

Salubrité des aliments pour les enfants – Sur le pouce!

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 en arts du langage 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, de santé et de bien-être, et dans les cours axés sur l'alimentation pour les élèves de la 4e à la 6e année.

Ressources

Ressource 3.1	p. 5
Salubrité des aliments sur le pouce! (vidéo)	
Ressource 3.2	p. 8
Repas à emporter! (feuille d'exercices)	
Ressource 3.3	p. 11
Salubrité des aliments à l'épicerie (vidéo)	
Ressource 3.4	p. 13
Scénarios de salubrité des aliments (feuille d'exercices)	
Ressource 3.5	p. 17
Recettes sans danger (feuille d'exercices)	
Ressource 3.6	p. 19
Jeu de crime sur la salubrité des aliments (feuille d'exercices)	

Introduction au thème

Les enseignements tirés de cette trousse de ressources portent sur les quatre étapes de la salubrité des aliments, à savoir nettoyer, séparer, cuire et refroidir. Connaître ces quatre étapes peut aider à prévenir les maladies d'origine alimentaire lorsque vient le temps de manipuler et de préparer des aliments. La trousse présente les quatre étapes de la salubrité des aliments pour les élèves en déplacement. On y aborde des sujets comme la salubrité des aliments consommés à l'école et la salubrité des aliments consommés à l'extérieur, en plus d'offrir des conseils sur la salubrité des aliments à l'épicerie. Les activités dans la présente trousse sont conçues pour permettre aux élèves d'acquérir diverses compétences en arts du langage. Cette trousse de ressources comprend du contenu d'apprentissage intéressant comme des vidéos interactives, des scénarios concrets, des activités de résolution de problèmes et des jeux.

Salubrité des aliments pour les enfants – Sur le pouce!

Guide de l'éducateur

Réussite des élèves

Cette trousse de ressources comprend un ensemble de six insignes de réussite en salubrité des aliments. Ces insignes se veulent une façon de célébrer les apprentissages des élèves au 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 30 et 31 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. Habituellement, 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 réfrigérer 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 – Sur le pouce!

Guide de l'éducateur

Information à l'intention des enseignants

Les pratiques de manipulation sécuritaire des aliments sont importantes lors de la préparation 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. Les mains sont l'un des principaux transporteurs de microorganismes. Il est important de rappeler aux élèves de se laver les mains sous l'eau tiède avec du savon 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 et 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 numérique pour aliments. La cuisson des aliments jusqu'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

Salubrité des aliments pour les enfants – Sur le pouce!

Guide de l'éducateur

numérique pour aliments afin de vérifier que leur nourriture est bien cuite. Cette trousse de ressources comprend un Tableau de températures de cuisson interne 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.

Refroidir

L'étape « refroidir » de la salubrité des aliments consiste à garder 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 proliférer 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 une boîte à lunch isotherme avec un bloc réfrigérant. Si les élèves apportent des aliments qui devraient être servis chauds, ils peuvent les réchauffer avant de quitter la maison et les mettre 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), vous les aidez à faire des choix alimentaires sains lorsqu'ils préparent et entreposent des aliments. Nous vous encourageons à consulter la section « Ressources supplémentaires » à la page 25 et 26 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 des définitions de la salubrité des aliments à distribuer aux élèves. Celles-ci se trouvent aux pages 27–29 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 3.1

Vidéo

Salubrité des aliments sur le pouce!

Description de la ressource

Isabelle met en pratique les connaissances qu'elle a acquises la veille au sujet de la salubrité des aliments au moment de préparer son dîner pour l'école. Elle nous présente également les quatre étapes clés visant à assurer la salubrité des aliments : nettoyer, séparer, cuire et refroidir. La grand-mère d'Isabelle est prête à l'aider à accomplir les tâches plus complexes, comme utiliser un thermomètre numérique pour aliments afin de vérifier que le poulet est cuit à une température interne sécuritaire. Maintenant que le repas nutritif d'Isabelle est prêt à emporter et qu'il peut être consommé en toute sécurité, elle est prête à passer une excellente journée à l'école!

Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- suivre les quatre étapes de la salubrité des aliments
- appliquer les quatre étapes de la salubrité des aliments au moment de préparer leur dîner pour l'école

Plan d'enseignement

Avant

Demandez aux élèves de dire ce qu'ils savent déjà à un partenaire à un camarade à côté d'eux en répondant aux questions suivantes :

- Participes-tu à la préparation des repas à la maison? Raconte tes expériences
- Quel est ton aliment préféré? Sais-tu comment cet aliment est préparé?
- Qui prépare ton dîner pour l'école? Participes-tu à sa préparation?

Pendant

Faites jouer la vidéo.

Mettez la vidéo sur pause lorsqu'on vous le demandera.

- Les élèves peuvent poser des questions à l'aide de la stratégie « penser-comparer-partager » (voir la section « Ressources connexes » à la page 7).

Sinon, envisagez de leur faire visionner la vidéo en petits groupes et discuter des questions à leur propre rythme.

- Ils pourraient consigner leurs réponses dans un document électronique partagé.

Veuillez consulter le « Corrigé » à la page 6 pour des suggestions de réponses.

