

# Salubrité des aliments pour les enfants

## Guide de l'éducateur

### Thème principal et question importante

Comment puis-je utiliser les quatre étapes de la salubrité des aliments pour prévenir les maladies d'origine alimentaire?

### Cours et niveau cible

Programmes de santé et de mieux-être pour les élèves de la 4e à la 6e année du Canada.

Cette trousse de ressources contribuera à des résultats transversaux, notamment en matière de sciences, en arts du langage et dans les cours axés sur l'alimentation pour les élèves de la 4e à la 6e année.

### Ressources

**Ressource 1.1** ..... p. 5  
Le dilemme d'Isabelle (vidéo)

**Ressource 1.2** ..... p. 7  
Nettoyer, séparer, cuire et refroidir (vidéo)

**Ressource 1.3** ..... p. 9  
Modèle de coin-coin de la salubrité des aliments (feuille d'exercices)

**Ressource 1.4** ..... p. 11  
Scénarios visuels sur la salubrité des aliments (feuille d'exercices)

**Ressource 1.5** ..... p. 17  
Jeu de cartes sur la salubrité des aliments (feuille d'exercices)

**Ressource 1.6** ..... p. 22  
Jeu-questionnaire sur la salubrité des aliments pour les enfants (présentation)

### Introduction au thème

Savoir comment bien nettoyer, séparer, cuire et refroidir les aliments pendant la manipulation et la préparation peut aider à prévenir les maladies d'origine alimentaire. Les élèves apprendront à connaître la zone de température dangereuse des aliments et la façon de se protéger contre les microorganismes en suivant les quatre étapes de la salubrité des aliments. Cette trousse de ressources comprend des vidéos interactives, un coin-coin de la salubrité des aliments, des activités de tri, des scénarios concrets, un jeu de cartes et un jeu-questionnaire sur la salubrité des aliments.

# Salubrité des aliments pour les enfants

## Guide de l'éducateur

### Réussite des élèves

Cette trousse de ressources comprend un ensemble de six insignes soulignant les réussites en matière de salubrité des aliments. Ces insignes se veulent une façon de célébrer les apprentissages des élèves sur le sujet de la salubrité des aliments. Vous pouvez remettre aux élèves ces insignes tout au long de leur parcours d'apprentissage avec la trousse de ressources pour les récompenser de leur participation ou à la toute fin en guise de reconnaissance de leurs réussites. Les insignes de réussite en salubrité des aliments se trouvent aux pages 29 et 30 du Guide de l'éducateur.

### Un message de Santé Canada

*Les maladies d'origine alimentaire continuent d'être un grave problème de santé dans le monde entier. Chaque année, on recense plus de quatre millions de cas de maladies d'origine alimentaire au Canada. Et chaque année, il en résulte plus de 11 500 hospitalisations et de 240 décès. Ces maladies sont causées par l'ingestion d'aliments contaminés par divers agents pathogènes d'origine alimentaire.*

*Les symptômes les plus courants sont la nausée, les vomissements, la diarrhée, les maux d'estomac et la fièvre. Souvent, les gens se rétablissent rapidement sans séquelles permanentes, mais dans certains cas, de graves complications peuvent survenir, y compris la mort.*

*Tout le monde a un rôle à jouer dans le système alimentaire canadien. Savoir comment bien nettoyer, séparer, cuire et refroidir les aliments pendant la manipulation et la préparation peut vous aider, vous et vos élèves, à prévenir les maladies d'origine alimentaire.*

*Nous avons conçu ces ressources éducatives sur la salubrité des aliments afin de permettre aux élèves d'acquérir les connaissances nécessaires pour faire des choix sains et sécuritaires en matière de préparation des aliments. Ce sujet pourrait intéresser les enfants de ce groupe d'âge, car ils aident peut-être leurs parents à préparer les repas à la maison. L'éducation sur la salubrité des aliments est nécessaire à l'adoption de bonnes habitudes qui dureront pour la vie.*

# Salubrité des aliments pour les enfants

## Guide de l'éducateur

### Information à l'intention des enseignants

L'adoption de pratiques de manipulation sécuritaire des aliments est importante lorsque vient le temps de préparer des repas. Savoir comment manipuler et préparer correctement les aliments peut aider à prévenir les maladies d'origine alimentaire. Les pratiques de manipulation sécuritaire des aliments comportent quatre étapes clés : nettoyer, séparer, cuire et refroidir. L'éducation sur la salubrité des aliments et la préparation sécuritaire des aliments doit se concentrer sur ces quatre concepts.

### Nettoyer

L'étape « nettoyer » de la salubrité des aliments consiste à nettoyer ses mains, les surfaces de préparation, les surfaces de cuisson et les ustensiles de cuisine avant, pendant et après la préparation des aliments. La manipulation est l'un des moyens les plus fréquents de déplacer des microorganismes d'un endroit à un autre. Il est important de rappeler aux élèves de se laver les mains avec du savon et de les passer sous l'eau tiède pendant au moins 20 secondes. Le lavage de main permet d'assurer que les microorganismes ne passent pas d'une surface sale à une surface propre. La consommation d'aliments ou de boissons contenant des microorganismes nuisibles peut causer des maladies d'origine alimentaire.

### Séparer

L'étape « séparer » de la salubrité des aliments signifie qu'il ne faut pas contaminer les aliments cuits ou prêts-à-manger avec les aliments crus. En effet, les aliments crus contiennent potentiellement des microorganismes nuisibles qui peuvent être transférés sur les aliments prêts-à-manger, les surfaces de préparation des aliments et les surfaces d'entreposage. Les aliments crus ne doivent donc jamais entrer en contact avec les aliments prêts-à-manger, que ce soit à l'épicerie, dans le réfrigérateur ou pendant la préparation des aliments. Il faut utiliser des ustensiles de cuisine et de la vaisselle propres pour passer de la préparation des aliments crus au service des aliments prêts-à-manger. Important : séparer les aliments pour éviter la contamination croisée!

