vous déjà vu des poules perchées dans les arbres ?), puis Pollux, le cheval de la ferme ; nous avons caressé le museau des lapins et même aperçu une famille de canards sur l'étang. Nous sommes entrés nous réchauffer chez Madeleine, qui a raconté une histoire aux enfants, puis nous a préparé un bon chocolat chaud avec le lait des vaches ! Nous les avons vues, elles aussi, et tous furent impressionnés de voir ces belles vaches brunes avec des cornes ! Jean a même réalisé un de mes vieux rêves d'enfant, celui de traire une vache !

Ce qui nous a touché, nous, les adultes, c'est la passion qui anime ces agriculteurs, l'enthousiasme avec lequel ils répondent à nos questions, tout le travail qu'ils accomplissent en croyant à ce qu'ils font... Tout cela pour notre santé, et celle de la terre qui nous nourrit.

Le dernier fut pour Équiterre, qui nous a soutenus tout au long du projet, qui a créé les liens et facilité la communication avec la ferme. L'équipe de travailleurs et travailleuses de la garderie a vraiment craqué lors d'une réunion d'équipe où la responsable du projet est venue nous parler des effets des pesticides sur la santé des enfants et de l'agriculture biologique et locale. La clarté de ses propos et sa facilité à vulgariser l'information nous ont permis de mieux comprendre l'importance de manger bio et, surtout, de pouvoir bien l'expliquer aux enfants par la suite. La mallette pédagogique « Ça grouille dans mon jardin écologique » est venue nous outiller sur le plan matériel.

Cette expérience du projet Garderie bio fut vraiment convaincante pour nous, l'équipe de la garderie, et nous la poursuivrons encore cette année, et dans les années futures.

En vous souhaitant sincèrement, à tout un chacun, de vivre un tel projet !

Caroline Charron, Conseillère pédagogique, CPE Harmonie.

Table des matières

Introduction	2
Présentation d'Équiterre	2
Le projet pilote Garderie bio	2
Les aliments biologiques, en quoi sont-ils différents?	3
Les Centres de la petite enfance (CPE), en deux mots... ..	3
L'Agriculture soutenue par la communauté : Les « fermiers de famille »	4
Devenir une garderie bio, pour qui, pour quoi ?	6
Pour la santé des enfants !	6
Pour la santé de l'environnement et l'équilibre écologique !	8
Pour la santé de l'économie locale !	10
Pour le plaisir du palais !	10
Comment devenir une « garderie bio »?	11
1^{ère} étape	12
Parlez de votre projet !	
2^e étape	13
Créez un « comité bio » ou un « comité environnement »	
3^e étape	14
Évaluez vos besoins et vos ressources	
Planification des coûts	14
4^e étape	17
Choisissez vos modes d'approvisionnement	
5^e étape	19
Trouvez votre ferme d'Agriculture soutenue par la communauté	
6^e étape	24
Établissez une entente avec la ferme	
7^e étape	26
Faites le suivi auprès de la ferme : communiquez !	
8^e étape	27
Mettez sur pied un programme pédagogique	
1. Les activités « classiques » du programme éducatif	27
2. La mallette pédagogique « Ça grouille dans mon jardin écologique » !	28
3. Les visites à la ferme	29
9^e étape	36
À la fin de la saison : faites le bilan	
Mot de la fin...	36

Introduction

Présentation d'Équiterre

Équiterre est un organisme sans but lucratif dont la mission est de contribuer à bâtir un mouvement citoyen prônant des choix individuels et collectifs, à la fois écologiques et socialement équitables.

Équiterre réalise cette mission dans les quatre programmes suivants : Agriculture écologique, Commerce équitable, Efficacité énergétique et Transport écologique.

Le projet pilote Garderie bio

Dans le cadre du programme Agriculture écologique, Équiterre développe notamment des projets concrets comme le réseau québécois des projets d'ASC, lequel crée des liens directs entre les citoyens-consommateurs et les fermes biologiques d'ici depuis 1996.

À la suite d'une expérience de plusieurs années avec les fermes biologiques en ASC, diverses personnes ont soulevé l'importance de l'alimentation biologique pour les tout-petits. C'est ainsi qu'est né le projet Garderie bio, une première expérience visant à explorer les possibilités d'approvisionnement des CPE en fruits et légumes biologiques et locaux. Équiterre a mené ce projet en partenariat avec cinq CPE et quatre fermes biologiques en ASC.



Dominic, Marguerite et Grégoire Paré

Les fermes et les CPE ayant participé au projet pilote sont :

- * Le CPE du Carrefour lié aux Jardins du Petit Tremble.
- * Le CPE Harmonie et le CPE Fleur de Macadam liés à la Ferme Cadet-Roussel.
- * Le CPE Franquette la grenouille lié aux Jardins de Papy.
- * Le CPE du Mouille pied lié aux Chemins du Roy.

L'expérience vise trois objectifs :

1. Faciliter l'approvisionnement des CPE en aliments biologiques et locaux.
2. Sensibiliser les enfants et les adultes (parents, personnel des CPE participants) aux avantages de l'alimentation issue de l'agriculture biologique et locale.
3. Contribuer à la réflexion scientifique sur les liens entre la consommation d'aliments biologiques et la santé chez les enfants.

Ce guide a été développé afin de faciliter la dissémination de cette expérience à tous les CPE ainsi qu'à toutes les fermes biologiques intéressées.

Les aliments biologiques, en quoi sont-ils différents ?

En agriculture biologique, la santé du sol est primordiale, car c'est lui qui nourrit les plantes. Des techniques comme la rotation des cultures, l'utilisation du compost ou les « engrais verts », ces plantes semées, puis enfouies pour enrichir le sol, sont autant de pratiques qui favorisent la présence d'une faune utile au maintien de la qualité du sol. De plus, l'agriculture biologique est régie par des normes strictes comme l'interdiction d'utiliser pesticides, fertilisants, semences génétiquement modifiées ou autres produits chimiques proscrits par les organismes de certification. Ces derniers sont chargés d'inspecter les fermes portant les mentions « bio », « biologique », « écologique » et « biodynamique » depuis que la loi qui protège ces appellations est entrée en vigueur au Québec en 2000. Cela signifie qu'un rigoureux processus assure l'authenticité des produits bio lorsqu'ils portent le logo d'un organisme de certification reconnu par le Conseil des appellations agroalimentaires du Québec (CAAQ). Pour obtenir plus d'informations au sujet de la certification biologique, visitez le www.caqbio.org.

Les Centres de la petite enfance (CPE), en deux mots...

Un CPE offre des services de garde éducatifs en installation et coordonne de tels services en milieu familial. Ces services s'adressent principalement aux enfants de la naissance jusqu'à la fréquentation de la maternelle.

Les CPE sont tenus par des corporations sans but lucratif, dont le conseil d'administration est formé en majorité de parents. Ces derniers jouent un rôle prépondérant dans l'organisation des services et dans les choix éducatifs.

Une base de données contenant tous les CPE et autres services de garde est disponible sur le site Internet du ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille : www.messf.gouv.qc.ca.

L'Agriculture soutenue par la communauté :

Les « fermiers de famille »

L'Agriculture soutenue par la communauté (ASC) est une formule par laquelle des citoyens, des citoyennes et des fermes biologiques locales se soutiennent mutuellement.

Ces citoyens deviennent « partenaires » d'une ferme en achetant une part de la récolte en début de saison. Les fermes participantes livrent des paniers de légumes variés (les « paniers bio ») à un point de chute dans les quartiers où habitent leurs partenaires, et ce, chaque semaine.

Les projets d'ASC comportent une importante dimension sociale, permettant de tisser des liens avec le « fermier (ou la fermière) de famille », en donnant un coup de main à la ferme ou au point de chute ou en rendant visite à la ferme, dans le cadre d'une fête des récoltes, par exemple.

Près de 80 fermes sont actuellement membres du réseau québécois des projets d'ASC. Elles desservent quelque 12 000 personnes. Équiterre a pour rôle de soutenir le développement de ces fermes et de faire connaître la formule et les fermes au grand public.



Des partenaires participent à la récolte sur une ferme d'ASC.

L'ASC encourage la production biologique locale qui favorise, entre autres, la santé humaine et la protection de l'environnement. En participant à l'ASC, il est possible de manger bio à un prix abordable.

De plus, l'ASC offre un véritable appui à la petite agriculture québécoise. La part achetée en début de saison permet aux agriculteurs de planifier leur saison et d'assurer leur sécurité financière, pendant que les partenaires dégustent des produits frais, sains et délicieux ! L'ASC permet aussi de verser à l'agriculteur la totalité du prix payé, ce qui leur permet d'adopter des pratiques agricoles respectueuses de l'environnement.