Après

Créez un mur de questions (voir la section « Ressources connexes » à la page 7) pour que les élèves puissent poser leurs questions au sujet des maladies d'origine alimentaire et de 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.

Salubrité des aliments sur le pouce!

Corrigé

1. **Question** : Qu'a fait Isabelle pour suivre l'étape « nettoyer » de la salubrité des aliments?

Réponse : La vidéo mentionne le lavage des mains, l'utilisation d'ustensiles de cuisine propres ainsi que le nettoyage des surfaces de cuisine et de la boîte à lunch.

2. **Question** : Comment l'étape « séparer » de la salubrité des aliments nous permet-elle d'éviter la contamination croisée?

Réponse : En séparant les aliments crus des aliments prêts-à-manger, on veille à ce que les microorganismes nuisibles n'entrent pas en contact avec les aliments prêts-à-manger. Il faut également séparer les ustensiles de cuisine, comme les planches à découper, des aliments prêts-à-manger pour que les microorganismes nuisibles des aliments crus n'entrent pas en contact avec les aliments prêts-à-manger.

3. **Question** : Pourquoi est-il important de s'assurer que le poulet est cuit jusqu'à la température de cuisson interne sécuritaire recommandée?

Réponse : En faisant cuire le poulet jusqu'à la température de cuisson interne sécuritaire recommandée, on veille à ce qu'il atteigne une température suffisamment élevée pour tuer tout microorganisme nuisible qui pourrait être présent. Il faut utiliser un thermomètre numérique pour aliments afin de vérifier la température interne de la nourriture. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez la page Web Températures de cuisson sécuritaires de Santé Canada à l'adresse <https://lbrd.ca/temperatures-securitaires-cuisson-interne>

4. **Question** : Connais-tu d'autres astuces pour conserver au froid les aliments froids et au chaud les aliments chauds pendant les déplacements?

Réponse : Les réponses varieront. Les élèves peuvent utiliser des blocs réfrigérants, des bouteilles d'eau congelée ou des aliments congelés pour conserver la nourriture au froid. Pour conserver les aliments au chaud pendant la journée, les élèves peuvent réchauffer la nourriture à la maison et la verser dans un contenant isotherme ou un thermos.

5. **Question** : Quelles étapes de la salubrité des aliments suis-tu pour préparer ton repas à emporter?

Réponse : Les réponses varieront. Pour faciliter les échanges, consultez la page Web Conseils de sécurité : dîners à emporter à l'école de Santé Canada à l'adresse <https://lbrd.ca/dejeuners-scolaires-securises> pour plus d'astuces. Demandez aux élèves d'inscrire leurs réponses sur un espace commun d'écriture.

Vous pouvez également leur poser d'autres questions, comme sur l'endroit où ils conservent leur nourriture à l'école (idéalement dans un endroit froid à l'abri de la chaleur ou du soleil).

Ressource 3.1

Vidéo

Salubrité des aliments sur le pouce!

Ressources connexes

- Pour obtenir de plus amples renseignements sur la stratégie « penser-comparer-partager », consultez le site EAL in the Daylight à l'adresse <https://lbrd.ca/thinkpairsquareshare> (en anglais)
- Pour en savoir plus sur les murs de questions, consultez ce document PDF tiré du site Web Blue Apple à l'adresse <https://lbrd.ca/Question-Wall> (en anglais)

Repas à emporter!

Description de la ressource

Pourquoi est-il important de freiner la croissance des microorganismes dans notre nourriture? Les élèves en apprendront davantage sur le rôle que jouent les microorganismes dans les maladies d'origine alimentaire ainsi que sur la façon de conserver leur nourriture hors de la zone de température dangereuse des aliments lors des déplacements. Par la suite, ils mettront en pratique ce qu'ils ont appris ainsi que les quatre étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir) pour démontrer comment préparer un repas à emporter sans danger.

Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- appliquer les quatre étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir) lors de la préparation de leur repas à emporter
- déterminer le rôle que jouent les microorganismes dans la détérioration des aliments

Matériel requis

- ciseaux
- matériel de coloriage
- colle

Plan d'enseignement

Avant

Encouragez les élèves à consulter la page Web <https://lbrd.ca/dejeuners-scolaires-securises> de Santé Canada pour des astuces sur la manière de préparer un repas à emporter sans danger.

Pendant

Demandez aux élèves de visionner la vidéo Dîner santé à l'école à l'adresse <https://lbrd.ca/dejeuner-de-zach>

Demandez aux élèves de discuter des questions avec un partenaire à proximité. Songez à faire un compte rendu des questions en grand groupe.

Lisez la section « Dernières nouvelles ! » et l'article qui l'accompagne aux élèves.

Ayez une discussion sur les questions fournies. Veuillez consulter le « Corrigé » à la page 9 pour des suggestions de réponses.

À la section du document intitulée « Défi : préparer un repas à emporter santé qui peut être consommé en toute sécurité », faites preuve de plus de souplesse en autorisant les élèves à

choisir des aliments qui leur sont pertinents.

Rappelez aux élèves qu'ils doivent conserver au froid les aliments froids et au chaud les aliments chauds. Plus précisément, les fruits et les légumes coupés (concombre et melon d'eau), le houmous, le yogourt, les sandwiches et le lait doivent être gardés au froid. La soupe et les plats à base de riz doivent être conservés au chaud. Les craquelins et les bananes peuvent être conservés à la température ambiante.