### Cuire

L'étape « cuire » de la salubrité des aliments consiste à faire cuire les aliments jusqu'à la température de cuisson interne sécuritaire recommandée et à la vérifier à l'aide d'un thermomètre de cuisson numérique. La cuisson des aliments à la température interne sécuritaire recommandée détruira les microorganismes nuisibles qui causent des maladies d'origine alimentaire. Avec l'aide d'un adulte, les élèves peuvent se servir d'un thermomètre de cuisson numérique afin de vérifier que leur nourriture est bien cuite. Cette trousse de ressources comprend un *Tableau de températures de cuisson internes sécuritaires* à l'intention des élèves. Il ne faut pas oublier qu'il est impossible de déterminer si un aliment est bien cuit juste en se fiant à son apparence.

# Salubrité des aliments pour les enfants

## Guide de l'éducateur

### Refroidir

L'étape « refroidir » de la salubrité des aliments consiste à conserver au froid les aliments froids. L'objectif est de garder les aliments hors de la zone de température dangereuse des aliments. Cette zone se situe entre 4 °C et 60 °C (entre 40 °F et 140 °F). C'est dans cette zone de températures que les bactéries peuvent se multiplier rapidement et causer des maladies d'origine alimentaire.

Les microorganismes prolifèrent rapidement si les aliments sont conservés à une température se situant dans la zone de température dangereuse pendant plus de deux heures. Une personne qui consomme ces aliments pourrait contracter une maladie d'origine alimentaire. Pour prévenir les maladies d'origine alimentaire, conserver les aliments chauds à une température égale ou supérieure à 60 °C (140 °F) et les aliments froids à une température égale ou inférieure à 4 °C (40 °F). Cette trousse de ressources comprend un diagramme sur la *Zone de température dangereuse des aliments* à l'intention des élèves.

Les dîners pour l'école contenant des « articles allant au frigo » doivent être emballés dans un sac-repas isolé avec un bloc réfrigérant. Si les élèves apportent des aliments qui doivent être servis chauds, ils peuvent les réchauffer avant de quitter la maison et les verser dans un contenant isotherme ou un thermos. Il ne faut pas oublier de garder les aliments chauds au chaud et les aliments froids au froid!

### Conclusion

En aidant les élèves à comprendre les quatre étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir), ils peuvent faire des choix alimentaires plus sains lorsqu'ils préparent et entreposent des aliments. Nous vous encourageons à consulter la section « Ressources supplémentaires » à la page 23 du présent Guide de l'éducateur pour obtenir des renseignements plus précis sur les quatre étapes de la salubrité des aliments et sur les pratiques connexes. Ce guide renferme aussi une définition de la salubrité des aliments à distribuer aux élèves. Celle-ci se trouve aux pages 25 à 27 du guide. Vous pouvez distribuer ce document aux élèves pour vous assurer que le vocabulaire utilisé dans cette trousse de ressources leur est familier.

# Ressource 1.1

Vidéo

## Le dilemme d'Isabelle

### Description de la ressource

Un mystère plane : Isabelle et ses amis ne se sentent pas bien. Pouvez-vous utiliser les indices de la vidéo pour découvrir pourquoi Isabelle se sent malade? Dans cette ressource, les élèves utilisent des indices contextuels pour activer leurs connaissances sur les microorganismes et la salubrité des aliments. Les quatre étapes de la salubrité des aliments sont présentées vers la fin de la vidéo.

### Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- déterminer les causes des
- maladies d'origine alimentaire
- formuler des hypothèses sur les façons dont les aliments peuvent être contaminés

### Plan d'enseignement

#### Avant

Rédiger la définition de maladie d'origine alimentaire dans un espace commun d'écriture.

Une *maladie d'origine alimentaire* est une maladie que l'on contracte en mangeant des aliments qui ont été contaminés par des microorganismes nuisibles ou leurs toxines. C'est aussi ce qu'on appelle une intoxication alimentaire.

Passer en revue la définition de maladie d'origine alimentaire avec les élèves.

En discussion de groupe, poser les questions suivantes pour voir ce que les élèves savent déjà au sujet des maladies d'origine alimentaire.

- Est-ce que vous, ou quelqu'un que vous connaissez, avez déjà contracté une maladie d'origine alimentaire?
- Comment se sent-on lorsqu'on souffre d'une maladie d'origine alimentaire?
  - Discuter des signes et des symptômes courants des maladies d'origine alimentaire. Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez consulter
- la page Web sur les *maladies d'origine alimentaire* à <https://lbrd.ca/maladies-origine-alimentaire>
- Pouvons-nous prévenir les maladies d'origine alimentaire?
  - Oui, en mettant en pratique les quatre étapes de la salubrité des aliments et en suivant les lignes directrices en matière de salubrité des aliments.

#### Pendant

Les élèves peuvent regarder la vidéo en équipes ou en petits groupes. Faire jouer la vidéo.

La vidéo demande aux élèves de réfléchir à des indices contextuels et de répondre à des questions.

- Mettre la vidéo sur pause lorsqu'on vous le demandera.
- Activer la pensée des élèves en leur rappelant les indices de la vidéo.

# Resource 1.1

## Le dilemme d'Isabelle

Vidéo

Les élèves peuvent répondre aux questions en parlant à un voisin ou en utilisant la stratégie « réfléchir-comparer-partager » (consulter les « Ressources connexes » au bas de cette page).

- Les réponses suggérées sont fournies dans le corrigé ci-dessous.

Faire un compte rendu de l'activité en classe par la suite.

### Après

Créer un mur de questions (consulter les « Ressources connexes » au bas de cette page) pour que les élèves puissent poser leurs questions sur les maladies d'origine alimentaire et la salubrité des aliments.

Ce mur de questions peut être utilisé pour guider les élèves dans leur apprentissage tout au long de cette trousse de ressources.

### Corrigé

**1. Question :** Selon vous, pourquoi Isabelle et ses camarades ne se sentent-ils pas bien?

**Réponse :** Les élèves pourraient parler de certains des facteurs de risque de maladie d'origine alimentaire présentés dans la vidéo, notamment :

- Les aliments qui étaient censés être réfrigérés étaient à la température ambiante pendant plus de deux heures.
- Ils ne se sont pas lavés les mains et n'ont pas nettoyé les surfaces de cuisine.
- Ils ont partagé de la nourriture et des boissons, même si quelqu'un était malade.

