

CODE D'IDENTIFICATION

POL14-203

**TITRE : POLITIQUE ALIMENTAIRE POUR LA PROMOTION DE
SAINES HABITUDES DE VIE**

DATE D'ENTRÉE EN VIGUEUR	AUTORISATION REQUISE	RESPONSABLE DU SUIVI
11 novembre 2014	Administrateur	Service éducatifs

FEUILLE DE ROUTE

	DATE	AUTORISATION
ADOPTION	1 décembre 2014	Ordonnance 14-203
DERNIÈRE MISE À JOUR		

Table des matières

Préambule.....	1
Objectif.....	1
1. Clientèle cible	1
2. Obligations de la Commission scolaire	1
3. Responsabilités	2
3.1 Les responsabilités de la Commission scolaire du Littoral sont de :.....	2
3.2 Les responsabilités de la Direction de l'école ou du centre sont de :.....	2
3.3 Les responsabilités du personnel sont de :.....	3
3.4 Les responsabilité des élèves sont de :.....	3
3.5 Les responsabilité des parents sont de :.....	3
3.6 Les responsabilité du Centre de Santé de la Basse-Côte-Nord.....	3
4. Application et mise à jour de la Politique.....	3
5. Recommandations relatives aux aliments.....	4
6. Attention particulière à l'égard des allergies alimentaires	4
7. Vente de produits	4
8. Services de garde et nourriture autorisée pour les élèves du primaire	4
9. Boîte à lunch et collations apportées de la maison.....	5
ANNEXE 1	6

Préambule

La présente politique s'inscrit dans le cadre du *Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids*, lancé en octobre 2006 et étalé sur 6 ans (2006-2012). Le ministre de la santé, M. Philippe Couillard, déclarait alors : «*L'augmentation des cas de diabète et leur émergence chez un nombre grandissant d'enfants, de même que l'obésité de plus en plus répandue au sein de la population sont autant d'indices qui nous pressent à agir pour contrer les problèmes reliés à la mauvaise alimentation et à la sédentarité.*»

Il est bien connu et reconnu que plusieurs problèmes de santé, dont la maladie coronarienne et le diabète, sont directement attribuables ou étroitement associés au mode d'alimentation. De plus, la malnutrition occasionne souvent des troubles en santé dentaire et des maladies du tube digestif. Dans un contexte scolaire, il est permis de croire qu'en plus de nuire au sein développement de l'élève, une mauvaise alimentation puisse nuire à ses apprentissages.

Objectif

L'objectif de la Politique est de favoriser l'acquisition de connaissances et la pratique de saines habitudes alimentaires chez les élèves en vue d'améliorer leur santé et leur qualité de vie dans le milieu scolaire et à l'extérieur de l'école.

1. Clientèle cible

Considérant que les bonnes habitudes alimentaires se forment au berceau, les parents sont les premiers à inculquer les bonnes habitudes alimentaires à leur enfant.

Avec l'entrée à l'école, l'enfant est disposé à faire la découverte de nouvelles connaissances et à acquérir de nouvelles habitudes. L'école primaire doit donc développer des moyens pour favoriser l'acquisition d'informations de base en nutrition et promouvoir l'adoption de saines habitudes alimentaires.

L'adolescence est un moment propice pour intéresser les individus à des activités de prévention, car c'est à cette période que le jeune augmente de façon marquée la prise en charge de sa vie et devient ainsi plus apte à prendre des décisions qui l'engagent à long terme.

Enfin, l'adulte, qu'il soit en formation ou au travail, doit être encouragé et soutenu dans ses choix afin de maintenir de saines habitudes alimentaires.

2. Obligations de la Commission scolaire

L'intervention du milieu scolaire en nutrition auprès des enfants, des adolescents et des adultes en formation vise d'abord à développer chez ceux-ci la capacité de choisir une saine alimentation selon leurs besoins. Pour ce faire, le milieu scolaire doit:

- Veiller à l'application des programmes d'études traitant de santé et d'alimentation selon les exigences du Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport;
- Inciter les jeunes à prendre trois repas équilibrés chaque jour;
- Encourager le jeune à consommer des aliments nutritifs au moment de la collation;
- Appliquer les recommandations du Guide alimentaire canadien et les objectifs de la Politique québécoise en matière de nutrition, soit lors:
 - dans le contrôle des repas et collations aux services de garde;
 - du choix des aliments à offrir à l'occasion des fêtes et autres activités parascolaires.