Vous pouvez demander aux élèves de montrer leur boîte à lunch aux autres et de parler de leurs choix de nourriture ainsi que de leurs pratiques en matière de salubrité des aliments.

Repas à emporter!

Après

Encouragez les élèves à apporter leur nouveau sac-repas à la maison pour discuter de leurs choix avec les membres de leur famille.

Conseil d'enseignement

Vous pouvez terminer le « Défi : préparer un repas à emporter santé qui peut être consommé en toute sécurité » en demandant aux élèves de dessiner leur boîte à lunch, les options de conservation qui s'offrent à eux ainsi que les aliments à l'aide d'un logiciel comme Google Drawings.

Vous pourriez imprimer une version agrandie du modèle de boîte à lunch et des cartes de salubrité des aliments pour faire l'activité avec l'ensemble de la classe.

Corrigé

La science derrière les microorganismes

1. Question : Comment les microorganismes nuisibles peuvent-ils entrer dans ton corps?

Réponse : *Les microorganismes nuisibles peuvent entrer dans ton corps lorsque tu consommes des boissons ou des aliments contaminés.*

2. Question : Comment peux-tu empêcher les microorganismes nuisibles d'entrer dans ton corps?

Réponse : *La meilleure façon d'empêcher les microorganismes nuisibles d'entrer dans ton corps est de suivre les quatre étapes de la salubrité des aliments : nettoyer, séparer, cuire et refroidir.*

3. Question : Qu'advient-il des microorganismes lorsqu'ils se trouvent dans la zone de température dangereuse des aliments?

Réponse : *Les microorganismes peuvent se multiplier très rapidement lorsqu'ils demeurent dans la zone de température dangereuse des aliments pendant au moins deux heures.*

4. Question : Qu'advient-il des microorganismes lorsqu'ils sont conservés à une température trop froide (en dessous de 4 °C) ou trop chaude (au-dessus de 60 °C)?

Réponse : *Lorsque les microorganismes sont conservés au froid, ils se multiplient moins rapidement. Toutefois, lorsqu'ils sont chauffés jusqu'à la température de cuisson interne sécuritaire recommandée, ils meurent.*

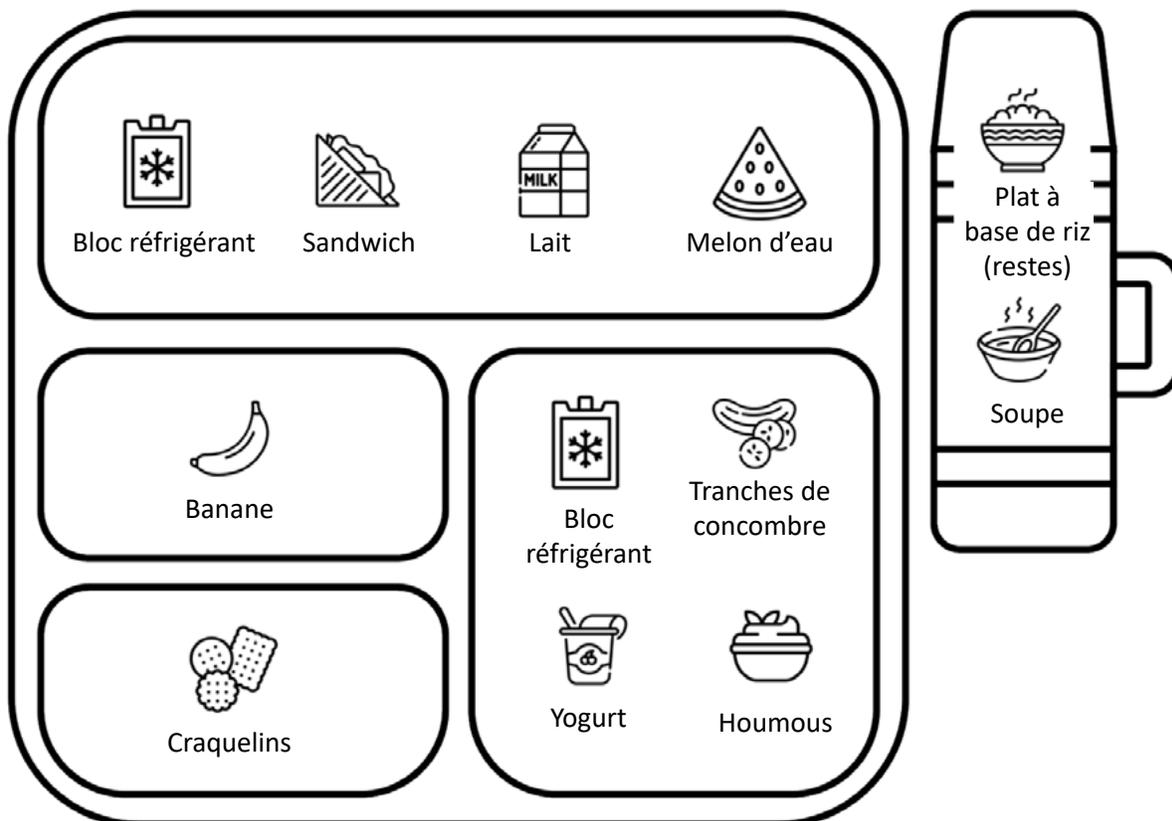
(suite à la page suivante)

Ressource 3.2

Repas à emporter!