Les fermes du réseau québécois des projets d'ASC sont toutes différentes et chacune s'organise, selon ses spécialités et ses partenaires. Toutefois, toutes les fermes répondent aux quatre critères suivants :

1. Agriculture biologique

Les fermes du réseau sont toutes certifiées « biologiques » en vertu de la Loi sur les appellations réservées du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec.

2. Agriculture locale

Les produits des paniers bio proviennent majoritairement de la ferme. Certains produits peuvent toutefois venir d'autres fermes de la région. Ces aliments voyagent relativement peu et contribuent donc moins à l'émission de gaz à effet de serre.

3. Partage des risques et bénéfices

L'agriculture est une activité économiquement risquée. Or, les producteurs bio ne peuvent compter sur les intrants de synthèse ayant pour effet de réduire ce risque. Le partenaire, en payant à l'avance, et sa ferme, en produisant en quantité, diversité et qualité, s'engagent mutuellement à partager les risques et les bénéfices pour la saison.

4. Dimension sociale

Les producteurs rencontrent souvent les citoyens aux points de chute. Les projets peuvent aussi inclure des rencontres, des fêtes de récolte et des journées de travail à la ferme.

Devenir une garderie bio, pour qui, pour quoi ?

Pour la santé des enfants !

* Parce qu'en agriculture biologique, les pesticides chimiques sont interdits

Les humains utilisent des pesticides dans plusieurs activités : en agriculture conventionnelle (ce secteur consomme environ 80 % des pesticides utilisés au Québec), dans l'entretien des pelouses, à l'intérieur des résidences, etc. De plus en plus d'études établissent des liens entre l'exposition aux pesticides et de nombreux problèmes de santé, les enfants y étant les plus vulnérables.

* Les jeunes enfants et les nourrissons sont susceptibles de développer des symptômes de toxicité suivant une exposition à faible dose, le tout en raison de leur métabolisme plus rapide, des plus grandes superficies d'absorption de leur corps et de leur régime alimentaire constitué de nombreux aliments contenant des résidus de pesticides, comme des fruits et des légumes.

* Ceux-ci peuvent aussi développer des problèmes neurologiques, des troubles du comportement, des perturbations du système hormonal ou des cancers qui ne se retrouvent pas chez l'adulte en raison des périodes critiques d'exposition que représentent la période de grossesse et certaines phases de la croissance.

La plupart des pesticides peuvent être absorbés par les voies orale (par l'eau et les aliments), cutanée (par l'eau, l'air et le sol) et respiratoire (par l'air). L'alimentation est, pour nous et nos enfants, une source importante d'exposition aux pesticides. En effet, des recherches ont démontré que jusqu'à 80 % de la charge corporelle en pesticides des enfants est due à l'exposition alimentaire, c'est-à-dire que ces pesticides sont ingérés par l'intermédiaire des aliments consommés⁽¹⁾.

* Le taux de pesticides résiduels décelés dans les fruits et légumes vendus au Canada a plus que doublé entre 1994 et 1999⁽²⁾.

Puisque l'usage de pesticides chimiques est interdit en agriculture biologique, consommer des produits bio est un moyen relativement simple pour les parents de réduire l'exposition de leurs enfants aux pesticides, comme l'indiquent les recherches suivantes.

Les résultats d'une étude publiée en 2002 par des chercheurs de l'Université de Washington démontrent que les enfants dont l'alimentation est essentiellement biologique (75 % ou plus de leur alimentation) sont significativement moins exposés aux pesticides que ceux dont l'alimentation est essentiellement conventionnelle (75 % et plus). Dans l'urine des enfants « bio », on retrouvait entre six et neuf fois moins de pesticides que dans celle des « non-bio »⁽³⁾.

Une autre étude portant sur 110 enfants de milieux urbains et semi-urbains témoigne de la présence de pesticides dans l'urine de tous les enfants échantillonnés, à l'exception d'un enfant dont les parents affirmaient n'acheter que des fruits et légumes biologiques⁽⁴⁾.

Pour les nourrissons âgés entre 6 et 12 mois, la nourriture commerciale pour bébés est la source alimentaire la plus importante d'insecticides dangereux. Aux États-Unis, les aliments commerciaux pour bébés tels que le jus de pomme, les poires, la compote aux pommes et les pêches (fruits ayant de hauts taux de pesticides résiduels) exposent environ 77 000 enfants tous les jours aux pesticides organophosphorés en des quantités supérieures aux normes acceptables. Lors du même recensement, on a découvert qu'entre 1,5 et 2 % des pommes, raisins, poires et 15 % des pêches étaient tellement contaminés par les pesticides qu'un enfant moyen d'un an pesant 25 livres excéderait la dose sécuritaire de pesticides d'un adulte en ne mangeant que deux raisins ou trois bouchées de pommes ou 10 grammes de poires ou de pêches.⁽⁵⁾

De plus, les pommes, fraises, cerises, framboises, épinards, poivrons, céleris, pommes de terre et piments forts cultivés en agriculture conventionnelle contiennent les plus grandes quantités résiduelles de pesticides⁽⁶⁾. Choisir ces mêmes fruits et légumes en version biologique revêt donc une importance significative.

*** Parce que les produits bio sont souvent plus nutritifs**

Des études démontrent que certains aliments bio contiennent plus d'éléments nutritifs que les produits conventionnels. Virginia Worthington, de l'Université Johns Hopkins au Maryland, a dénoté que, par exemple, les épinards bio contiennent 52 % plus de vitamines C que les épinards conventionnels.

*** Parce que les produits bio sont exempts d'organismes génétiquement modifiés (OGM)**

Les organismes génétiquement modifiés (OGM) sont des plantes (ou autres espèces) dont on a modifié la séquence génétique pour y introduire les gènes provenant d'une autre espèce. Les semences ainsi modifiées sont dites « transgéniques ». Leur utilisation est interdite en agriculture bio. L'absence d'études indépendantes à long terme concernant l'impact des OGM sur la santé laisse planer un doute. Les produits bio constituent une façon de les exclure de notre alimentation.

*** Parce que la viande bio ne contient pas de résidus d'antibiotiques ni d'hormones de croissance**

La collectivité médicale au Canada reconnaît que les plus sérieux problèmes de résistance aux antibiotiques chez les humains sont attribuables à l'utilisation excessive d'antibiotiques administrés aux humains et à ceux ajoutés à la nourriture destinée aux animaux. Les animaux en régie bio ne sont nourris qu'en aliments biologiques sans suppléments d'antibiotiques ni de régulateurs de croissance.

Pour la santé de l'environnement et l'équilibre écologique !

Les applications d'engrais et de pesticides de synthèse sur les cultures conventionnelles entraînent des problèmes de pollution des cours d'eau, de l'air et des sols, compromettant ainsi la santé de l'environnement et la nôtre de nombreuses façons. Or, l'agriculture biologique montre que ces produits ne sont pas indispensables. L'agriculture intensive cause aussi l'appauvrissement et l'érosion des sols. En contrepartie, l'agriculture biologique met en place les conditions favorisant l'équilibre naturel au sein de l'écosystème agricole en améliorant la fertilité et la vitalité du sol, de même qu'en favorisant la diversité des cultures et des autres formes de vie cohabitant avec elles.

*** Parce que l'agriculture biologique protège les sols et les cours d'eau**

Toutes les zones agricoles ont enregistré une hausse de l'épandage des engrais de synthèse depuis les 30 dernières années, notamment avec l'accroissement fulgurant des monocultures de maïs et de soya, au cours des 20 dernières années ; des productions très exigeantes en fertilisants. Ces derniers favorisent la croissance d'algues dans les lacs où on voit alors apparaître des matières en suspension dans l'eau⁽⁷⁾.

Durant les 40 dernières années, la terre a perdu près du tiers de ses terres arables. Les terres arables, perdues soit à cause de l'érosion attribuable à des pratiques trop intensives, soit en raison de la contamination par des produits toxiques, prennent des milliers d'années avant de se reconstruire. Dans le monde, c'est plus de 10 millions d'hectares de terres arables par année qui disparaissent⁽⁸⁾.

Contrairement à l'agriculture conventionnelle, les pratiques de l'agriculture bio reposent sur la santé et la vitalité des sols. La rotation des cultures et les engrais verts sont des exemples de méthodes permettant d'améliorer la fertilité, la structure, la circulation de l'eau et la vie microbienne dans la terre. De plus, l'absence d'usage de pesticides et de lisiers et l'encouragement à maintenir une couverture végétale maximale sur les parcelles cultivées en mode bio font que la pollution de l'eau de rivières est évitée.