**2. Question :** Selon vous, pourquoi Isabelle et ses camarades ne se sentent toujours pas bien?

**Réponse :** Les élèves pourraient parler de certains des facteurs de risque de maladie d'origine alimentaire présentés dans la vidéo, notamment :

- Ils ont mangé des aliments qui n'étaient pas cuits à leur température de cuisson interne sécuritaire.
- Ils ont conservé les aliments prêts-à-manger et crus à la température ambiante pendant trop longtemps (plus de deux heures).
- Ils avaient une aire de repas malpropre qui donnait aux animaux de compagnie et aux insectes accès à la nourriture.

### Ressources connexes

- Pour obtenir de plus amples renseignements sur la stratégie « réfléchir-comparer-partager », consulter le site EAL in the Daylight à l'adresse <https://lbrd.ca/thinkpairsquareshare> (en anglais)
- Pour en savoir plus sur la création et l'utilisation d'un mur de questions, consulter le site du Professional Learning Board à l'adresse <https://lbrd.ca/questionwall> (en anglais)

## Nettoyer, séparer, cuire et refroidir

### Description de la ressource

Bienvenue à la présentation des étapes « nettoyer, séparer, cuire et refroidir ». Les élèves verront comment les quatre étapes de la salubrité des aliments fonctionnent ensemble pour protéger tout le monde contre les maladies d'origine alimentaire. Les concepts enseignés dans cette vidéo aideront les élèves à apprendre tout au long de cette trousse de ressources.

### Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- déterminer les causes et les conséquences des maladies d'origine alimentaire
- décrire les mesures de prévention pour éviter la contamination croisée
- expliquer la relation entre les agents pathogènes d'origine alimentaire et les concepts « nettoyer, séparer, cuire et refroidir »

### Plan d'enseignement

#### Avant

Présenter les quatre étapes de la salubrité des aliments en visionnant la vidéo *Cuisiner sans t'contaminer : La salubrité des aliments expliquée aux enfants*. Pour visionner la vidéo, consulter le site Web de Santé Canada à l'adresse <https://lbrd.ca/astuces-pour-ne-pas-etre-malade>

Demander aux élèves de prendre une feuille de papier et de la séparer en quatre. Ils peuvent inscrire l'une des quatre étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir) dans chaque quart.

- Les élèves peuvent utiliser cette feuille pour prendre des notes pendant la vidéo *Nettoyer, séparer, cuire et refroidir*.

#### Pendant

Faire jouer la vidéo.

Cette vidéo est le fondement de l'apprentissage sur la salubrité des aliments de cette trousse. Les élèves devront la regarder plus d'une fois. Ils pourront la regarder de nouveau en petits groupes ou de façon autonome pour traiter l'information à leur propre rythme.

#### Après

Faire un compte rendu des quatre étapes de la salubrité des aliments avec les élèves. Leur demander de révéler ce qu'ils ont inscrit sur leur feuille de notes et de l'indiquer dans un espace commun d'écriture (consulter le corrigé à la page 8 pour les suggestions de réponses).

Proposer aux élèves de créer leur propre chanson, formule rap ou poème en utilisant ce qu'ils ont appris sur les quatre étapes de la salubrité des aliments.

- Ils peuvent consulter la vidéo *Cuisiner sans t'contaminer : La salubrité des aliments expliquée aux enfants* comme source d'inspiration.
- Les élèves peuvent présenter leurs œuvres créatives à leurs camarades de classe et leur famille.

## Nettoyer, séparer, cuire et refroidir

### Conseil d'enseignement

Envisager de faire une démonstration ou de discuter de la façon de bien laver un thermomètre numérique en ne lavant que la sonde métallique tout en gardant l'écran numérique au sec.

### Corrigé

Exemple de feuille de prise de notes sur les mesures de salubrité des aliments.

<p style="text-align: center;"><b>Nettoyer</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Nettoyer ses mains, les surfaces de cuisson et les ustensiles de cuisine.</li><li>• Utiliser du savon et de l'eau chaude pour tuer les microorganismes nuisibles.</li><li>• Se laver les mains pendant 20 secondes.</li><li>• Se laver les mains fréquemment.</li><li>• Rincer les fruits et légumes crus.</li></ul>	<p style="text-align: center;"><b>Séparer</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Séparer les aliments crus des aliments prêts-à-manger.</li><li>• Utiliser des ustensiles distincts pour les aliments crus et les aliments prêts-à-manger.</li><li>• Nettoyer les planches à découper et les ustensiles de cuisine entre la préparation des aliments crus et des aliments prêts-à-manger.</li><li>• Au réfrigérateur, déposer la viande crue et les fruits de mer en dessous des aliments prêts-à-manger.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b>Cuire</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• La cuisson des aliments à haute température tue les microorganismes nuisibles.</li><li>• Utiliser un thermomètre de cuisson numérique afin de vérifier la température interne des aliments.</li><li>• Il est impossible de savoir si les aliments sont cuits simplement en les regardant.</li></ul>	<p style="text-align: center;"><b>Refroidir</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Garder les aliments froids au froid.</li><li>• Garder congelés les aliments congelés.</li><li>• Les températures froides empêchent la prolifération des microorganismes.</li><li>• Éviter la zone de température dangereuse des aliments.</li><li>• Ne pas laisser d'aliments cuits à température ambiante pendant plus de 2 heures.</li><li>• Garder les aliments chauds au chaud.</li></ul>

### Coin-coin de la salubrité des aliments

#### Description de la ressource

Comment les élèves peuvent-ils nommer les principaux concepts de la salubrité des aliments? Dans cette activité pratique, les élèves utiliseront un coin-coin interactif pour se familiariser avec des renseignements importants sur les quatre étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, cuire, séparer et refroidir). Les élèves communiqueront également les concepts de salubrité des aliments qui sont importants pour eux et feront part de leur apprentissage aux autres.

#### Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- se rappeler les concepts « nettoyer, séparer, cuire et refroidir » concernant la salubrité des aliments
- créer des expériences d'apprentissage pour les autres qui reflètent les quatre étapes de la salubrité des aliments

#### Matériel requis

- ciseaux

#### Plan d'enseignement

##### Avant

Créer un exemple du coin-coin de la salubrité des aliments pour que les élèves puissent le voir.

##### Pendant

Aider les élèves à créer le premier coin-coin de la salubrité des aliments.