Corrigé

Modèle de boîte à lunch



Ressource 3.3

Vidéo

Salubrité des aliments à l'épicerie

Description de la ressource

Accompagnons Isabelle et Tai à l'épicerie. Pendant leurs courses, ils échangent des conseils sur la salubrité des aliments et expliquent comment les quatre étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir) s'appliquent à ce scénario sur le pouce. Pendant cette activité, les élèves réfléchiront à la manière dont ils peuvent choisir des aliments sans danger à l'épicerie.

Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- déterminer les facteurs de risque qui peuvent causer la détérioration des aliments
- appliquer les pratiques en matière de salubrité des aliments à l'épicerie

Plan d'enseignement

Avant

Vous pourriez passer en revue les définitions d'aliments périssables et d'aliments non périssables. Demandez aux élèves de réfléchir à des exemples d'aliments pour chacune de ces catégories.

Vous pourriez demander aux élèves de s'imaginer à l'épicerie pendant qu'ils font cet exercice. Demandez-leur de dessiner un panier d'épicerie et d'y ajouter leurs aliments préférés.

Pendant

Faites jouer la vidéo.

Mettez la vidéo sur pause lorsqu'on vous le demande et dites aux élèves de discuter des questions. Fournissez des réponses au besoin (voir le « Corrigé » ci-dessous).

Après

Mettez les élèves au défi d'aller à l'épicerie avec leurs parents ou une personne qui s'occupe d'eux. Demandez-leur de planifier leur sortie à l'épicerie en écrivant des conseils sur la salubrité des aliments.

Corrigé

1. Question : Pourquoi penses-tu que Tai hésite à prendre cette boîte de conserve d'ananas?

Réponse : *Si une boîte de conserve est bosselée, gonflée ou rouillée, des bactéries dangereuses peuvent s'y infiltrer. Il vaut mieux acheter des produits en conserve qui ne sont ni bosselés, ni gonflés, ni rouillés.*

(suite à la page suivante)

Salubrité des aliments à l'épicerie

Corrigé

2. Question : Lequel de ces paquets de framboises Isabelle devrait-elle acheter? Pourquoi?

Réponse : *Isabelle devrait choisir le paquet qui ne contient pas de moisissure. Il vaut mieux choisir un produit qui semble frais.*

3. Question : Sais-tu comment lire une date « meilleur avant »? Quelle est la date « meilleur avant » de ce yogourt? Que signifie-t-elle?

Réponse : *La date « meilleur avant » indiquée est le 30 janvier 2025. Cette date représente la durée pendant laquelle un produit alimentaire emballé, entreposé dans de bonnes conditions, conservera son goût, sa fraîcheur, sa valeur nutritive et toute autre qualité déclarée par le fabricant.*

Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez la page Web Comprendre les dates indiquées sur les étiquettes de vos aliments à l'adresse <https://lbrd.ca/etiquettes-de-date>

4. Question : À l'épicerie, comment peut-on séparer les aliments crus, comme le poulet cru, des aliments prêts-à-manger?

Réponse : *Placer le poulet cru dans un autre sac en plastique. Placer le poulet cru dans le bas du panier d'épicerie, à l'écart des aliments prêts-à-manger. Placer le poulet cru dans un autre sac réutilisable.*

5. Question : La prochaine fois que tu iras à l'épicerie, que feras-tu pour t'assurer que les aliments que tu achètes pourront être consommés sans danger?

Réponse : *Les réponses peuvent varier. Consultez la page Web Trucs pour faire l'épicerie de Santé Canada à l'adresse <https://lbrd.ca/conseils-d-epicerie> pour faciliter les échanges.*

Conseil d'enseignement

Vous pourriez discuter des façons de transporter les différents types d'aliments en toute sécurité. Par exemple, vous pouvez aborder l'utilisation d'un sac isotherme pour conserver les aliments au chaud ou l'utilisation de blocs réfrigérants pour conserver les aliments au froid.

Scénarios de salubrité des aliments

Description de la ressource

Comment pouvez-vous garantir la salubrité des aliments lorsque vous êtes en déplacement? Les élèves mettront en pratique les quatre étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir) dans un scénario concret. Ils verront des scénarios tels qu'un barbecue au parc, une soirée de fruits de mer en famille, des collations à emporter à un match de baseball et la préparation d'un buffet pour une activité hivernale. Ensuite, les élèves planifieront un repas sans danger à emporter dans une sortie. Où iront-ils? Qu'y aura-t-il au menu? Comment s'assureront-ils que leurs aliments resteront salubres?

Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- utiliser des stratégies de résolution de problèmes pour améliorer la salubrité des aliments dans diverses situations
- créer un plan qui tient compte des quatre étapes de la salubrité des aliments pour une sortie

Plan d'enseignement

Avant

Vous pourriez former des groupes de deux ou de trois élèves pour réaliser cette activité.

Envisagez d'organiser une véritable sortie scolaire avec de la nourriture afin que les élèves puissent se servir de la section « Prévoir des aliments sans danger pour une sortie » de ce document à distribuer.