Selon une estimation réalisée à partir d'études provenant d'autres pays, la détérioration des cours d'eau, l'érosion des sols et la présence de résidus de pesticides dans l'environnement, conséquences de l'intensification de la production, engendreraient des dommages économiques entre 200 et 500 millions \$ par an au Québec.

*** Parce que l'agriculture bio est bénéfique pour la biodiversité**

Une étude du Britain Soil Association révèle que l'on retrouve significativement plus de plantes sauvages et d'oiseaux dans les fermes bio que dans les fermes conventionnelles. D'autres ont montré une plus grande richesse en insectes et arthropodes divers, provoquant un meilleur équilibre écologique.

*** Parce que les produits locaux sont souvent moins emballés**

Plus le rapport est direct entre les agriculteurs et les consommateurs, moins les aliments nécessitent d'être transformés ou emballés. Cela a pour effet de réduire les quantités de déchets empilés dans les sites d'enfouissement.

*** Parce que l'agriculture biologique et locale est moins polluante et moins énergivore**

Une agriculture qui utilise moins d'intrants chimiques et qui produit pour la consommation locale (régionale) réduit significativement la quantité de pétrole consommée pour produire et transporter la nourriture, contribuant ainsi à réduire l'émission de gaz à effet de serre. Selon une étude du Worldwatch Institute, un aliment parcourt en moyenne de 2 500 à 4 000 km, du champ à la table. Une étude menée en Suisse démontre que la consommation de fertilisant et d'énergie est d'environ 40 % moindre en bio qu'en conventionnel⁽⁹⁾.



Dominic Paré

Pour la santé de l'économie locale !

*** Parce que l'agriculture biologique et locale soutient l'économie régionale**

En achetant des produits qui proviennent de régions avoisinantes, les sommes sont dépensées au Québec, ce qui stimule la création d'emplois et fait rouler l'économie d'une région. Ces fermes contribuent aussi à favoriser l'occupation du territoire par l'activité agricole et à sauvegarder la zone verte dans des secteurs où les pressions sont fortes en faveur du développement résidentiel. De plus, à défaut d'utiliser des pesticides, la production biologique se tourne souvent vers la main-d'œuvre locale pour certaines opérations culturales comme le sarclage ou la récolte, autre contribution à la création d'emplois.

Pour le plaisir du palais !

*** Parce que certains aliments bio et locaux ont une qualité gustative qui se distingue**

Parce qu'ils sont produits « à leur rythme » (sans engrais de synthèse), les aliments bio ont acquis tous les éléments nutritifs du sol à la vitesse qui leur est propre, ce qui leur donne de bonnes chances d'être très savoureux. Souvent, les produits bio et locaux sont récoltés la journée même de la livraison ou la veille. Cela assure un maximum de goût, car les fruits et les légumes sont récoltés à maturité. De quoi ravir le palais des petits et des grands !



Jean Roussel de la ferme Cadet-Roussel sur son tracteur.

Comment devenir une « garderie bio »?

Il n'y a pas de recette parfaite pour cuisiner bio à un coût raisonnable, de la manière la plus équitable possible... Le modèle développé dans le cadre du projet Garderie bio a l'avantage de favoriser les liens directs entre les producteurs et les citoyens, d'encourager la production locale, donc de réduire la pollution causée par le transport et d'obtenir des fruits et légumes biologiques à des prix moins élevés qu'en épicerie.

Par ce projet pilote, les CPE se sont approvisionnés en fruits et légumes et non pas en produits secs (farine, sucre, etc.), en pain, ou en viandes ; quoique les résultats du projet nous permettent d'offrir quelques conseils à ce sujet.

Les neuf étapes présentées ci-dessous visent ainsi à appuyer le CPE et la ferme dans le développement de leur propre projet de « Garderie bio ». Adaptez-les « à votre sauce », le projet n'en sera qu'un plus grand succès !

Les neuf étapes

1. Parlez de votre projet alimentaire au sein de votre CPE.
2. Créez un « comité bio ».
3. Évaluez vos besoins et vos ressources.
4. Choisissez vos modes d'approvisionnement.
5. Trouvez votre ferme biologique.
6. Établissez une entente avec la ferme.
7. Faites le suivi auprès de la ferme : communiquez!
8. Mettez sur pied un programme pédagogique.
9. À la fin de la saison : faites le bilan.



1^{ère} étape

Parlez de votre projet !

Plusieurs parents ou employés aimeraient bien que leur CPE devienne bio sans savoir comment faire... Ils connaissent les liens entre l'alimentation bio, la santé des enfants et celle de l'environnement et voient dans ce projet une belle occasion d'appliquer leurs valeurs au sein du CPE de leurs enfants.

Afin que les autres membres du CPE adhèrent à ce projet alimentaire : parlez-en ! Parlez des avantages de l'alimentation bio, partagez vos idées et sondez les réactions. Le succès du projet repose grandement sur un élément : la mobilisation des personnes impliquées au CPE. Il ne suffit pas seulement de convaincre le conseil d'administration ou la direction, mais également les éducateurs, les parents et, bien sûr, les responsables alimentaires et l'équipe de cuisine.

Le responsable alimentaire gère la cuisine. Il passe les commandes, entretient des liens avec les fournisseurs, lave les légumes, planifie et réalise ses menus... Bref, ce sera principalement lui qui mettra sur pied le lien alimentaire. C'est donc en grande partie sur lui que repose le succès du projet. À moins que l'initiative émane du responsable alimentaire, impliquez le (ou les !) dès le début des démarches. Il pourra ainsi s'approprier réellement le projet et en comprendre les raisons. Contribuer à réduire l'exposition des enfants à des contaminants, à protéger l'environnement et à encourager l'équité sociale, ce n'est pas rien !



Hélène, la responsable alimentaire du CPE Harmonie prépare de bons petits plats pour les enfants.

2^e étape

Créez un « comité bio » ou un « comité environnement »

Bien que facultative, la création du « comité bio » permet de rassembler les personnes responsables des différents volets du projet au sein du CPE. De nombreuses activités pédagogiques peuvent naître d'une telle initiative, telles que des visites à la ferme, des activités éducatives, des informations à saveur agro-environnementale dans le journal du CPE (voir la 8^e étape : Mettez sur pied un programme pédagogique), etc.

Dans ce comité, on peut retrouver :

- * un éducateur,
- * un membre de la direction,
- * un membre du CA ou un autre parent,
- * un membre de la cuisine.

Le comité pourrait se partager les tâches suivantes :

- * Intégration des aliments bio dans les menus (habituellement quelqu'un de la cuisine).
- * Organisation d'activités pédagogiques pour les enfants (visite à la ferme, emprunt de la mallette pédagogique, jardin pour les enfants, compost).
- * Liaison avec les parents (ateliers, événements, rédaction d'articles dans le journal).



Grégoire Paré

3^e étape

Évaluez vos besoins et vos ressources

Que désirez-vous ? Que le CPE s’approvisionne entièrement en aliments biologiques ? Qu’il s’approvisionne en fruits et légumes biologiques ? Changer l’approvisionnement au complet ou en partie ? De quel budget dispose le CPE ? Les menus peuvent-ils s’adapter à des changements de produits ou d’approvisionnement ?

Voilà des questions auxquelles on doit répondre pour bien estimer les coûts avant d’approcher les nouveaux fournisseurs, notamment les fermes. Les réponses vous aideront dans la planification.

Planification des coûts

« Combien cela coûte-t-il ? » C’est la première question que se posent les CPE lorsqu’ils pensent à s’approvisionner en aliments bio. La réponse dépend de plusieurs facteurs, soit principalement du choix des aliments (fruits et légumes, viande ou autres aliments) et du mode d’approvisionnement (épicerie, ferme en ASC, autre ferme ou coopérative d’aliments).

D’autres éléments qui influencent également le coût.

* La saison des récoltes. Si la saison est mauvaise, il y aura plus de pertes dans les champs. Les coûts des fruits et légumes seront donc plus élevés.

* Le mode d’approvisionnement préalable du CPE. Si l’approvisionnement se faisait préalablement auprès d’un grossiste, il y aura une plus grande différence de coûts en achetant des produits bio. Si, par contre, l’approvisionnement préalable se faisait auprès d’un commerce de détail, la différence sera probablement moins importante (voir Tableau 2).