- Envisager de créer le premier coin-coin avec toute la classe.
- Les élèves peuvent avoir besoin d'un modèle étape par étape pour plier correctement le coin-coin.

Les élèves peuvent jouer en équipes de deux ou en petits groupes pour répondre aux questions du coin-coin de la salubrité des aliments.

Ensuite, demander aux élèves de remplir le modèle vierge de coin-coin de la salubrité des aliments. Ils peuvent ajouter des questions et des réponses en fonction des sources d'information suivantes :

- Ressource 1.2 – *Nettoyer, séparer, cuire et refroidir* (vidéo)
- *Définitions de la salubrité des aliments pour les élèves* (page 25 du présent Guide de l'éducateur)
- Page Web de Santé Canada sur la *salubrité des aliments et vous* (à l'adresse <https://lbrd.ca/salubrite-aliments-et-vous>)

Les élèves peuvent jouer en équipes de deux ou en petits groupes pour répondre aux questions du coin-coin de la salubrité des aliments créé par leurs camarades de classe. Penser à les faire changer de groupe plusieurs fois pour accroître l'engagement des élèves.

# Ressource 1.3

### Coin-coin de la salubrité des aliments

---

#### Après

Encourager les élèves à montrer leur coin-coin de la salubrité des aliments à leurs amis et leur famille.

Mettre les élèves au défi de créer un coin-coin de la salubrité des aliments pour les élèves plus jeunes qu'eux. Par exemple, qu'est-ce qu'un élève de première année devrait savoir au sujet des quatre étapes de la salubrité des aliments? Prévoir que les élèves partageront leur coin-coin de la salubrité des aliments avec les élèves de leur année cible.

### Scénarios visuels sur la salubrité des aliments

#### Description de la ressource

Jetez un coup d'œil à la cuisine d'Isabelle. Pouvez-vous l'aider à repérer les erreurs potentielles en matière de salubrité des aliments? Pouvez-vous l'aider à placer les aliments dans les zones d'entreposage appropriées? Dans cette activité, les élèves utiliseront leurs connaissances en matière de salubrité des aliments pour s'assurer qu'Isabelle a une zone de préparation des aliments propre et sécuritaire. Ils veilleront également à ce que les aliments soient placés dans les zones d'entreposage appropriées.

#### Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- détecter les erreurs potentielles dans la préparation sécuritaire des aliments
- classer les aliments selon la température d'entreposage appropriée

#### Matériel requis

- ciseaux
- matériel de coloriage
- colle

#### Plan d'enseignement

##### Avant

Afficher les scènes de cuisine sur une grande surface, comme un tableau blanc interactif ou un écran de projecteur.

Envisager d'imprimer ce document en couleur afin que les élèves aient une idée plus claire de la situation lorsqu'ils cherchent des erreurs en matière de salubrité des aliments.

##### Pendant

##### Scénario sur les erreurs en matière de salubrité des aliments

Tenir une discussion de groupe avec les élèves au sujet de leurs expériences culinaires.

- Souligner que l'objectif de cet apprentissage est de déterminer les pratiques idéales de préparation et de cuisson des aliments. Nous savons que la préparation et les pratiques idéales ne sont pas toujours possibles, mais nous faisons de notre mieux!

- Il faut être conscient que les élèves peuvent avoir vu leurs parents ou leurs tuteurs faire certaines de ces erreurs en matière de salubrité des aliments. Notre objectif est de les sensibiliser aux pratiques de salubrité des aliments, et non pas de leur faire sentir qu'ils ne sont pas à la hauteur s'ils ont vu des erreurs en matière de salubrité des aliments commises chez eux.
- Cette activité peut être effectuée avec toute la classe ou individuellement.
- Organiser l'apprentissage pour les élèves en lisant les instructions à haute voix.
- Une fois que les élèves ont trouvé les erreurs en matière de salubrité des aliments, leur demander de former de petits groupes pour faire part de leurs réponses à leurs camarades de classe et remplir la section « Pensez-y! » de leur document.
- Faire un compte rendu de l'activité avec la classe.

### Scénarios visuels sur la salubrité des aliments

---

#### Trouver la zone de conservation sécuritaire des aliments

- Les élèves peuvent faire cette activité individuellement ou en petits groupes.
- Pour personnaliser l'activité, encourager les élèves à créer plus d'options alimentaires selon leurs goûts. Ils peuvent aussi créer une cuisine qui représente davantage celle de leur foyer.
  - Demander aux élèves de faire part au groupe de leurs options alimentaires et de leurs choix en matière de conservation des aliments.

#### Après

Demander aux élèves de créer leurs propres dessins d'erreurs en matière de salubrité des aliments. Ils pourraient choisir de mettre en évidence divers milieux de préparation et de cuisson des aliments.

Demander aux élèves de montrer leurs dessins à leurs camarades de classe afin de voir si d'autres peuvent trouver les erreurs en matière de salubrité des aliments.