Pendant

Joignez-vous à chaque groupe pour effectuer une évaluation formative de leurs connaissances de la salubrité des aliments au fil des scénarios.

- L'évaluation formative sert à établir où en est l'élève dans son apprentissage. Au moyen d'une discussion guidée, tentez de déterminer ce que les élèves ont appris jusqu'à maintenant et ce qu'ils ont besoin d'approfondir.

Vous pourriez désigner un modérateur qui veillera à ce que le groupe ne s'écarte pas du sujet et respecte les délais.

Après

Vous pouvez demander aux élèves d'afficher la sortie qu'ils ont planifiée dans un espace partagé dans la salle de classe.

Encouragez les élèves à faire la sortie qu'ils ont planifiée (tout en étant accompagnés d'un adulte de confiance).

Les élèves peuvent prendre une photo de leur sortie ou écrire une entrée de journal à ce sujet une fois de retour.

Encouragez les élèves à visualiser leur sortie en leur demandant de dessiner les aliments qu'ils comptent apporter et les personnes qui les accompagneront, puis d'identifier ce qu'ils ont dessiné.

Scénarios de salubrité des aliments

Corrigé

Scénarios de salubrité des aliments – Suggestions de réponses

Scénario 1 – Barbecue au parc

1. Question : Quelles mesures prendrais-tu pour t'assurer que personne n'attrape de maladie d'origine alimentaire pendant le pique-nique?

Réponse : *Les réponses varieront. Les élèves devraient se concentrer sur la mise en pratique des quatre étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir) afin de réduire au minimum les risques liés à la salubrité des aliments.*

2. Question : Comment t'organiserai-tu pour que les aliments restent salubres pendant ton déplacement de l'épicerie jusqu'au parc?

Réponse : *Tu pourrais placer des blocs réfrigérants dans un sac d'épicerie isotherme pour conserver les aliments froids au froid.*

3. Question : Une fois au parc, comment conserverai-tu tes aliments?

Réponse : *Tu pourrais placer des blocs réfrigérants dans une glacière pour conserver les aliments froids au froid. Tu pourrais également utiliser un thermomètre numérique pour aliments afin de vérifier si la température de la glacière dépasse ou non 4 °C (40 °F).*

4. Question : Comment t'assurerais-tu que tes aliments sont cuits jusqu'à une température appropriée au parc?

Réponse : *Tu utiliserais un thermomètre numérique pour aliments pour veiller à ce que tes aliments soient cuits jusqu'à la température de cuisson interne sécuritaire recommandée.*

5. Question : Que devrais-tu faire avec les restes de ton repas?

Réponse : *Tu devrais conserver au froid les restes pour éviter la prolifération des microorganismes nuisibles. Si tu laisses des aliments à la température ambiante pendant plus de deux heures, tu devrais les jeter. S'il fait chaud dehors, tu devrais réfrigérer la nourriture plus tôt.*

Scénario 2 – Soirée de fruits de mer

1. Question : Dans quel ordre achèterais-tu les articles sur ta liste?

Réponse : *Tu devrais acheter les aliments entreposés à la température ambiante en premier, puis les aliments froids ou réfrigérés, et en dernier, les aliments surgelés. Par exemple, tu devrais acheter le riz, la salade, la trempette aux fruits de mer, les crevettes (ces trois éléments sont interchangeables) et les pétoncles.*

(suite à la page suivante)

Scénarios de salubrité des aliments

Corrigé

Scénarios de salubrité des aliments – Suggestions de réponses

Scénario 2 – Soirée de fruits de mer

2. Question : Comment emballerais-tu les aliments correctement sur ton vélo pour revenir à la maison? Pense aux aliments crus et aux aliments prêts-à-manger.

Réponse : *Tu placerais les aliments froids et les aliments congelés dans un sac d'épicerie isotherme contenant des blocs réfrigérants. Tu séparerais les aliments crus des aliments prêts-à-manger en utilisant différents sacs d'épicerie.*

3. Question : Que devrais-tu faire avec chaque aliment une fois de retour à la maison?

Réponse : *Tu devrais immédiatement placer les aliments congelés dans le congélateur et les aliments froids dans le réfrigérateur.*

4. Question : Comment décongèlerais-tu les pétoncles pour pouvoir les faire cuire? Tu veux les faire cuire la soirée même.

Réponse : *Tu pourrais décongeler les pétoncles en les rinçant sous l'eau froide ou au micro-ondes. Visite la page Web Décongeler les aliments sans risque de Santé Canada à l'adresse <https://lbrd.ca/decongelation-securee> pour obtenir des astuces sur la façon de décongeler les aliments sans danger.*

Scénario 3 – Collations du jour de match

1. Question : Comment conserverais-tu au froid les collations froides jusqu'à la fin de ton match de baseball?

Réponse : *Tu devrais conserver les popsicles, les oranges, le fromage et les hot-dogs dans une glacière contenant des blocs réfrigérants. Les craquelins peuvent être conservés à la température ambiante.*

2. Question : Comment réchaufferais-tu les hot-dogs après ton match?

Réponse : *Tu devras réchauffer les hot-dogs jusqu'à la température interne sécuritaire recommandée de 74 °C (165 °F) au micro-ondes, sur le gril ou dans l'eau bouillante sur un poêle extérieur.*