Les coûts des produits maraîchers des fermes en ASC peuvent varier d’année en année, selon les récoltes. Ces coûts fluctuent également de ferme en ferme. De son côté, chaque CPE a des habitudes d’achats, des menus et un budget propres. Les écarts de coûts liés à l’achat de produits bio dépend donc des deux réalités : celle du CPE et celle de la ferme. Afin d’être le plus réaliste possible, le pourcentage d’augmentation des coûts causée par l’achat de produits bio utilisé dans ce guide est supérieur de deux points de pourcentage à la plus forte augmentation constatée lors du projet pilote.

Les calculs suggérés ci-dessous sont appropriés pour estimer les coûts supplémentaires que représentent des achats de fruits et légumes bio dans le cadre de la création d’un lien alimentaire entre une ferme en ASC et un CPE.

Une méthode simple consiste à faire le calcul du « scénario réaliste », à l’aide des étapes suivantes.

1. Établir un nombre approximatif de semaines représentant la saison des récoltes de votre région (entre 12 et 22 semaines), soit approximativement du 1^{er} juillet au 15 novembre.

2. Calculer le coût des achats alimentaires sur la même période en utilisant les factures de l'année précédente.

3. Pour la première année, établir un pourcentage maximal d'achats de fruits et légumes bio, sur le total des achats de fruits et légumes. Puisque les CPE du projet pilote ont acheté environ 25 % de leurs fruits et légumes en version bio, vous pouvez choisir ce pourcentage comme indicateur, ou encore utiliser un pourcentage plus élevé, par exemple 35 % (augmentez ce chiffre si vous décidez de revoir vos menus en fonction de la production de votre ferme).

4. Si vous comptez acheter 25 % de vos fruits et légumes en version biologique, ajoutez 6 % des coûts à votre montant total d'achats de fruits et légumes de l'année précédente. Augmentez de 12 % si vous comptez acheter 50 % de vos produits en bio, etc. (Faire une règle de trois.)

Exemple :

Tableau 1

Montant d'achats de fruits et légumes pour un CPE X en 2002 (du 15 juillet au 30 octobre)	Pourcentage maximal d'achats de fruits et légumes bio et local estimé	Pourcentage d'augmentation estimée des coûts d'achats de fruits et légumes	Estimation de l'augmentation des coûts en 2003 (du 15 juillet au 30 octobre) en dollars
3 000 \$	35 %	8 %	240 \$
3 000 \$	50 % (le CPE a modifié ses menus)	12 %	360 \$
2 000 \$	35 %	8 %	160 \$

Les chiffres de deux CPE participants nous aident également à comprendre comment calculer le « scénario réaliste ».

Tableau 2

CPE	Nombre d'enfants, (nombre d'adultes)	Mode d'approvisionnement préalable (fruits et légumes)	Mode d'approvisionnement biologique (fruits et légumes)	Coût total d'achats bio (fruits et légumes sur 12 semaines)	Pourcentage de l'alimentation qui est bio (pourcentage des achats)	Différence de coûts entre les achats de fruits et légumes de l'été 2002 et 2003 sur 12 semaines, en pourcentage
1	78 (20)	Fruiterie indépendante	Ferme ASC	615 \$	Approx. 25 %	0 %
2	160 (40)	Grossiste	Ferme ASC	1 530 \$	27 %	5 %

Attention !

Ces chiffres sont une estimation découlant des résultats du projet pilote. Si le budget du CPE est serré, donnez des balises au responsable alimentaire (fixez les coûts d'achats maximum auprès de la ferme bio). Sauf entente contraire, la ferme transmet les prix de ses produits toutes les semaines avant que le responsable alimentaire ne procède à la commande.

Si l'on veut s'approvisionner auprès d'une coopérative d'alimentation ou d'un autre type de commerce de détail, la planification se limite à établir le budget disponible, à analyser les différentes options et à choisir la meilleure. Vous trouverez les lieux de vente des produits biologiques locaux et équitable dans le Bottin Équiterre, disponible sur le site Internet à cette adresse <http://www.equiterre.org/outils/consommer/bottinequiterre.html>.

4^e étape

Choisissez vos modes d'approvisionnement

La cuisine d'un CPE n'est pas aussi flexible que celle d'une famille québécoise. Souvent, des menus d'hiver et d'été sont préétablis, sur quatre ou huit semaines. Le tout est planifié pour tenir compte des allergies des enfants, de plus en plus présentes, des pratiques religieuses des parents et de la politique alimentaire des CPE. Dans le cadre du projet pilote, un CPE a expérimenté l'approvisionnement sous forme de paniers composés par la ferme, à toutes les semaines, alors que les autres ont fonctionné par commandes hebdomadaires, établies à partir de la liste de produits disponibles envoyée chaque semaine par la ferme.

Cuisiner à partir d'un panier dans lequel se trouve une diversité de légumes est possible, mais demande beaucoup de flexibilité de la part du responsable alimentaire. Cette formule s'applique donc plus facilement à des garderies en milieu familial.

Lors du projet pilote, un CPE et une ferme ont choisi de fonctionner selon le modèle traditionnel de l'ASC, soit par panier « surprise ». Le CPE a donc estimé, en début de saison, le nombre de paniers nécessaires pour nourrir les enfants et les employés.

Le responsable alimentaire, bien qu'heureux de la qualité des légumes, a rencontré quelques difficultés, dont l'expérience pourra vous aider dans votre planification, si vous décidez de fonctionner par panier. En voici un aperçu.

1. La quantité. Celle-ci, prévue en début de saison, s'est avérée trop grande. Les absences liées aux vacances estivales ainsi que l'excellente saison qu'a connue la ferme étaient les causes de ce surplus. Le responsable alimentaire a donc passé beaucoup de temps à blanchir, puis à congeler les légumes des paniers.

2. La variété. Bien que la ferme cultive une très grande variété de fruits et légumes, plusieurs légumes, très présents dans les paniers, n'étaient pas appréciés par les enfants, dont les légumes « chinois », par exemple, le bok choy.

Le calcul estimatif des coûts vous a sûrement pistés sur la capacité financière du CPE de s'approvisionner en tout ou en partie en aliments ou en fruits et légumes biologiques. Vous pouvez utiliser cette estimation pour choisir lequel des modes d'approvisionnement est adapté à sa situation financière (voir tableau 3, à la page suivante) :

Tableau 3

Éléments permettant de choisir le mode d'approvisionnement adapté à la capacité financière du CPE

Capacité financière *	Souhaite-t-on modifier les menus ?	Comment doit-on modifier les menus?	Mode (s) d'approvisionnement possible
Petit budget sans possibilité d'imprévus financiers	Oui	Modification hebdomadaire des menus en fonction de ce qui se trouve dans les paniers	Ferme en ASC (légumes) Fonctionnement par paniers variés composés par la ferme chaque semaine
Petit budget	Non	N/A	Ferme en ASC (légumes) Fonctionnement par commande
Petit budget	Oui	Ajout de légumineuses Portions de viande moins nombreuses et plus petites	Ferme en ASC (viande) Fonctionnement par commande
Moyen budget	Oui	Ajustement des menus en fonction de la production de votre fermier	Ferme en ASC (légumes) Fonctionnement par commande
Moyen budget	Non	N/A	Coopérative d'aliments biologiques (céréales, produits laitiers, etc.)
Gros budget	Possiblement	Plusieurs modifications possibles, comme énumérées	Combinaison des différentes sources d'approvisionnement

* À titre indicatif...

Petit budget : Augmentation < 6 % des coûts.

Moyen budget : Augmentation 6 % à 15 % des coûts.

Gros budget : Augmentation > 15 % des coûts.

Attention !

Si vous planifiez des achats de viande ou d'autres aliments biologiques, il faut les inclure dans l'étape 2 du calcul du « scénario réaliste ».

5^e étape

Trouvez votre ferme d'Agriculture soutenue par la communauté

1. Procurez-vous la liste des fermes du réseau québécois des projets d'ASC

(disponible à <http://www.equiterre.org/agriculture/paniersBios/listeFermes.html>) et répertoriez celles ayant un point de chute près de votre CPE. Ensuite, contactez-les directement et discutez avec les agriculteurs de leur intérêt et de leurs capacités à amorcer un partenariat avec votre CPE.

Autour de 85 fermes opèrent selon l'ASC au Québec, dont 69 font partie du réseau coordonné par Équiterre. Parmi ces 69, 62 font des paniers de fruits et légumes biologiques et 7 font des paniers de viande. Les fermes sont réparties dans 14 régions géographiques, de l'Abitibi au Bas-Saint-Laurent, réparties comme suit :

Tableau 4

Répartition géographique des fermes du réseau en date du mois de mars 2004

Région	Nombres de fermes	Région (suite)	Nombre de fermes
1 Bas-Saint-Laurent	1	10 Nord-du-Québec	0
2 Saguenay-Lac-Saint-Jean	2	11 Gaspésie	0
3 Québec	2	12 Chaudière-Appalaches	4
4 Mauricie	2	13 Laval	3
5 Estrie	6	14 Laurentides	6
6 Montréal	3	15 Lanaudière	6
7 Outaouais	4	16 Montérégie	22
8 Abitibi-Témiscamingue	1	17 Centre-du-Québec	3
9 Côte-Nord	1	Ontario	1

2. Quel est le bon moment pour commencer les démarches ?

L'hiver est le meilleur moment pour planifier l'été qui arrive à grands pas.

