

ALIMENTATION À L'ÉCOLE

CONSTATS ET RECOMMANDATIONS



FAITS SAILLANTS
VIRAGE SANTÉ
À L'ÉCOLE,
10 ANS PLUS TARD



Adoptée en 2007, la Politique-cadre **Pour un virage santé à l'école** vise à « soutenir les milieux scolaires dans l'offre d'un environnement favorable à l'adoption et au maintien de saines habitudes alimentaires et d'un mode de vie physiquement actif, ainsi que dans le développement des compétences personnelles des élèves ». Les évaluations de cette politique ont révélé qu'elle a eu des effets positifs.

Toutefois, il existe des obstacles sur lesquels le gouvernement doit agir.

Pour souligner le dixième anniversaire de cette politique, la Coalition Poids et ses collaborateurs ont dégagé des constats et formulé des recommandations au gouvernement destinées à actualiser la Politique-cadre et à favoriser l'atteinte de ses importants objectifs.

INVESTIR DANS LA JEUNESSE

Encore aujourd'hui, l'adoption et le maintien d'une saine alimentation par les jeunes québécois constituent un défi de taille :

- › **30 % des jeunes de 5 à 17 ans sont en surpoids ;**
- › **25 % des élèves du secondaire boivent une boisson sucrée ou plus chaque jour ;**
- › **la majorité des jeunes québécois ne consomment pas les portions minimales de fruits et légumes recommandées.**



PRINCIPAUX CONSTATS

OFFRE D'ALIMENTS ET DE BOISSONS À L'ÉCOLE

- L'offre de boissons est sous-optimale.
 - ◇ des boissons avec sucre ajouté ou édulcorants sont proposées par certaines écoles.
 - ◇ l'offre d'une variété de jus de fruits est encouragée, ce qui dissone avec les connaissances actuelles.
 - ◇ l'eau n'est pas disponible dans ou près des lieux de repas de nombreuses écoles. L'accès à l'eau entre les repas n'est pas toujours favorisé.
- La qualité nutritive des collations proposées est souvent insuffisante.
- Certaines écoles ont réintégré des aliments moins nutritifs dans leurs services alimentaires scolaires en raison d'enjeux de rentabilité et de concurrence avec les restaurants rapides environnants.

CONTEXTE DES REPAS ET DES COLLATIONS

- Un contrôle inadéquat des boîtes à lunch est fréquent.
 - ◇ des critères de qualité nutritive sont imposés aux parents pour les boîtes à lunchs et les collations, plutôt que suggérés.
 - ◇ certains intervenants inspectent et retirent des aliments des boîtes à lunch.
- Le contexte de la prise des repas et des collations n'est pas toujours adéquat. On observe dans certains milieux :
 - ◇ des collations et repas offerts dans un laps de temps trop rapproché ;
 - ◇ des aires de repas peu conviviales ou mal aménagées ;
 - ◇ des périodes de temps insuffisantes pour la durée du repas ;
 - ◇ certaines pratiques d'encadrement inappropriées et défavorables à l'apprentissage d'une saine alimentation et d'une relation positive avec la nourriture (ex. : imposition du silence, présentation de films pendant les repas, etc.).
- Au primaire, seulement 15 % des enfants fréquentant le service de garde mangent dans des locaux dédiés à l'alimentation. Cela est un enjeu pour la gestion des risques liés aux allergies alimentaires.

DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES ALIMENTAIRES ET CULINAIRES

- De grandes disparités sont observées entre les écoles concernant la présence et la fréquence des opportunités offertes pour développer les compétences alimentaires et culinaires en classe, en parascolaire et au service de garde.
- Il n'existe aucun portrait des activités d'éducation et de promotion réalisées dans les différents milieux sur la saine alimentation.
- En général, les activités permettant le développement des compétences alimentaires et culinaires reçoivent peu de soutien.



RECOMMANDATIONS

POUR OFFRIR UN ENVIRONNEMENT ALIMENTAIRE SAIN

- Réviser l'information concernant les boissons conseillées et s'assurer du retrait des boissons sucrées de l'offre des écoles.
- Promouvoir l'accès à l'eau en tout temps.
- Réaliser un nouveau portrait de la qualité nutritionnelle des menus offerts à l'école.
- Subventionner :
 - ◇ l'installation de fontaines et de stations d'approvisionnement en eau garantissant son accès dans les milieux où cela est nécessaire ;
 - ◇ l'aménagement d'aires de repas conviviales ;
 - ◇ l'achat de fruits et légumes locaux pour les services alimentaires.

POUR HARMONISER LES PRATIQUES RELATIVES À L'ALIMENTATION ET S'ASSURER QU'ELLES SOIENT BASÉES SUR LES MEILLEURES CONNAISSANCES

- Recadrer la portée de la Politique-cadre, en précisant que les critères de qualité pour l'offre alimentaire ne concernent pas les aliments entrant dans l'école par le biais des boîtes à lunch et des collations.
- Guider les écoles à l'égard :
 - ◇ de l'encadrement et du contexte de la prise des repas et des collations (fréquence, moment, type, bonnes pratiques) ;
 - ◇ de la gestion des allergies alimentaires ;
 - ◇ de l'offre alimentaire lors des occasions spéciales.

POUR FAVORISER LES COMPÉTENCES DES JEUNES

- Soutenir l'intégration d'activités permettant le développement des compétences alimentaires et culinaires en classe, en parascolaire et au service de garde.
- Subventionner :
 - ◇ l'achat de petits équipements de cuisine (ex. : ustensiles, bols, planches à découper, etc.) ou de jardinage (ex. : bacs, terre, pelles, truelles, etc.) pour les écoles dans un but pédagogique ;
 - ◇ l'achat d'aliments sains à des fins éducatives.



RECOMMANDATIONS

POUR SOUTENIR L'ÉQUIPE-ÉCOLE

- Donner une formation de base obligatoire à tout le personnel des écoles assurant la surveillance des dîners, afin qu'ils contribuent de manière positive au développement des compétences alimentaires des jeunes, tout en favorisant une relation positive avec la nourriture.
- En vertu des ententes de complémentarité entre la santé et l'éducation, assurer la présence d'une ressource de soutien en nutrition accessible aux écoles pour adapter ou réviser leurs pratiques, activités ou communications en nutrition.

CONSTRUCTION ET RÉNOVATION D'ÉCOLES : BÂTIR UN AVENIR DURABLE !

Lors de rénovations ou de la construction de nouvelles écoles, prévoir des normes d'aménagements favorables à une saine alimentation, incluant :

- des lieux de repas conviviaux et propices au calme ;
- des espaces équipés pour cuisiner.



REMARQUE IMPORTANTE : Ces *Faits saillants* ne rapportent pas l'ensemble des constats et recommandations. Pour en savoir davantage et voir les références utilisées, consultez le rapport ***Virage santé à l'école, 10 ans plus tard : constats et recommandations*** disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de la Coalition québécoise sur la problématique du poids : www.cqpp.qc.ca. D'autres *Faits saillants* de ce rapport sont également disponibles.

Les informations contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.

Pour plus d'information, contactez :

Coalition québécoise sur la problématique du poids

514 598-8058

info@cqpp.qc.ca


coalitionpoids
québécoise sur la problématique du

Une initiative parrainée par l'Association pour la santé publique du Québec