(suite à la page suivante)

Scénarios de salubrité des aliments

Corrigé

Scénarios de salubrité des aliments – Suggestions de réponses

Scénario 3 – Collations du jour de match

3. Question : Pourquoi est-il important de conserver les aliments froids au froid et les aliments chauds au chaud?

Réponse : *Il est important de conserver les aliments froids au froid et les aliments chauds au chaud pour éviter la zone de température dangereuse des aliments. En gardant les aliments hors de la zone de température dangereuse des aliments, tu contribues à freiner la prolifération des microorganismes sur la nourriture ou à tuer ces derniers.*

4. Question : Où conserverais-tu les condiments que tu as apportés (c.-à-d. ketchup, moutarde et relish pour les hot-dogs)?

Réponse : *S'ils n'ont jamais été ouverts, tu pourrais les garder à la température ambiante. Toutefois, s'ils ont déjà été ouverts, tu devrais les conserver au froid.*

Scénario 4 – Buffet pour une activité hivernale

1. Question : Comment servirais-tu les pâtes Alfredo au poulet et les garderais-tu chaudes?

Réponse : *Tu pourrais utiliser des appareils chauffants comme une mijoteuse ou régler ton four/poêle à basse température pour que les pâtes restent chaudes.*

2. Question : Comment garderais-tu les fruits et les légumes frais coupés bien froids?

Réponse : *Tu pourrais placer les fruits et les légumes frais coupés sur de la glace afin qu'ils restent au froid sur le comptoir.*

3. Question : Comment garderais-tu le chocolat chaud bien chaud?

Réponse : *Tu pourrais utiliser des appareils chauffants comme une mijoteuse ou mettre ton chocolat chaud dans une casserole sur la cuisinière afin qu'il reste chaud.*

4. Question : De combien de cuillères et de pinces de service aurais-tu besoin pour ton buffet?

Réponse : *Tu aurais besoin d'une cuillère ou d'un ustensile de service pour chaque aliment. Tu aurais besoin d'au moins cinq ustensiles de service pour ton buffet.*

Recettes sans danger

Description de la ressource

Revenons maintenant dans la cuisine pour réfléchir à la manière de préparer des aliments sans danger avant de les apporter. Il est important de suivre les quatre étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir), peu importe la recette. Dans cette activité, les élèves vont créer des recettes sans danger en suivant les quatre étapes de la salubrité des aliments dans les instructions de leur recette.

Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- mettre en pratique des concepts de manipulation sécuritaire des aliments lorsqu'ils préparent de la nourriture pour eux ou pour les autres
- créer une recette qui tient compte des quatre étapes de la salubrité des aliments

Plan d'enseignement

Avant

Demandez aux élèves s'ils ont une recette ou un aliment préféré qu'on leur prépare.

- Les élèves peuvent faire part de leurs idées à l'aide de la stratégie « penser-comparer-partager » (voir la section « Ressources connexes » à la page 18).

Pendant

Passez en revue les conseils sur la salubrité des aliments avec vos élèves.

Vous pourriez lire la définition d'une recette dans « Qu'est-ce qu'une recette » avec l'ensemble de la classe en faisant ressortir les différentes parties d'une recette.

Demandez aux élèves d'encercler ou de souligner tous les conseils sur la salubrité des aliments qu'ils parviennent à trouver dans l'exemple de recette. Vous pourriez trouver un ou deux conseils et les donner à l'ensemble de la classe à titre d'exemple.

Après

Vous pourriez effectuer l'activité supplémentaire afin que vos élèves puissent mieux comprendre les recettes et la salubrité des aliments.

Les élèves peuvent créer leur propre recette à partir d'un plat familial ou choisir une recette pour enfants sur la page Web du Guide alimentaire canadien du gouvernement du Canada à l'adresse <https://lbrd.ca/recettes-enfants-simples>

Encouragez les élèves à cuisiner leur recette à la maison en compagnie d'un adulte de confiance et à documenter leur expérience.

Par la suite, vous pourriez réaliser un collage de photos et de recettes à afficher dans la salle de classe.

Ressource 3.5

Feuille d'exercices

Recettes sans danger

Les élèves qui ne sont pas en mesure de cuisiner leur recette à la maison pourraient faire semblant de cuisiner celle-ci dans le cadre d'un jeu de rôle.

Vous pourriez utiliser les questions de réflexion pour orienter la discussion sur la salubrité des aliments.

Conseil d'enseignement

Les élèves pourraient créer un billet de blogue pour partager leur recette sans danger ainsi qu'une photo du plat terminé.

Ressources connexes

- Pour obtenir de plus amples renseignements sur la stratégie « penser-comparer-partager », consultez le site « EAL in the Daylight » à l'adresse <https://lbrd.ca/thinkpairsquareshare> (en anglais)
- Pour obtenir plus de conseils sur la salubrité des aliments, les élèves peuvent consulter la page Web La salubrité des aliments et vous du gouvernement du Canada à l'adresse <https://lbrd.ca/salubrite-aliments-et-vous>
- Pour obtenir de plus amples renseignements sur la manière d'écrire des recettes sans danger, consultez le site Web « Safe Recipe Style Guide » à l'adresse <https://www.saferecipeguide.org> (en anglais)

Jeu de crime sur la salubrité des aliments

Description de la ressource

Isabelle et ses amis ont attrapé une maladie d'origine alimentaire. Les élèves doivent analyser les indices, résoudre des casse-tête et réfléchir de manière critique à ce qui aurait pu causer la maladie d'origine alimentaire. Ils devront mettre en pratique les quatre étapes de la salubrité des aliments (nettoyer, séparer, cuire et refroidir) pour résoudre ce mystère. Bonne chance!