Les agriculteurs ont plus de temps disponible, ils passent leur commande de semences habituellement vers la mi-janvier et ils n'ont pas encore commencé leurs semis... Cela donne également assez de temps au CPE pour planifier le projet, pour mettre sur pied un plan pédagogique s'il y a lieu, etc. Cela dit, n'hésitez pas à entreprendre des démarches une fois cette date passée... Vous pourriez être agréablement surpris.

3. Quelles variétés de fruits et légumes la ferme cultive-t-elle ?

Afin de vous donner un aperçu des fruits et légumes disponibles, demandez à votre ferme une liste de ses aliments ! Ensuite, comparez les légumes habituellement utilisés par le CPE avec ceux produits par la ferme pour les mois les plus abondants des récoltes, soit août, septembre et octobre. Par exemple, si le CPE utilise 25 variétés de légumes dont 20 sont produits par la ferme, ces 20 légumes communs seront offerts au CPE à un moment de l'été, selon les quantités désirées par le CPE (voir tableau 5, à la page suivante).



Tableau 5

Légumes en commun

Légumes utilisés par le CPE (cultivables au Québec)	Légumes non cultivés à la ferme	Légumes en commun
Ail		Ail
Basilic		Basilic
Betteraves		Betteraves
Brocoli		Brocoli
Blé d'Inde		Blé d'Inde
Carottes		Carottes
Céleri	Céleri	
Champignons	Champignons	
Chou rouge et vert		Chou rouge et vert
Concombre		Concombre
Cresson		Cresson
Échalote		Échalote
Endives	Endives	
Épinards		Épinards
Fèves germées		Fèves germées
Fèves jaunes ou vertes		Fèves jaunes ou vertes
Navets		Navets
Oignons		Oignons
Panais	Panais	
Persil		Persil
Poivrons rouges		Poivrons rouges
Pommes de terre		Pommes de terre
Pommes de terre sucrées	Pommes de terre sucrées	
Poireaux		Poireaux
Pois mange-tout		Pois mange-tout
Laitue (tout sauf iceberg)		Laitue (tout sauf iceberg)
Tomates		Tomates
Courgettes		Courgettes

(Source : CPE Champagneur et Ferme de Bullion)

Important :

En tout temps, il est recommandé que le CPE conserve ses fournisseurs habituels afin de pouvoir se procurer ce que la ferme ne cultive pas.

Certaines fermes produisent d'autres aliments tels que du porc, de la volaille ou du pain en petite quantité. Si vous êtes intéressés, parlez-en avec eux !

4. Quels sont les points à vérifier auprès de la ferme ?

1. La ferme peut-elle fonctionner par panier ou par commande ?
2. La ferme est-elle prête à livrer directement à votre CPE ?
3. La quantité d'achats de légumes est-elle suffisante pour que la ferme fasse un détour (dans le cas d'une livraison) ? (Prendre le montant de ventes estimé établi à l'étape 3.)
4. Aimerez-vous que le CPE devienne un point de chute pour les parents, qui deviendraient partenaires de la ferme et recevraient des paniers bio ? Si oui, demandez-le ! Il se peut d'ailleurs que la ferme souhaite que le CPE fasse le recrutement de partenaires au sein des parents et employés du CPE. Dans ce cas, le CPE et la ferme y gagneraient, l'un en offrant un avantage supplémentaire aux parents, l'autre en compensant les frais de déplacement par une livraison plus importante.
5. Si la ferme juge que le montant des achats semble trop bas pour le déplacement encouru (dans le cas des CPE de moins de 50 enfants par exemple), voyez à vous jumeler avec d'autres CPE de la même ville ou du même quartier, ainsi qu'avec les services de garde en milieu familial. Chaque CPE passerait sa commande, ou aurait une entente séparée avec la ferme, mais tous les produits pourraient être livrés au même endroit. Vérifiez également la possibilité d'un jumelage entre différents organismes d'un même quartier.

5. À quoi devra s'attendre le responsable alimentaire ?

Les fruits et légumes que recevra le responsable alimentaire seront en général cueillis le jour même ou la veille. Ils seront donc frais et bons, mais ils pourraient être différents de ceux auxquels il est habitué. Par exemple, les pommes de terre ne seront peut-être pas aussi bien lavées ; les carottes pourront être un peu croches ; les poivrons, un peu plus petits. En général, pour les petites fermes, les critères esthétiques ont moins d'importance que les critères gustatifs ! Parlez-en à l'avance à votre agriculteur...

Quelques conseils de la part des responsables alimentaires :

1. Prévoyez les changements de personnel en cuisine pendant les vacances d'été, et assurez-vous que les remplaçants soient bien informés du fonctionnement avec la ferme.
2. Assignez quelqu'un à l'interne pour placer les légumes dans le frigo, si la ferme livre après la fermeture de la cuisine.

3. Soyez ouverts aux changements,
même si cela implique un peu plus de travail !

6. Point de chute ou point de livraison

Le CPE peut devenir un point de chute pour la distribution de paniers destinés aux familles devenues partenaires de la ferme. C'est présentement le cas pour quelques CPE participants au projet pilote. Cela a l'avantage d'étendre l'expérience alimentaire bio institutionnelle au sein du foyer familial. Par contre, il y aura quelques points de logistique à définir. Parlez-en avec votre ferme qui vous informera de sa façon de procéder. Il se peut qu'elle demande au CPE de recruter lui-même les partenaires. Elle devrait toutefois remettre ses documents de promotion et d'information au CPE afin de faciliter le recrutement. Discutez de la possibilité de tenir une réunion d'information au CPE pour les parents ou d'inviter les partenaires potentiels (les parents intéressés) à une autre réunion de la ferme.



Josée Breton

Normand Gauvin, alias Papy, et Jade du CPE Franquette la Grenouille en visite à la ferme.

6^e étape

Établissez une entente avec la ferme

Après discussions entre la ferme et le CPE sur le développement du partenariat, (planification, livraison, coût, répartition des paiements), une entente peut être rédigée et convenue entre les deux parties afin d'officialiser le projet et d'encadrer l'approvisionnement alimentaire. L'entente permet également aux deux parties de connaître précisément les attentes de leur vis-à-vis et peut servir de références en cas de désaccord.

L'entente est facultative, c'est-à-dire que certaines fermes et CPE pourraient décider ensemble de ne pas en signer une. Dans le cadre du projet pilote, l'entente, en plus de son utilité fonctionnelle, visait à souligner l'engagement du CPE envers la ferme et vice versa. L'entente peut être large ou précise, selon les besoins. Celle-ci, accompagnée d'un paiement symbolique fait à l'avance (200 \$ en général), permet de souligner cet engagement, de tisser des liens entre les deux parties et, bien sûr, de donner un coup de pouce à la ferme.

Exemple d'une entente entre une ferme et un CPE

CONSIDÉRANT QUE

- * L'agriculture biologique et locale invite à coexister harmonieusement avec la nature, qu'elle préserve l'équilibre des sols et des eaux, assure le bien-être des animaux, limite le transport et la transformation des aliments et renforce l'économie des régions ;
- * L'ASC crée des liens de solidarité entre la ville et la campagne et favorise le développement d'un modèle alimentaire durable ;
- * Les enfants sont particulièrement vulnérables aux pesticides présents, entre autres, dans l'alimentation et que, conséquemment, la consommation de légumes biologiques est un moyen relativement simple de réduire leur exposition aux pesticides.

ENTENTE

Le CPE X et la FERME Y conviennent de ce qui suit :

1. ENGAGEMENT DE LA FERME Y

La FERME Y s'engage à vendre et à livrer, tous les JOUR DE LA SEMAINE compris entre la période du DATE MOIS au DATE, MOIS (NOMBRE DE semaines), les seuls fruits et légumes biologiques produits de la ferme au CPE X, situé au ADRESSE ;

La FERME Y s'engage à faire tout le nécessaire pour assurer la production, la vente et la livraison requise en vertu de la présente entente par le CPE X et ce, selon les normes de l'agriculture biologique, de même qu'à maintenir valide en tout temps sa certification.