3. Responsabilités

La Commission scolaire, de par sa mission dans le milieu, favorise la mise en place de comités « École en santé » et se doit de définir les responsabilités qui incombent aux divers agents du milieu scolaire en matière de nutrition. Ces agents sont :

- Les responsables de la Commission scolaire du Littoral;
- La Direction de l'école ou du centre;
- Le personnel;
- Les élèves;
- Les intervenants du Centre de Santé de la Basse-Côte-Nord.

3.1 Les responsabilités de la Commission scolaire du Littoral sont de :

- S'assurer que lors de la consommation d'aliments dans ses écoles, les principes véhiculés dans le Guide alimentaire canadien et la Politique québécoise en matière de nutrition soient respectés.
- S'assurer que le personnel, les élèves et les parents soient informés de la Politique alimentaire en vigueur à la Commission scolaire.
- Collaborer avec les organismes de santé à promouvoir de saines habitudes alimentaires auprès de la population en général.

3.2 Les responsabilités de la Direction de l'école ou du centre sont de :

- Veiller à l'application de la Politique de la Commission scolaire dans l'établissement sous sa juridiction.
- S'assurer que le personnel enseignant de son école reçoive la formation nécessaire à l'application des programmes d'études traitant de santé et d'alimentation.

- Développer des mécanismes pour que le personnel, les élèves et les parents soient impliqués dans l'application de la Politique alimentaire.

3.3 Les responsabilités du personnel sont de :

- Avoir intégré les principes de la Politique alimentaire pour eux-mêmes afin d'être des modèles et des exemples dans leur pratique auprès des élèves.
- S'assurer que les décisions de la Politique alimentaire sont respectées lors des collations et des activités parascolaires.
- Collaborer avec les autres agents du milieu à l'application de la Politique.

3.4 Les responsabilités des élèves sont de :

- Considérer l'éducation à la nutrition comme partie intégrante de la formation en général.
- Choisir des aliments nutritifs lors des repas, collations et activités parascolaires.
- Collaborer avec tous les agents du milieu à la promotion d'une saine alimentation.
- Sensibiliser le milieu familial aux bienfaits d'une alimentation équilibrée.

3.5 Les responsabilités des parents sont de :

- Encourager leur enfant à choisir des aliments nutritifs lors des repas et collations.
- Collaborer avec les agents du milieu à l'application de la Politique alimentaire.

3.6 Les responsabilités du Centre de Santé de la Basse-Côte-Nord sont de :

- Respecter et promouvoir la Politique alimentaire de la Commission scolaire.
- Collaborer avec les agents du milieu scolaire à l'application de la Politique alimentaire en tant que personne-ressource dans le domaine de la nutrition.

4. Application et mise à jour de la Politique

Afin de concrétiser les énoncés de la Politique, les écoles doivent élaborer des plans d'actions « École en santé » pour répondre aux exigences et à la philosophie de la Politique alimentaire de la Commission scolaire.

La Commission scolaire s'assurera de procéder à l'évaluation de la Politique en vue d'une mise à jour, si jugée nécessaire.

5. Recommandations relatives aux aliments

En conformité avec l'objectif de la Politique, la Commission scolaire privilégie une alimentation équilibrée dont certaines catégories d'aliments ne devraient pas faire partie, soit :

- **Aliments à haute teneur en gras** (beignes, pâtisseries à la crème, croustilles /chips, bâtonnets de poisson et croquettes de poulet cuits ou précuits en friture, ...)
- **Aliments à haute concentration de sucre** (toutes les variétés de friandises, pâtisseries riches en gras et en sucre, toutes les variétés de tablettes de chocolat, biscuits, de type commercial : guimauves à la crème, recouvertes de chocolat, etc., boissons énergisantes, boissons gazeuses, céréales enrobées de sucre, arachides et noix enrobées de chocolat, gomme à mâcher, ...)
- **Aliments à haute teneur en sel** (noix salées, bretzel, ...)