Objectifs d'apprentissage

Les élèves pourront :

- démontrer leur connaissance des quatre étapes de la salubrité des aliments
- analyser de nombreux éléments d'information en vue de prendre une décision éclairée

Plan d'enseignement

Avant

Parcourez les casse-tête et les réponses avant le début de l'activité.

Pendant

Demandez aux élèves de réaliser cette activité en petits groupes ou en équipes de deux.

Deux têtes valent mieux qu'une.

Expliquez aux élèves qu'ils doivent résoudre tous les casse-tête et chercher des indices dans l'ensemble du document en vue de résoudre l'écllosion de la maladie d'origine alimentaire.

Les élèves pourraient avoir des questions pendant cette activité, alors essayer de les aider à trouver des stratégies pour résoudre les casse-tête. Évitez de répondre directement aux questions qu'ils vous poseront.

Il pourrait leur être utile d'avoir un appareil pour vérifier les faits sur la salubrité des aliments.

Après

Faites un compte rendu de l'activité en passant en revue le rapport d'enquête avec les élèves.

Ces derniers pourraient avoir obtenu des réponses différentes. Montrez-leur les indices qui pourraient leur avoir échappé pendant l'enquête (voir le « Corrigé » à la page 20).

Conseil d'enseignement

Vous pourriez vous servir des casse-tête pour créer une activité de style « jeu d'évasion » dans la salle de classe (voir la section « Ressources connexes » à la page 24). Pour créer une activité de style « jeu d'évasion », faites ce qui suit :

- Découpez chaque casse-tête
- Mettez chaque casse-tête à un endroit dans la classe
- Donnez un outil de suivi des indices à chaque élève

(suite à la page suivante)

Jeu de crime sur la salubrité des aliments

Conseil d'enseignement

- Lisez l'introduction aux élèves et placez-la à un endroit visible dans la salle de classe (elle contient un indice qui leur permettra de résoudre le mystère)
- Lisez les instructions aux élèves.
- Demandez aux élèves de se déplacer dans la salle de classe en petits groupes pour qu'ils résolvent tous les casse-tête (dans un ordre différent).
- À la toute fin, demandez aux groupes de remplir le rapport d'enquête.
- Montrez les réponses des casse-tête à la classe.
- Les groupes qui ont résolu tous les casse-tête et trouvé la maladie d'origine alimentaire à la source de l'éclosion remporteront le jeu d'évasion.

Corrigé

Indice 1 – Une longue journée de pizza

L'horloge 1 montre que la pizza est arrivée à midi et l'horloge 2, que les élèves en ont mangé les restes à 16 h.

1. Question : Pendant combien de temps la pizza est-elle restée sur le comptoir?

Réponse : Elle est restée sur le comptoir pendant quatre heures.

2. Question : Pendant combien de temps recommande-t-on de laisser les restes à température ambiante?

Réponse : Pas plus de deux heures.

3. Question : Cette situation pourrait-elle avoir causé la maladie d'origine alimentaire?

Réponse : Oui.

Indice 2 – Réflexion sur la fête d'anniversaire

1. Défi : Change chacune des lettres du message par la lettre correspondante qui se trouve juste au-dessus ou en dessous dans l'encadré alphabétique..

Réponse : Il y a eu contamination croisée entre les burgers crus et les légumes crus.

(suite à la page suivante)

Jeu de crime sur la salubrité des aliments

Corrigé

Indice 3 – Des rénovations au cinéma

1. Défi : Lis l'article pour trouver des indices au sujet d'une possible éclosion de maladie d'origine alimentaire. Remarque la lettre par laquelle commence chaque phrase.

Réponse : *Les élèves liront l'article. Si tu prends la première lettre de chacune des phrases, tu obtiens le message suivant : PLATS CHAUDS À GARDER AU CHAUD.*

2. Question : Quelle erreur en matière de salubrité des aliments le cinéma a-t-il commise?

Réponse : *Le cinéma a servi uniquement des aliments froids. Il n'a pas conservé au chaud des aliments chauds comme les hot-dogs et les nachos.*

3. Question : Cette façon de faire aurait-elle pu causer une maladie d'origine alimentaire?

Réponse : *Oui.*

Indice 4 – Code à l'épicerie

1. Défi : Les élèves devront aider Dakota à déchiffrer la date « meilleur avant » d'un produit à l'épicerie. Pour ce faire, ils utiliseront les grilles et le modèle qu'ils ont reçus.

Réponse : BB
26 AL 14
MA

2. Question : Le produit a-t-il dépassé la date « meilleur avant »?

Réponse : *La date « meilleur avant » est le 14 avril 2026. Par ailleurs, au début de cette activité, on peut apercevoir la date « 2 septembre 2025 », ce qui signifie que le produit n'a pas encore dépassé la date « meilleur avant ».*

3. Question : Y a-t-il des éléments qui permettent de croire que les collations de Dakota sont la cause de la maladie d'origine alimentaire?