La FERME Y s'engage à collaborer à la préparation et à la tenue de visites à sa ferme pour les enfants, parents et éducateurs du CPE X. (optionnel)

2. ENGAGEMENT DU CENTRE DE LA PETITE ENFANCE X

Le CPE X accepte d'acheter et recevoir les fruits et légumes de FERME Y et que la variété de ces fruits et légumes change au cours des semaines, selon les récoltes, et que seuls les légumes se retrouvant sur la liste en annexe seront inclus, à moins d'avis contraire de la part du CPE.

3. RENOUVELLEMENT DE L'ENTENTE

Si le CPE X désire rester partenaire de FERME Y au-delà du DATE, MOIS 2003, une nouvelle entente sera rédigée, complétée et signée par les deux parties.

4. MODALITÉ DE PAIEMENTS

Un premier paiement correspondant à 200 \$, soit environ X % du montant total estimé pour la saison de l'ordre de Y \$, sera versé par chèque au moment de la signature de la présente entente. Les paiements subséquents seront effectués mensuellement. La facturation de FERME Y sera faite hebdomadairement, et indiquera les quantités de légumes ainsi que les prix par items.

5. FIN DE L'ENTENTE

L'une ou l'autre des deux parties peut mettre fin à la présente entente. Il doit en avvertir l'autre au moins 10 jours avant la fin des livraisons.

Acquiesçant à tous les aspects composant la présente entente,

Nom	Date
Directeur	
CPE X	
Adresse	

Nom	Date
Propriétaire	
FERME Y	
Adresse	

7^e étape

Faites le suivi auprès de la ferme : communiquez !

Une des clés du succès du projet est une bonne communication entre la ferme et le CPE. Puisqu'il s'agit d'une nouvelle logistique pour les deux parties, il est possible qu'il y ait des confusions en début de projet.

Avant la première livraison, assurez-vous que les procédures soient comprises de la même manière par les deux parties.

Voici une liste de points à vérifier entre vous.

1. Le jour de la semaine où la ferme communique avec le responsable alimentaire pour lui donner la liste des fruits et légumes disponibles, ainsi que le mode de communication privilégié (téléphone, courriel, télécopieur).
2. Le jour de la semaine (si différent du point 1) ou le moment où le responsable alimentaire passe sa commande à la ferme, ainsi que le mode de communication privilégié (téléphone, courriel, télécopieur).
3. Le jour et l'heure de livraison.
4. L'endroit où la ferme doit déposer les fruits et légumes, dans le cas où le responsable alimentaire aurait déjà quitté le CPE, ou encore le nom de la personne du CPE assignée à la réception et au rangement des légumes.
5. Le montant d'achats minimal pour que la ferme livre au CPE (s'il y a lieu).
6. Le mode de paiement (état de compte mensuel, facture, etc.).

Une fois cette procédure établie, faites-en une copie imprimée que les deux parties pourront consulter en cas d'oubli.

Dans tous les cas, n'hésitez pas à communiquer avec votre ferme dès qu'un doute subsiste.

8^e étape

Mettez sur pied un programme pédagogique

En essayant d'intégrer les aliments biologiques et locaux à l'alimentation du CPE, vous ne touchez pas seulement au contenu de l'assiette ! En effet, ce projet prendra tout son sens en s'ancrant plus largement dans la vie pédagogique du CPE. Décider d'apporter ces changements au menu amène à s'intéresser au processus de production de nos aliments, qui nous relie à la terre et à ceux qui la travaillent. De nouvelles questions surgissent sur les liens entre notre santé et la qualité de ce qu'on mange. Comment fait-on pousser vraiment nos fruits et nos légumes ? Comment fait-on du jardinage écologique avec des enfants ? Que se passe-t-il dans la terre, sous les feuilles, dans le compost ? Et voilà que s'offre une foule d'activités possibles à faire avec les enfants... qui passionneront aussi les grands !

1. Les activités « classiques » du programme éducatif

Pour les enfants

Il existe déjà beaucoup de matériel éducatif et d'activités incluses dans les programmes des CPE sur des thèmes proches de l'alimentation, l'agriculture, la nature et le jardin.

- * Sorties à la ferme
- * Sortie à l'épicerie, au marché.
- * Dégustations de légumes et fruits.
- * Expériences de germination, et dégustation des pousses (luzerne, radis, tournesol, etc.).
- * Sorties dans un jardin, un jardin communautaire, dans la nature (forêt, prairie, etc.).
- * Plantations et mini-jardins dans des contenants ou dans le jardin du CPE (fleurs, légumes, fines herbes...).
- * Installation et entretien d'un compost.
- * Etc.

Les éducateurs et conseillers pédagogiques peuvent valoriser ces activités pour les mettre en lien avec l'expérience du nouvel approvisionnement en aliments biologiques du CPE. Elles peuvent permettre d'intéresser les enfants au sujet de ce qui se « passe avant » que les aliments arrivent dans leur assiette et « dans » leur assiette (et même après, avec le compost !). On peut les organiser de manière à faire le lien avec la ferme qui fournit les aliments biologiques.

Pour les parents et les employés

L'implication et la sensibilisation des parents et des employés est tout aussi importante que celle des enfants. La mise sur pied d'outils d'information ou d'activités de groupe peut faciliter des échanges et susciter l'intérêt des parents et employés. Les idées suivantes sont une liste non exhaustive de ces outils ou activités.

- * Babillard contenant de l'information sur l'alimentation biologique.
- * Rédaction d'articles dans le journal du CPE, du regroupement de CPE de la région ou du journal local portant sur le déroulement du projet.
- * Organisation d'ateliers sur l'alimentation biologique et l'environnement (invitation de personnes-ressource).
- * Participation des parents aux visites de fermes (encouragée).

2. La mallette pédagogique « Ça grouille dans mon jardin écologique » !

La mallette « Ça grouille dans mon jardin écologique » a été conçue par Équiterre pour les éducateurs des CPE, travaillant avec des groupes d'enfants de deux à cinq ans.

Cette mallette contient :

- * 4 casse-têtes en bois illustrant des chaînes alimentaires au jardin (Chou, papillon et sa chenille, oiseau ; Tomate, puceron et coccinelle ; Laitue, limace et crapaud ; Carotte, mouche de la carotte avec sa larve, et araignée) ;
- * un jeu d'étampes pour peinture (insectes et bestioles du jardin) ;
- * un jeu de cartes original (type jeu de mémoire) sur les légumes, le compagnonnage, les « ennuis » (maladies et parasites) et les « solutions » (écologiques, bien sûr), etc. ;
- * un terrarium ;
- * des boîtes-loupes ; des minimarionnettes ;
- * des livres sur le jardinage écologique, les petites bêtes, etc. ;
- * une documentation ;
- * un cahier de bonification.

L'idée d'une mallette de découverte a été suggérée par les conseillers pédagogiques et éducateurs des CPE participants au projet pilote Garderie bio. Elle vise à familiariser les enfants avec différentes notions reliées à la question de l'agriculture ou du jardinage respectant les êtres vivants et leurs interactions : quelles sont les « bestioles » qui vivent dans le sol, dans les jardins, dans les fleurs et les légumes ? Que font-elles ? Que mangent-elles ?

Stimuler la curiosité naturelle des jeunes enfants pour la diversité de la vie, leur sens de l'observation, et petit à petit le respect des êtres vivants, est un préalable à une sensibilisation écologique nécessaire tout au long de la vie.

Nous avons donc cherché, en créant cette mallette originale, à regrouper du matériel ou des livres très spécifiques, qui viennent compléter ce qui existe déjà. Certains ont été achetés, d'autres ont été créés spécialement par Équiterre.

Une copie de la mallette pédagogique est disponible pour emprunt au Regroupement des centres de la petite enfance de l'île de Montréal (RCPEIM), en composant le (514) 528-1442. La diffusion de cette mallette pour d'autres regroupements régionaux de CPE est en projet pour 2004-2005 (s'informer auprès d'Équiterre).



La mallette pédagogique
« Ça grouille dans mon jardin écologique »

3. Les visites à la ferme

Visiter la ferme où poussent des légumes ou des fruits est une expérience des plus enrichissantes. Elle « boucle la boucle » en vous donnant l'occasion de faire découvrir aux enfants d'où viennent leurs aliments. Cette visite peut être le point culminant des apports éducatifs du projet Garderie Bio, en étant précédée et suivie d'activités sur les thèmes reliés dont nous avons parlé précédemment.

Voici une liste de points pratiques à prendre en compte dans l'organisation de votre visite à la ferme.