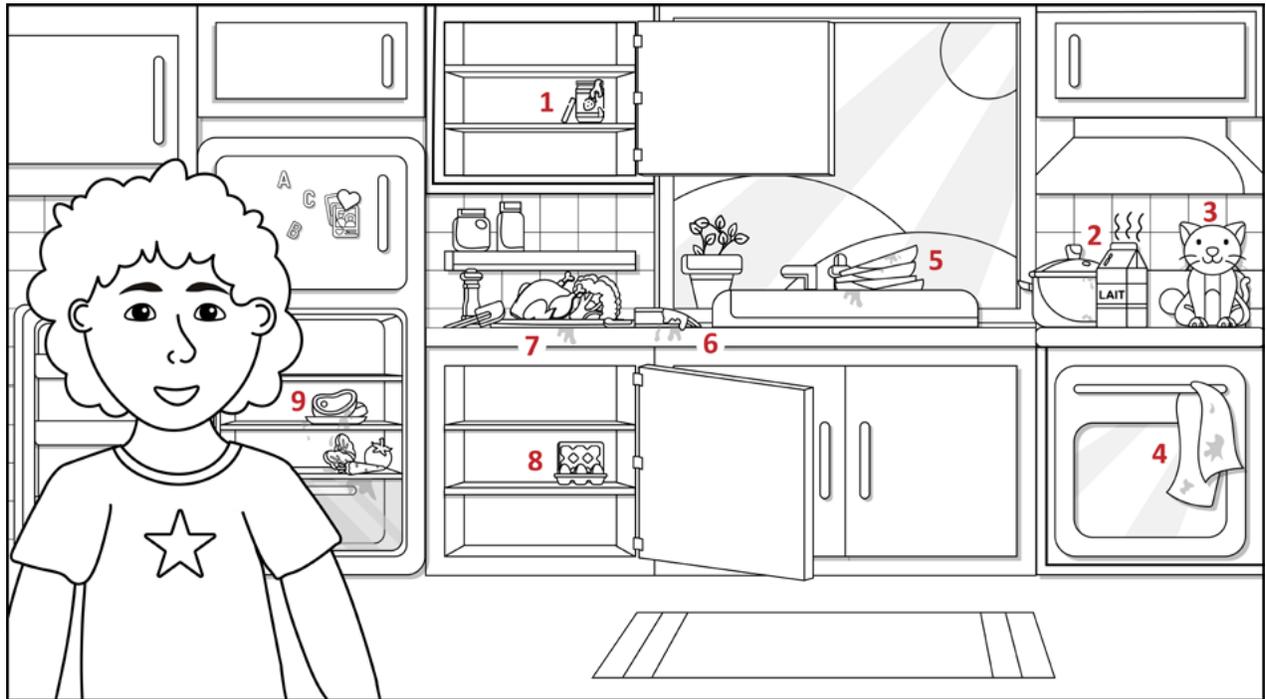
#### Conseil d'enseignement

Envisager de demander aux élèves de faire cette activité à la maison avec leur famille. Cela pourrait favoriser des conversations significatives sur la salubrité des aliments et l'entreposage des aliments à la maison.

### Scénarios visuels sur la salubrité des aliments

#### Corrigé

#### Scénario sur les erreurs en matière de salubrité des aliments (visuel)



1. pot à confiture sans couvercle
2. lait non réfrigéré
3. surface de cuisine contaminée par des animaux de compagnie
4. linge à vaisselle sale
5. évier non nettoyé
6. ustensile de cuisine non lavé
7. planche à découper utilisée pour les aliments crus et les aliments prêts-à-manger
8. œufs non réfrigérés
9. viande mal organisée (au-dessus des aliments prêts-à-manger)

#### Pensez-y!

**1. Question :** Quand vous laveriez-vous les mains si vous prépariez des aliments dans cette cuisine?

**Réponse :** *Je me laverais les mains*

- avant et après la cuisson des aliments,
- avant et après avoir manipulé de la viande, de la volaille, du poisson ou des fruits de mer crus,
- après avoir touché aux animaux de compagnie, changé des couches et utilisé la salle de bain.

(suite à la page suivante)

### Scénarios visuels sur la salubrité des aliments

#### Corrigé

Pensez-y! (suite)

**2. Question :** Quelles erreurs sont susceptibles de se produire pendant chacune des quatre étapes de la salubrité des aliments? Pour chaque erreur, réfléchissez à la façon dont vous pouvez rendre la situation plus sécuritaire.

#### Exemples de réponses

Quatre étapes de la salubrité des aliments	Erreurs potentielles	Comment pouvez-vous rendre cette situation sécuritaire
<b>Nettoyer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Un animal de compagnie contamine les surfaces de la cuisine.</i></li> <li>• <i>Le linge à vaisselle est sale.</i></li> <li>• <i>L'évier est sale.</i></li> <li>• <i>Les ustensiles de cuisson ne sont pas lavés.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Garder les animaux de compagnie à l'écart des zones de préparation des aliments.</i></li> <li>• <i>Utiliser des chiffons et des linges à vaisselle propres pour nettoyer les surfaces de cuisine et les ustensiles.</i></li> <li>• <i>S'assurer que l'évier est propre avant de nettoyer les surfaces de la cuisine et les ustensiles.</i></li> <li>• <i>S'assurer que les ustensiles de cuisson sont propres avant de les utiliser.</i></li> </ul>
<b>Cuire</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• S.O.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• S.O.</li> </ul>
<b>Séparer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>La planche à découper est utilisée pour les aliments crus et les aliments prêts-à-manger en même temps.</i></li> <li>• <i>La viande se trouve au-dessus des aliments prêts-à-manger dans le réfrigérateur.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Conserver les aliments crus et les aliments prêts-à-manger sur des planches à découper séparées.</i></li> <li>• <i>Placer la viande en dessous des aliments prêts-à-manger pour éviter que le jus de la viande crue contamine les aliments prêts-à-manger.</i></li> </ul>
<b>Refroidir</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Les aliments qui se trouvent dans l'armoire n'ont pas de couvercle.</i></li> <li>• <i>Le lait n'est pas dans le réfrigérateur.</i></li> <li>• <i>Les œufs sont dans l'armoire.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Mettre les pots d'aliments ouverts au réfrigérateur. Mettre les couvercles sur les pots.</i></li> <li>• <i>Mettre le lait au réfrigérateur après l'avoir utilisé.</i></li> <li>• <i>Conserver les œufs dans le réfrigérateur.</i></li> </ul>

(suite à la page suivante)

### Scénarios visuels sur la salubrité des aliments

#### Corrigé

#### Trouver la zone de conservation sécuritaire des aliments

Aliment	Conservation
Salade (mélange de légumes)	Frigo
Viande fraîche (bœuf, gibier sauvage)	Frigo
Pain (divers types)	Armoire
Poisson et fruits de mer (congelés)	Congélateur
Céréales (produit céréalier)	Armoire
Fromage	Frigo
Croquettes de poulet (congelées)	Congélateur
Confiture ou produits en conserve (non ouverts)	Armoire
Nouilles ou pâtes (non cuites)	Armoire
Pizza (restes)	Frigo
Macaroni (cuit)	Frigo
Pomme (entière)	Armoire
Autre	Les réponses varieront. Vous pouvez consulter la page Web des Conseils sur l'entreposage sécuritaire des aliments de Santé Canada à l'adresse <a href="https://lbrd.ca/entreposage-securitaire-aliments">https://lbrd.ca/entreposage-securitaire-aliments</a>

#### Pensez-y!

- **Question** : Pourquoi est-il important d'entreposer les aliments correctement? Que peut-il arriver si nous ne le faisons pas?