Réponse : *No.*

Indice 5 – Notre classe est un labyrinthe

1. Question : Qu'ont en commun les surfaces des objets de ce labyrinthe?

Réponse : *Elles sont toutes des surfaces fréquemment touchées. C'est à ces endroits que les microorganismes nuisibles peuvent se propager d'une personne à une autre.*

(suite à la page suivante)

Jeu de crime sur la salubrité des aliments

Corrigé

Indice 6 – Entrées de journal intime

Note: Il n'y a aucun casse-tête à résoudre à cette étape. Cependant, les élèves auront besoin de cet indice pour trouver la cause de la maladie d'origine alimentaire. En effet, les entrées de journal intime révèlent où sont allés Ali, Beck, Isabelle et Dakota. Puisque les quatre enfants ont attrapé une maladie d'origine alimentaire, si l'un d'entre eux a manqué un événement, celui-ci doit être éliminé des causes possibles. Encouragez les élèves à prendre des notes dans leur outil de suivi des indices afin qu'ils se souviennent des détails qu'ils ont lus dans le journal intime des enfants.

Rapport d'enquête

1. Question : Où l'éclosion de la maladie d'origine alimentaire a-t-elle eu lieu?

Réponse : *Elle a eu lieu au cinéma.*

2. Question : Quand l'éclosion de la maladie d'origine alimentaire a-t-elle eu lieu?

Réponse : *Elle a eu lieu mercredi lorsque Isabelle et ses amies sont allées au cinéma.*

3. Question : Quelles sont les preuves d'une éclosion de maladie d'origine alimentaire?

Réponse : *Le cinéma ne conservait pas au chaud les aliments chauds. Laisser les aliments dans la zone de température dangereuse des aliments pendant plus de deux heures peut permettre aux microorganismes de se multiplier rapidement. L'entrée d'Isabelle dans le journal confirme que les quatre enfants ont mangé de la nourriture froide qui aurait dû être servie chaude lorsqu'elles sont allées au cinéma.*

Rapport d'enquête

4. Question : Comment pouvons-nous nous assurer qu'une telle éclosion de maladie d'origine alimentaire ne se reproduise plus?

Réponse : *Les réponses varieront.*

Suggestion de réponse

Le cinéma en question et les autres entreprises doivent s'assurer de conserver au chaud les aliments chauds. Il faut garder la nourriture hors de la zone de température dangereuse des aliments afin d'empêcher les microorganismes nuisibles de se multiplier. Isabelle et ses amis auraient pu décider de ne pas manger d'aliments qu'elles soupçonnaient d'être contaminés par des microorganismes nuisibles.

Ressource 3.6

Jeu de crime sur la salubrité des aliments

Ressources connexes

- Pour en découvrir plus sur la façon de créer une activité de style « jeu d'évasion » dans la salle de classe, consultez le site Web Minds in Bloom à l'adresse <https://lbrd.ca/classescaperoom> (en anglais)

Activités complémentaires

Encouragez 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 :

- L' *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's à l'adresse <https://lbrd.ca/gamesandactivities> (en anglais)

Ressources supplémentaires

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

Santé Canada

- Passez en revue les quatre étapes de la salubrité des aliments en visitant le <https://lbrd.ca/salubrite-aliments-et-vous>
- Renseignez-vous sur les conseils généraux en matière de salubrité des aliments à l'adresse <https://lbrd.ca/conseils-generaux-salubrite>
- Pour en savoir plus sur la salubrité de la volaille, consultez la page <https://lbrd.ca/salubrite-volaille>
- Regardez une vidéo pour savoir comment utiliser un thermomètre pour aliments au <https://lbrd.ca/thermometres-viandes>
- Obtenez des conseils sur l'entreposage sécuritaire des aliments à l'adresse <https://lbrd.ca/entreposage-securitaire-aliments>
- Consultez les températures de cuisson sécuritaires recommandées à l'adresse <https://lbrd.ca/temperatures-securitaires-cuisson-interne>
- Regardez 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>
- Renseignez-vous sur la salubrité des aliments pour les Premières Nations et les Inuits à l'adresse <https://lbrd.ca/premieres-nation-et-inuits>

Partenariats à des fins d'éducation sur la salubrité des aliments

- Apprenez comment préparer un repas sûr à l'adresse <https://lbrd.ca/safelunch> (en anglais seulement)
- Apprenez-en davantage sur la manipulation sécuritaire de la volaille à l'adresse <https://lbrd.ca/safepoultryhandling> (en anglais seulement)



Ressources supplémentaires

Agence de la santé publique du Canada

- Pour en savoir plus sur les avantages du lavage des mains, consultez la page <https://lbrd.ca/hygiene-mains>
- Regardez la vidéo *Super laveurs de mains* à l'adresse <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 sont partout autour de nous. 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 microorganismes 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 attrape 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.	

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 microorganismes 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 microorganismes.	
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.	

Définitions liées à la salubrité des aliments pour les élèves

Terme	Définition	Dessine ce que tu comprends
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