- * Les caractéristiques de la ferme.
- * La période (climat et calendrier de travail à la ferme).
- * La logistique à la ferme.
- * Les activités durant la visite.
- * L'encadrement des enfants.
- * L'implication des parents.
- * L'implication et la disponibilité des agriculteurs ou du personnel de la ferme.
- * Le matériel à apporter.
- * Les activités de suivi à la visite.
- * L'âge des enfants.

Les caractéristiques de la ferme

- * Une ferme biologique offre l'intérêt principal de ne pas exposer les enfants à un milieu où sont utilisés des pesticides, et où les animaux ne sont pas enfermés dans des hangars.
- * La diversité des productions à la ferme est un facteur important : informez-vous à l'avance des produits cultivés, des animaux élevés le cas échéant, des activités ou équipements potentiellement intéressants (fabriquer du jus de pomme ou du beurre, traire la vache, regarder dans le compost, les serres...).

* Toutes les fermes ne sont pas organisées pour accueillir des groupes, notamment d'enfants. Il faut donc s'assurer que, par petits groupes, les enfants puissent circuler de façon aisée et sans risquer de piétiner les cultures, par exemple. Certaines fermes seront d'accord pour accueillir plusieurs dizaines d'enfants dans une même visite (maximum 50), d'autres seulement des petits groupes.

La période (climat et calendrier de travail à la ferme)

Selon les productions de la ferme, certaines périodes seront plus intéressantes que d'autres pour la visite des enfants. Typiquement, en mai et juin se font le travail du sol, les semis en serre et au champ, le repiquage des plants. Il y a encore peu de légumes ou fruits à voir et à cueillir, sauf les fraises en juin. Cette période se prête bien à des activités en petit groupe, comme aider à semer en serre ou à repiquer, pour les plus grands (quatre et cinq ans). En juillet et août commencent des récoltes plus intéressantes pour les enfants. Il faut toutefois tenir compte de la chaude température et de la disponibilité des fermiers (les maraîchers sont souvent très pris par le désherbage!). En septembre et octobre, les récoltes battent leur plein, des tomates aux pommes, puis aux citrouilles, etc. L'hiver se prête sans doute le moins aux visites, sauf si vous êtes en contact avec une ferme d'élevage (des chèvres pour le fromage, par exemple). Ce peut être le moment où naissent les petits chevreaux, les veaux, etc.

L'implication et la disponibilité des agriculteurs ou du personnel de la ferme

Les fermiers sont toujours des gens extrêmement occupés, en particulier durant la belle saison ! Toutefois, leur présence et leur collaboration font toute la chaleur et la richesse de la visite, et procurent un lien personnel avec les enfants. Il est donc important de vérifier qui peut être disponible et à quel degré (pour accueillir, pour accompagner lors des activités).



Les enfants du CPE du Carrefour en visite chez leurs fermiers de CPE, François et Johanne Tanguay des Jardins du Petit Tremble.

La logistique à la ferme

Il est bon de penser à vérifier à l'avance les points suivants.

- * Possibilités de stationnement aux abords de la ferme (bus, voitures...).
- * Lieu de rassemblement des enfants (pour accueil, départ, etc.).
- * Accès aux toilettes, lavabos, pour enfants et adultes, table à langer ou lieu adéquat.
- * Lieu adapté pour le lunch et les collations (pique-nique extérieur) : herbe (toiles), tables ou non, ombrage...
- * Lieu abrité en cas de pluie.
- * Espace, terrain pour jeux extérieurs.

Le matériel à apporter

En dehors du matériel spécifique aux activités, voici une petite liste non exhaustive.

- * Citronnelle.
- * Chapeaux.
- * Crème solaire.
- * Bottes et imperméables si petite pluie prévue.
- * Premiers soins.
- * Couverts des enfants.
- * Gobelets à eau.
- * Toiles pour manger sur l'herbe si souhaité.
- * Tonnelle.
- * Draps ou autres pour sieste des petits (dehors).
- * « Serpents » pour faire marcher les enfants selon les trajets sur les terres de la ferme.
- * Etc.

L'âge des enfants

Les enfants de deux à cinq ans peuvent participer à la visite à la ferme. L'excitation entourant la visite, le soleil, les animaux et le grand air leur font le plus grand. Par contre, les petits ont tendance à se fatiguer plus vite. L'expérience a démontré qu'une matinée était suffisante pour les tout-petits de deux ans (10 h à 13 h), alors qu'une visite de cinq heures était adaptée aux plus grands (10 h à 15 h).

Deux exemples de visites à la ferme

Dans les deux exemples de visites présentés ci-après, le modèle numéro 1 (plusieurs séquences d'activités en petits groupe) implique une participation de plusieurs personnes de la ferme (incluant les propriétaires, les employés et stagiaires). Le modèle numéro 2 (le Rallye) implique plus de parents et d'éducatrices dans l'animation, ce qui laisse la liberté au fermier d'être présent seulement à certains moments (accueil, pause-repas, etc.).

1er modèle : Série d'activités par sous-groupes

Caractéristiques :

* Plus d'implication nécessaire de la part des gens de la ferme (à moins d'une planification et familiarisation à l'avance des éducateurs du CPE).

* Flexibilité en ce qui a trait aux activités

(par exemple, les deux ans peuvent ne faire que deux activités sur trois).

HEURE	ACTIVITÉ	Activités / 1er animateur Promenade en tracteur, visite des cochons, traire les vaches, compost.	Activités / 2e animateur Histoire, bruits des ani- maux de la ferme, beurre, confection d'épouvantails	Activités / 3e animateur Légumes dans la serre, lapins, poulets, ramasser œufs et légumes.
10 h 00	Bonjour, consignes, groupes (3), pause-pipi	Tous	Tous	Tous
10 h 15-10 h 30	Activité 1	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3
11 h	Activité 2	Groupe 2	Groupe 3	Groupe 1
11 h 30	Repas et repos	Repas et repos	Repas et repos	Repas et repos
12 h 45-13 h 00	Activité 3	Groupe 3	Groupe 1	Groupe 2
13 h 30	Jeux des animaux de la ferme Chants	Tous	Tous	Tous
14h-14h30	Départ de la ferme			



Les enfants du CPE Fleur de Macadam dégustent les fraises de la ferme Cadet-Roussel.

2e modèle : Le Rallye

Caractéristiques :

- * Moins grande implication du fermier.
Une ou deux personnes du CPE doivent planifier le parcours à l'avance.
- * Bien adapté aux fermes sans animaux.
- * Possibilité de faire le rallye en famille, la fin de semaine.

Alors, 1, 2, 3, partez ! Bonne découverte et amusez-vous bien...

(Début de la description du rallye)

- * À l'arrêt no 1, Annabelle la coccinelle est à la recherche de trois légumes.
- * Le 1^{er} est un légume vert que les lapins aiment bien : _____.
- * Le 2^e est un légume vert qui porte le nom d'une chanteuse que les petits aiment bien : _____.
- * Le 3^e est un légume qui est une variété de céleri mais dont on consomme la racine : _____.

Maintenant, rendez-vous au deuxième arrêt où Estelle la sauterelle vous attend pour une première dégustation.

Ici, il y a deux couleurs de tomates cerises et trois variétés. Pouvez-vous me les nommer ?

Couleurs

1- _____.

2- _____.

Variétés

1- _____.

2- _____.

3- _____.

Maintenant que vous avez bien travaillé, vous pouvez vous régaler en dégustant ces variétés de petites tomates.

Vous voilà maintenant en route vers le troisième arrêt où Léon le papillon vous attend. Ici, Léon vous demande de fouiller dans la terre afin de trouver un légume qui s'y cache.

Alors, qu'avez-vous trouvé ? _____.

Gardez-la bien car, à quelques pas d'ici, vous devrez participer à une petite course à relais en famille.

Sur le chemin du quatrième arrêt, vous devez maintenant garder les yeux bien ouverts. En effet, vous devez trouver :

1- Un insecte (en plastique).

2- Un caillou.

3- Une coccinelle (en plastique).

À l'arrêt numéro 4, Mireille l'abeille veut vous présenter un petit arbre que peu de gens connaissent, un argousier, arbuste épineux des lieux sablonneux, au feuillage argenté et à baies orangées comestibles.

On continue, car Camille la chenille vous attend pour une deuxième dégustation.

Eh oui ! Ici, vous avez la chance de manger quelques framboises, mais avant de partir, nommez deux choses que vous pourriez cuisiner à partir de ce petit fruit.

1- _____.

2- _____.

De l'autre côté, pas très loin, Margot l'escargot à une petite question pour vous : est-ce que ces deux piments de couleurs différentes sont les mêmes ?