**Réponse** : Les réponses varieront. Les élèves doivent indiquer que l'entreposage adéquat des aliments protège les aliments de la prolifération microbienne. Il permet aussi de garder la nourriture fraîche et lui donner une durée de conservation plus longue. Si nous n'entreposons pas les aliments correctement, ils peuvent se gâter rapidement. La prolifération des microorganismes nuisibles peut commencer en l'espace de deux heures.

(suite à la page suivante)

### Scénarios visuels sur la salubrité des aliments

#### Corrigé

##### Pensez-y! (suite)

- **Question** : Comment pouvons-nous conserver nos aliments hors de la zone de température dangereuse des aliments?

**Réponse** : *Garder les aliments chauds au chaud, les aliments froids au froid et les aliments congelés au congélateur.*

- **Question** : Comment pouvons-nous garder nos aliments froids au froid lorsque nous sommes à l'extérieur de la maison?

**Réponse** : *Emballer les aliments dans un sac isolé ou une glacière avec un ou plusieurs blocs réfrigérants.*

### Jeu de cartes sur la salubrité des aliments

#### Description de la ressource

Jouons à un jeu et utilisons l'apprentissage coopératif pour résoudre les défis de la salubrité des aliments. Dans ce jeu de cartes sur la salubrité des aliments, les élèves travailleront ensemble pour trouver des solutions aux problèmes de salubrité des aliments en suivant les étapes « nettoyer, séparer, cuire et refroidir ».

#### Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- appliquer leurs connaissances en matière de salubrité des aliments à divers défis de préparation et de cuisson des aliments
- créer des défis et des solutions en matière de salubrité des aliments qui utilisent les quatre étapes de la salubrité des aliments

#### Matériel requis

- ciseaux

#### Plan d'enseignement

##### Avant

Les élèves devront être en groupes de quatre à huit joueurs. Les élèves auront besoin d'un document par groupe.

- Ce document est conçu pour être imprimé recto verso. Si ce n'est pas possible, les élèves devront couper et coller les cartes ensemble.
- Sinon, préparer les jeux de cartes pour les élèves.

Passer en revue l'organisation et le jeu avec les élèves.

Envisager d'avoir un exemple de jeu prêt à faire une démonstration avec les élèves.

##### Pendant

S'assurer que chaque groupe d'élèves comprend bien le jeu.

Penser à ajuster le niveau de difficulté en donnant aux élèves des réponses à choix multiples pour chaque question.

Dépanner les élèves qui éprouvent des difficultés en utilisant le corrigé pour les guider vers les bonnes réponses s'ils posent des questions. Leur rappeler de penser aux quatre étapes de la salubrité des aliments.

##### Après

Donner aux élèves le temps de créer leur propre jeu.

Inviter les élèves à partager leurs jeux et à jouer en petits groupes.

Mettre les élèves au défi de jouer à leur jeu avec leurs amis et leur famille.

### Jeu de cartes sur la salubrité des aliments

#### Conseil d'enseignement

Les élèves peuvent jouer à ce jeu comme à un jeu d'association.

- Regrouper les cartes de défis et de solutions pour chaque étape de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir).

Chaque groupe aura un total de huit cartes.

- Placer les cartes de chaque étape face vers le bas.
- À tour de rôle, les retourner pour trouver l'association d'un défi et d'une solution.
- Une fois toutes les associations faites, ils peuvent passer au prochain groupe de cartes.
- Répéter jusqu'à ce que les quatre étapes de salubrité des aliments aient été associées.

#### Corrigé

Défi	Solution
J'ai joué au basketball avec mes amis, et maintenant j'ai faim pour une collation. Mes mains sont sales, mais il n'y a pas de lavabo. Que dois-je faire?	Utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool s'il n'est pas possible d'avoir accès à du savon et à de l'eau. Je peux en garder dans mon sac à dos.
Je dois couper tout un cantaloup pour le partager avec ma famille. Quelle est la première étape à prendre en matière de salubrité des aliments?	Rincer le cantaloup sous l'eau froide du robinet tout en le brossant avec une brosse propre.
Je préparais une collation lorsque je me suis laissé distraire et que j'ai commencé à jouer avec mon chat. Je suis prêt à continuer à préparer ma collation. Que dois-je faire en premier?	Me laver les mains avec de l'eau chaude et du savon pendant 20 secondes avant de continuer à préparer la collation.
Un adulte à la maison m'a demandé de l'aider à préparer le souper en préparant la salade. Il vient de couper du poulet sur la planche à découper que je veux utiliser. Que dois-je faire?	Avant de préparer la salade, laver la planche à découper et le couteau à l'eau chaude savonneuse. Ensuite, elle pourra être utilisée pour couper les légumes.

(suite à la page suivante)

### Jeu de cartes sur la salubrité des aliments

#### Corrigé

<p>J'étais en train de magasiner avec mes parents. J'ai remarqué que le jus de la viande que nous avons achetée coulait sur les fruits et légumes et les aliments prêts-à-manger. Que pourrions-nous faire à l'avenir pour prévenir la contamination croisée?</p>	<p>Mettre les emballages de viande crue dans des sacs de plastique séparés pour empêcher le jus de viande de s'écouler sur d'autres aliments dans le chariot d'épicerie.</p>
<p>J'aime aider à la caisse en emballant l'épicerie. Pour emballer l'épicerie, quelle est la meilleure façon de s'assurer que les aliments ne se retrouvent pas dans la zone de température dangereuse des aliments?</p>	<p>Acheter des aliments froids et congelés à la fin de l'épicerie et les ranger ensemble dans les sacs ou les bacs d'épicerie pour les aider à rester froids plus longtemps.</p> <p>Si l'épicerie est loin de votre domicile, songer à apporter une glacière isolée avec des blocs réfrigérants pour les aliments qui doivent être gardés au froid.</p>
<p>Mes frères et sœurs et moi-même sommes chargés de planifier le souper une fois par semaine. Cette semaine, nous préparons des tacos aux crevettes. Comment devrions-nous décongeler les crevettes?</p>	<p>Décongeler les fruits de mer au réfrigérateur. Les placer dans un grand contenant et les laisser reposer pendant la nuit. Mettre le contenant sur la tablette du bas au cas où il y aurait des fuites. Nous pouvons aussi faire dégeler les fruits de mer sous l'eau froide ou au micro-ondes. Faire cuire les fruits de mer immédiatement après leur décongélation si ces méthodes sont choisies.</p>
<p>Ma famille prépare des steaks sur le barbecue ce soir. Ils sont prêts à sortir du gril, mais le seul plat que j'ai est celui sur lequel se trouvaient les steaks crus. Que dois-je faire?</p>	<p>Utiliser un plat propre ou laver le plat sale avant de placer les aliments cuits dessus pour éviter la contamination croisée de la viande crue.</p>
<p>J'aide mes parents à préparer des hamburgers au bison pour ma famille. Les hamburgers sont sur le gril depuis un certain temps, et je pense qu'ils sont cuits. Comment puis-je être certain que les hamburgers sont cuits?</p>	<p>Utiliser un thermomètre de cuisson numérique pour m'assurer que les hamburgers sont cuits à 710 °C (1 600 °F). Insérer le thermomètre de cuisson numérique sur le côté de la galette, jusqu'au milieu, pour vérifier la température.</p>