6. Attention particulière à l'égard des allergies alimentaires

Il est obligatoire d'identifier, lorsque vendu ou distribué, tout produit alimentaire contenant des arachides ou des noix (amandes, noix de Brésil, noix de cajou, noisettes ou avelines, noix de macadamia, pacanes, pignons, pistaches et noix de Grenoble).

De plus, il serait important d'informer les clientèles lorsque certains produits offerts contiennent l'un ou l'autre des éléments allergènes suivants : graines de sésame, lait, œufs, poissons, crustacés et mollusques, soja et blé.

7. Vente de produits

Conformément à la Politique, les activités de financement autorisées par l'école et son conseil d'établissement ne sauraient pas faire la promotion et la vente d'aliments, tels que définis au point 5 (chocolat, sucres d'orge, etc.). La Politique touche également les comptoirs de vente qu'ils relèvent ou non de l'école - à l'intérieur des établissements, que ce soit lors :

- d'activités parascolaires (de type tournoi de volley-ball ou autres);
- d'activités sportives et/ ou socio culturelles (en lien avec la location de gymnases, de l'auditorium);
- d'activités étudiantes (de type carnaval, sorties d'élèves, journées classe-verte, classe-blanche,...).

8. Services de garde et nourriture autorisée pour les élèves du primaire

Considérant l'âge des clientèles et la possibilité d'exercer plus facilement un contrôle sur les aliments qu'ils consomment (pauses en classe, repas aux services de garde), les principes de la présente Politique et les interdictions visées au point 5 s'appliquent, dans la mesure du possible, aux élèves du primaire, tant sur les heures

de classe que pendant leur présence en service de garde, que ces présences soient à l'école ou à l'extérieur lors d'activités particulières.

9. Boîte à lunch et collations apportées de la maison

Pour les repas apportés de la maison, une sensibilisation peut être faite aux parents, notamment par la diffusion de la présente Politique.

ANNEXE 1

HABITUDES DE VIE - ALIMENTATION

Activités éducatives auprès du jeune

- ± Mettre en place des activités éducatives qui sont fondées sur le Guide alimentaire canadien;
- ± Déployer des activités éducatives chaque année de chaque cycle;
- ± Mettre en place des activités éducatives qui permettent d'engager activement les élèves :
 - Au primaire : manipuler, apprêter et goûter les aliments;
 - Au secondaire : auto évaluer ses habitudes alimentaires;
- ± Choisir des activités éducatives qui permettent de contextualiser les compétences de base :
 - Mise en situation pour favoriser le choix d'aliments sains (développer sa pensée critique, prendre des décisions et résoudre des problèmes);
 - Débat sur la place de l'influence des pairs sur les choix d'aliments (négocier adéquatement, savoir influencer)...

Soutien aux parents

- ± Informer les parents du contenu des activités éducatives de façon à créer une convergence des messages.
- ± Au primaire, impliquer les parents offrant des occasions pour créer des liens entre eux et les enfants autour des habitudes de vie (ex : entretien de jardins communautaires, repas collectifs, cuisiner ensemble,...)

Politique – règles – normes ou autre action sur l'environnement scolaire

- ± Mettre en œuvre une Politique alimentaire qui encadre et soutient les volets suivants :
 - Offre d'aliments sains (machines distributrices, traiteurs, prix incitatifs, collations).
 - Cohérence au sujet des commandites (vente d'agrumes plutôt que chocolat).
 - Promotion de saines habitudes alimentaires et de choix d'aliments sains dans l'école.
 - Mise en place d'activités éducatives en lien avec la nutrition.

- Aménagement des lieux (bruits, équipements, climat) et heures de repas afin de faire du moment du repas une expérience agréable.
- ± Promouvoir un environnement exempt de jugements sur les différences corporelles:
 - Implication des élèves;
 - Inscription au code de vie.

Services préventifs

- ± Offrir un service de soutien ou de référence pour les élèves qui présentent des troubles alimentaires.

Partenariat école – famille – communauté

- ± Créer des liens avec des ressources de la communauté qui peuvent offrir du soutien aux familles qui vivent des difficultés, ex.: cuisines collectives, clubs d'achat, jardins communautaires, offre de petits déjeuners.

Faisabilité (conditions de réalisation)

- ± Formation du personnel concerné.

Source : Institut national de santé publique du Québec