Eh bien, la réponse est oui. Le piment vert deviendra rouge lorsque ce dernier sera mûr. Alors, avec du soleil, de la bonne eau et, surtout, avec de l'amour, ils deviendront tous bien rouges.

Le septième arrêt se trouve chez Mimi la souris. Ici, dans ce champ, il y a plusieurs variétés de courges. Choisissez-en une et nommez-la : _____.

Finalement, la grande aventure se termine à l'arrêt huit, chez Gaston le hérisson.

Ici, cherchez et regardez bien par terre et vous y trouverez un petit fruit jaune qui se cache dans son enveloppe.

Comment s'appelle-t-il ? _____.

(Fin de la description du rallye)

Suivi à la visite de ferme

Retours suggérés avec les enfants.

- * Carte, lettre et dessins pour remercier la famille du fermier de la visite.
- * Discuter de ce qu'on a vu et fait à la ferme, ce qu'on a aimé.
- * Dessiner les moments forts de la visite.
- * Faire une affiche avec des photos de la visite pour le babillard.
- * Placer sur un calendrier les dessins des plants, graines, fruits, légumes (vus, ou à venir plus tard), etc., et ce qu'on va recevoir comme légumes ou fruits dans la saison.

4. La formation

Il est intéressant d'enrichir son expérience de nouvelles habiletés et d'ajouter dans son programme éducatif des activités telles que celles décrites auparavant. Notons que le RCPEIM offre, dans son programme de formation, un atelier original et plein d'imagination sur le jardinage écologique adapté aux enfants : *Safari dans les pissenlits*, animé par Éric Desranleau.

Il est possible de participer à d'autres stages de jardinage écologique offerts par divers organismes tels que le Regroupement pour le jardinage écologique (voir <http://www.rje.qc.ca>), les Jardins du Grand-Portage (cf. <http://www.intermonde.net/colloïdales/Histoire.html>), certains Éco-quartiers (à Montréal) et bien d'autres organismes. Il est possible de trouver ces références dans les revues de jardinage et dans la revue québécoise d'agriculture écologique Bio-bulle. Vous trouverez d'autres informations utiles auprès des organismes suivants :

- Équiterre (voir la section agriculture écologique du site)
<http://www.equiterre.org/agriculture/>

- La Coalition pour les Alternatives aux Pesticides (CAP) :
<http://www.cap-quebec.com>

- Le programme des Jardins Jeunes du Jardin Botanique de Montréal :
<http://www2.ville.montreal.qc.ca/jardin/jeunes/accueil.htm>

- Environnement Jeunesse (et leur projet L'Envert de l'Assiette) :
<http://www.enjeu.qc.ca/>

- La librairie Agri-Info :
<http://www.agri-info.qc.ca>

- La librairie Biosfaire :
<http://biosfaire.com>

9^e étape

À la fin de la saison : faites le bilan

Une fois la saison terminée, rien ne vaut une bonne évaluation. Si vous avez du temps, faites le calcul des coûts de vos achats biologiques et comparez-les avec ceux des achats de fruits et légumes de l'année précédente, pour la même période. Faites le même exercice pour les éléments éducatifs du projet, en questionnant les enfants, les éducateurs, les responsables alimentaires et les parents.

L'équipe des cuisines ou le comité alimentation/environnement pourra également repenser les menus en fonction de la production de leur ferme. Ainsi, le jambon à l'ananas du mois d'octobre pourrait être remplacé par un jambon aux pommes !

Mot de la fin...

Il n'y a pas si longtemps, tous les Québécois connaissaient un agriculteur. C'était notre oncle, notre grand-père, notre voisin... Aujourd'hui, les changements survenus dans le contexte agricole et dans le système alimentaire ont conduit à l'appauvrissement du rapport que nous entretenons aux aliments, aux agriculteurs et à l'agriculture. Le projet-pilote « Garderie bio » a permis, nous le croyons, d'enrichir ce rapport chez plus de 400 enfants, et c'est là, un des apports fondamentaux du projet.

En conclusion, faire le choix de s'approvisionner autant que possible en aliments biologiques et locaux, c'est faire un choix pour la santé de nos enfants, mais aussi un choix de société pour leur avenir. Tout comme les choix individuels, les choix de consommation des institutions comme les CPE peuvent influencer notre mieux être collectif. C'est pourquoi Équiterre a décidé d'encourager et d'aider les CPE à devenir des « garderies bio ».

N'hésitez pas à nous contacter si avez des questions demeurées sans réponses après lecture de ce guide...



Dominic Paré

Sources consultées :

1. National Research Council, « Pesticides in the diets of Infants and children », National Academy Press, Washington, D.C., 1993 dans Curl, C., Fenske, R., Elgethun, K., « Organophosphorus pesticide exposure of urban and suburban pre-school children with organic and conventional diets », Environmental Health Perspectives, octobre 2002.
2. ACIA, 1999, dans Alanna Mitchell, « Level of residue up on Canadian produce », The Globe and Mail, 24 mai 1999.
3. Curl, C., Fenske, R., Elgethun, K. 2002. « Organophosphorus pesticide exposure of urban and suburban pre-school children with organic and conventional diets » Environmental Health Perspectives.
4. Lu, C., Knutson, D.E., Fisker-Andersen, J., Fenske, RA. 2001. « Biological monitoring survey of organophosphorus pesticide exposure among preschool children in the Seattle metropolitan area, Environmental Health Perspectives, vol 109, no 3, p. 299-303.
5. Wiles, R., Davies, K., Campbell, C., 1998. Overexposed : Organophosphate insecticides in children's food, Environmental Working Group, 54 p.
6. Environmental Working Group, USDA Organic 2003, Food you'll want to buy organic, <http://www.foodnews.org> (consulté le 30 juin 2003).
7. Agriculture et Agroalimentaire Canada. Agriculture et conservation de l'environnement. Canada c2001, adresse URL : http://www.agr.gc.ca/cal/epub/1772f/1772_toc_f.html, (page consultée le 4 novembre 2002).
8. Mathieu, André, 2001 « L'agriculture revue et corrigée par Dame Nature », dans l'Agora : des idées, des débats, La Planète Agricole, vol. 8, no 3, p.11-14.
9. Union québécoise pour la conservation de la nature (UQCN), 2002, Construire ensemble pour une agriculture durable, document de réflexion dans le cadre du forum itinérant Pour une contribution citoyenne à une agriculture durable : Réflexions et débats, 19 p.
10. Gendreau-Turmel, Antoine, 2003, « L'agriculture bio fait ses preuves », <http://www.cab.qc.ca/nouveautés.jsp>. (page consultée le 15 janvier 2004).

Bibliographie de la mallette pédagogique « Ça grouille dans mon jardin écologique »

- 1.Boily, Cécile, 1997, Jardinier en Herbe, Casterman.
- 2.Kayser, Renée et Nathaële Vogel, 1998, Copain des jardins, Milan, 1998, 225 pages.
- 3.Beauchamp-Richards, Huguette et Robert Richards, 1982, Jardinez avec le professeur Scientifix, des expériences pour toutes les saisons, Québec-Science.
- 4.Gagnon, Yves et Marie-Louise Vallée, Un Jardin avec Aristott, Colloïdales.
- 5.Grenier, Roll et André Pedneault, 2001, Potions magiques pour un jardin en santé, Collection Terre à Terre, ISBN : 2-921850-63X.
- 6.Hickman, Pamela, 1996, Autour de nous, Les Insectes, Scholastic, ISBN : 0-590-16470-8.
Bishop, Nic, 2002, Détectives en herbe : Bestioles à la loupe, Scholastic, ISBN : 0-439-97580-8.
- 7.Gonmori, Natsuko, 1993, Aimez-vous le nectar?, L'École des loisirs, ISBN : 2-211-01022-9.
- 8.Metzger, Steve, 2001, Les Dinonous : Les insectes, c'est chouette! Scholastic, ISBN : 0-7791-1569-4.
- 9.Vitali, Vittorio Sessa, 2000, Dix petites abeilles, Gründ, ISBN : 2-7000-4623-4.

Ce guide a été réalisé grâce à une contribution de Santé Canada.
Les opinions exprimées dans le présent guide sont celles des auteurs et ne reflètent pas nécessairement les points de vue officiels de Santé Canada.

La reproduction d'extraits de cet ouvrage est encouragée à condition qu'une permission à cet effet ait été obtenue auprès d'Équiterre et que la source soit mentionnée.

ISBN 2-922563-06-5

Équiterre 2004

2177, rue Masson, bureau 317
Montréal (Québec)
H2H 1B1

Téléphone : (514) 522-2000
Télécopieur : (514) 522-1227
www.equiterre.org
info@equiterre.qc.ca