(suite à la page suivante)

### Jeu de cartes sur la salubrité des aliments

#### Corrigé

<p>J'aide mes frères et sœurs à faire cuire des ailes de poulet dans la friteuse à air. Ils m'ont demandé de vérifier si elles étaient prêtes. Les ailes de poulet semblent brunes — est-ce que cela signifie qu'elles sont prêtes?</p>	<p>Je ne peux pas savoir si la viande est propre à la consommation en regardant la couleur. La viande peut brunir avant que tous les microorganismes nuisibles soient tués. Pour vérifier la température de la viande cuisinée, je dois insérer le thermomètre de cuisson numérique dans la partie la plus épaisse de la viande.</p>
<p>J'ai des restes de boulettes. Dois-je les réchauffer à une température précise?</p>	<p>Je dois vérifier la température interne de tous les aliments, y compris les restes. Chauffer les restes à 74 °C (165 °F).</p>
<p>Je suis responsable du nettoyage après le souper. Puis-je laisser les restes sur le comptoir pendant quelques heures pendant que je vais jouer?</p>	<p>Je dois mettre les restes au réfrigérateur ou au congélateur dans les 2 heures suivant le repas pour réduire le risque de tomber malade.</p>
<p>Je fais cuire des biscuits aux pépites de chocolat avec mes grands-parents. La pâte est si belle que je veux y goûter! Je sais qu'elle contient des œufs crus. La pâte peut-elle tout de même être consommée sans danger?</p>	<p>La pâte à biscuits faite d'œufs crus pourrait contenir des microorganismes dangereux comme la <i>salmonelle</i> et ne doit pas être consommée avant d'avoir été bien cuite.</p>
<p>Pour le dîner, je veux apporter un sandwich au thon, du lait et une pomme à l'école. Comment puis-je m'assurer que mon dîner reste frais toute la journée?</p>	<p>Je dois emballer mes aliments dans un sac-repas ou une boîte à lunch isolés, avec un bloc réfrigérant, pour garder les aliments au froid jusqu'à l'heure du dîner.</p>
<p>Les fruits sont l'une de mes collations préférées. Je vais en couper en morceaux pour ma sœur et moi-même. Où dois-je entreposer les fruits coupés?</p>	<p>Je dois entreposer les fruits et légumes lavés et coupés dans des contenants couverts au réfrigérateur.</p>
<p>Je veux apporter de la crème glacée pour la partager avec mes coéquipiers à la partie de baseball. Il fait vraiment chaud dehors aujourd'hui. Quelles mesures dois-je prendre pour m'assurer que les gâteries sont sécuritaires pour mon équipe?</p>	<p>Je ne dois pas laisser les aliments sortis pendant plus d'une heure pendant les activités extérieures par une journée chaude. Garder les aliments froids au froid. Utiliser une glacière remplie de blocs réfrigérants pour entreposer les aliments. La température à l'intérieur de la glacière doit être égale ou inférieure à 4 °C (40 °F).</p>

(suite à la page suivante)

# Ressource 1.5

### Jeu de cartes sur la salubrité des aliments

#### Corrigé

Mes concombres gèlent toujours dans mon réfrigérateur. Je sais que le réfrigérateur doit être froid et que le congélateur doit être encore plus froid, mais à quel point devrait-il être froid?

Régler le frigo à une température où les aliments sont proches, mais au-dessus de leur point de congélation. Utiliser un thermomètre pour vérifier la température du frigo et du congélateur. Le réfrigérateur doit être réglé à 4 °C (40 °F) ou moins. Le congélateur doit être à -18 °C (0 °F) ou moins.

### Jeu-questionnaire sur la salubrité des aliments pour les enfants

#### Description de la ressource

Êtes-vous prêt à exhiber votre apprentissage en matière de salubrité des aliments? Ce jeu-questionnaire sur la salubrité des aliments est un moyen amusant pour les élèves de revenir sur les étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir) et de montrer ce qu'ils ont appris.

#### Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- mettre en pratique leurs connaissances en matière de salubrité des aliments pour répondre aux questions
- collaborer les uns avec les autres pour créer un nouveau jeu

#### Plan d'enseignement

##### Avant

Visualiser la présentation.

Au besoin, les élèves peuvent créer leur propre feuille de pointage. Il y a 21 questions et réponses.

##### Pendant

Penser à ajuster le niveau de difficulté en donnant aux élèves des réponses à choix multiples pour chaque question.

Ce jeu peut être joué avec toute la classe, les élèves peuvent répondre individuellement ou en équipe.

Sinon, envisager de demander à un élève de diriger le jeu en groupe de cinq ou six. L'élève doit avoir accès à un appareil pour montrer la présentation.

##### Après

Inviter les élèves à partager leurs jeux et à jouer en groupes de trois ou quatre.

Mettre les élèves au défi de jouer à leur jeu avec leurs amis et leur famille en dehors de la classe.

