



ORIENTATION  
4

Offrir une alimentation variée et composée d'aliments à valeur nutritive élevée aux poupons âgés de 6 à 18 mois.

## DES PRATIQUES À PRIVILÉGIER

tirées du [cadre de référence Gazelle et Potiron](#)

- 4.1 Collaborer avec le parent dans le processus d'introduction des aliments
- 4.2 Offrir des purées non additionnées de sucre, de sel, d'épices ou de fines herbes et contenant le moins d'additifs possible

### Formations

- ▶ Offre de service de la direction de santé publique du CISSS de Lanaudière : Atelier-conférence L'alimentation des tout-petits | La DME adaptée aux besoins de l'enfant, de sa famille et du SGEE

#### 100 degrés

- ▶ [Gazelle et Potiron : la saine alimentation dans les milieux de la petite enfance](#)

### Outils / ressources

#### Institut national de santé publique du Québec

- ▶ [Guide du mieux-vivre](#)

#### Association Québécoise des CPE

- ▶ [Guide PAPILLE : le premier guide complet dédié à l'alimentation du poupon!](#)

#### Naître et grandir

- ▶ [L'alimentation autonome chez les bébés](#)

### Sites internet

- ▶ [Nutritionnistes en pédiatrie](#)
- ▶ [Maman mange bien](#)



\* Tiré de GOUVERNEMENT DU QUÉBEC, ministère de la Famille, Gazelle et Potiron. Cadre de référence pour créer des environnements favorables à la saine alimentation, au jeu actif et au développement moteur en services de garde éducatifs à l'enfance. 2017. Présenté dans le cadre de la Grande journée régionale Gazelle et Potiron, organisé le 15 février 2024. Ce projet est financé par la politique gouvernementale de prévention en santé.