#### Conseil d'enseignement

Il est possible d'ajouter le *jeu-questionnaire sur la salubrité des aliments pour les enfants* sur une plateforme d'apprentissage en ligne axée sur les jeux comme Kahoot (<https://kahoot.com/fr>). Cela permettra aux élèves de jouer au jeu en temps réel sur leurs appareils.

# Activités complémentaires

Encourager les élèves à cuisiner à l'école et à la maison en suivant les quatre étapes de la salubrité des aliments. Demander aux élèves de documenter la préparation de leurs recettes en prenant des photos ou des vidéos.

Les élèves sont invités à consulter d'autres sites d'apprentissage en ligne pour en découvrir davantage sur la salubrité des aliments. En voici des exemples :

- *Outil interactif sur la salubrité des aliments* de Santé Canada à l'adresse <https://lbrd.ca/guide-interactif>
- La page Web *Kids Games and Activities* de Partnership for Food Safety Education à l'adresse <https://lbrd.ca/gamesandactivities> (en anglais)

## Ressources supplémentaires

Pour obtenir de plus amples renseignements sur la salubrité des aliments, consulter ces sites Web.

### Santé Canada

- Passer en revue les quatre étapes de la salubrité des aliments en visitant le site <https://lbrd.ca/salubrite-aliments-et-vous>
- Pour en savoir plus sur les conseils généraux en matière de salubrité des aliments, visiter le site <https://lbrd.ca/conseils-generaux-salubrite>
- Pour obtenir des conseils au sujet de la salubrité de la volaille, consulter le site <https://lbrd.ca/salubrite-volaille>
- Regarder une vidéo pour savoir comment utiliser un thermomètre de cuisson en consultant le site <https://lbrd.ca/thermometres-viandes>
- Pour obtenir des conseils sur l'entreposage sécuritaire des aliments, visiter le site <https://lbrd.ca/entreposage-securitaire-aliments>
- Consulter les températures de cuisson sécuritaires recommandées en visitant le <https://lbrd.ca/temperatures-securitaires-cuisson-interne>
- Regarder la vidéo *Cuisiner sans t'contaminer : La salubrité des aliments expliquée aux enfants* à l'adresse <https://lbrd.ca/astuces-pour-ne-pas-etre-malade>
- Se renseigner sur la salubrité des aliments pour les Premières Nations et les Inuits en visitant le <https://lbrd.ca/premieres-nation-et-inuits>

### Partenariat pour l'éducation en matière de salubrité des aliments

- Apprendre comment préparer un repas sûr en visitant le <https://lbrd.ca/safelunch> (en anglais)
- En savoir davantage sur la manipulation sécuritaire de la volaille en visitant le <https://lbrd.ca/safepoultryhandling> (en anglais)

# Ressources supplémentaires

---

## Agence de la santé publique du Canada

- Pour en savoir plus sur les avantages du lavage des mains, consulter le <https://lbrd.ca/hygiene-mains>
- Regarder la vidéo Super laveurs de mains en visitant le <https://lbrd.ca/super-laveurs-mains>

# Définitions liées à la salubrité des aliments pour les élèves

Utilise le document suivant pour te rappeler des termes clés que tu as appris! Pour chaque terme clé, lis la définition et dessine ce qu'elle décrit.



Terme	Définition	Dessine ce que tu comprends
Bactéries	Les <i>bactéries</i> sont de minuscules organismes, composés d'une cellule, qui nous entourent. Nous ne pouvons ni les voir, ni les sentir, ni les goûter. Certaines bactéries sont utiles et nécessaires au bon fonctionnement de notre organisme, tandis que d'autres peuvent causer des infections et nous rendre malades.	<p>Exemple:</p>
Contamination croisée	La <i>contamination croisée</i> survient lorsque des micro-organismes nuisibles se propagent accidentellement. Cette situation se produit lorsqu'ils sont transmis d'une surface ou d'un aliment à un autre	
Maladie	Une <i>maladie</i> est une affection qui empêche notre corps de fonctionner comme il se doit. On peut habituellement reconnaître une maladie par ses signes et symptômes.	
Maladie d'origine alimentaire	Une <i>maladie d'origine alimentaire</i> est une maladie que l'on contracte en mangeant des aliments qui ont été contaminés par des micro-organismes nuisibles ou leurs toxines. C'est aussi ce qu'on appelle une intoxication alimentaire.	

# Définitions liées à la salubrité des aliments pour les élèves

Terme	Définition	Dessine ce que tu comprends
Champignons	Les <i>champignons</i> sont un groupe de microorganismes qui comprennent les moisissures et les levures.	
Germes	Les <i>germes</i> sont des micro-organismes nuisibles qui peuvent causer des maladies. Nous ne pouvons ni les voir, ni les sentir, ni les goûter.	
Microorganismes	Les <i>microorganismes</i> sont des organismes de très petite taille. Ils ne sont visibles qu'à l'aide d'un microscope. Il peut s'agir de bactéries, de virus, de parasites et de champignons.	
Organisme	Un <i>organisme</i> est n'importe quel être vivant. Certains organismes sont visibles, comme les plantes ou les animaux, et d'autres sont invisibles, comme les micro-organismes.	

# Définitions liées à la salubrité des aliments pour les élèves

Terme	Définition	Dessine ce que tu comprends
Parasites	Un <i>parasite</i> est un organisme qui vit sur ou dans un autre organisme. Les parasites ont besoin d'un hôte pour survivre. Certains, comme les tiques, sont visibles à l'œil nu. Dans le cas d'autres, comme les bactéries et les virus, il est impossible ni de les voir, ni de les sentir, ni de les goûter.	
Agents pathogènes	Les <i>agents pathogènes</i> sont des microorganismes pathogènes, souvent appelés « germes » ou « insectes ». Nous ne pouvons ni les voir, ni les sentir, ni les goûter.	
Toxines	Les <i>toxines</i> sont des substances nuisibles provenant de certains organismes vivants. Nous ne pouvons ni les voir, ni les sentir, ni les goûter.	
Virus	Les <i>virus</i> sont de minuscules organismes qui peuvent nous rendre malades lorsqu'ils se déplacent dans notre organisme. Nous ne pouvons ni les voir, ni les sentir, ni les goûter.	

# Insignes de réussite en matière de salubrité des aliments



# Insignes de réussite en salubrité des aliments

