

Renseignements généraux

sur la Politique concernant
les aliments et les boissons
dans les écoles
de l'Ontario



En quoi consiste la politique
Quelles sont les normes d'alimentation?
Que puis-je faire pour aider?
Où puis-je obtenir plus d'information?

En quoi consiste la politique

La Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles, du ministère de l'Éducation, exige que l'on vende des aliments et boissons plus santé dans les écoles élémentaires et secondaires financées par l'Ontario (conseils catholiques et publics). Les aliments et boissons vendus à l'école pour des activités scolaires doivent respecter les exigences* précisées dans la politique, y compris les normes d'alimentation.

Les normes d'alimentation s'appliquent à tous les aliments et boissons mis en vente dans les lieux scolaires et pour des activités scolaires :

- quels que soient le lieu (p.ex. cafétérias, distributeurs automatiques et kiosques à confiseries);
- pour tous les programmes (p. ex. repas préparés, journées pizza ou repas chauds);
- dans les activités scolaires comme les ventes de pâtisseries et événements sportifs.

Ces normes NE s'appliquent PAS aux aliments ni aux boissons qui :

- sont offerts gratuitement aux élèves dans les écoles;
- sont apportés de la maison ou achetés en dehors des lieux scolaires et ne sont pas destinés à la revente à l'école;
- peuvent être achetés à l'occasion des sorties scolaires, en dehors des lieux scolaires;
- sont en vente dans les écoles à des fins non scolaires (p. ex. mis en vente par un organisme extérieur qui se sert du gymnase après les heures d'école pour une activité non scolaire);
- sont vendus pour des collectes de fonds en dehors des lieux scolaires;
- sont vendus dans les salles du personnel.

*Les exigences en question sont expliquées dans la politique que l'on peut consulter à <http://www.edu.gov.on.ca/extra/fre/ppm/150.html>

Certains conseils scolaires peuvent avoir des exigences additionnelles dans leurs politiques. Renseignez-vous auprès de votre école ou conseil scolaire pour connaître les exigences qui viennent s'ajouter à celles de la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles du ministère de l'Ontario.

Des aliments santé pour aider les élèves

Vendre des aliments et boissons nutritifs est une façon d'avoir un milieu scolaire plus sain pour les élèves. L'école est l'endroit où les élèves passent le plus de temps pendant de nombreuses années importantes dans leur vie. Ils ont besoin d'aliments nutritifs pour grandir, être actifs et devenir des adultes en santé.



Les études montrent que les enfants bien nourris se sentent mieux, se conduisent mieux et ont plus de facilité à se concentrer.

Offrir aux élèves des choix santé de même que de moins bons choix n'est pas suffisant. Les études montrent que si on offre des aliments moins santé comme les croustilles, le chocolat et les frites, les enfants et les adolescents ont tendance à choisir ces articles plutôt que les aliments qui sont meilleurs pour eux.

La Politique concernant les aliments et boissons à l'école vient renforcer les leçons sur la saine alimentation enseignées en classe et aident les élèves à faire du choix le plus santé le choix le plus facile.

Quelles sont les normes d'alimentation?

Les normes d'alimentation sont basées sur le Guide alimentaire canadien et précisent les critères nutritionnels spécifiques pour les aliments et boissons pouvant être vendus dans les écoles. Il y a des normes d'alimentation distinctes pour les aliments et les boissons.

Les normes d'alimentation divisent les aliments et boissons en trois catégories :

Vendre le plus	Vendre moins	Vente non permise
<p>Les produits classés sous cette catégorie sont les choix les plus sains et contiennent généralement un pourcentage plus élevé d'éléments nutritifs de base et une plus faible quantité de matières grasses, de sucre ou de sodium.</p> <p>Ces produits doivent constituer au moins 80 % de tous les choix d'aliments et de boissons à vendre, quels que soient l'endroit, le programme et l'occasion.</p>	<p>Les produits classés sous cette catégorie risquent d'avoir une teneur en matières grasses, en sucre ou en sodium légèrement supérieure à celle des produits classés dans la catégorie Vendre le plus.</p> <p>Leur présence ne doit pas dépasser 20 % de tous les choix d'aliments et de boissons à vendre, quels que soient l'endroit, le programme et l'occasion.</p>	<p>Les produits classés sous cette catégorie contiennent généralement peu ou pas d'éléments nutritifs de base ou contiennent de grandes quantités de matières grasses, de sucre ou de sodium.</p> <p>Les produits classés sous cette catégorie ne peuvent pas être vendus à l'école.</p>

Les normes d'alimentation précisent le type d'aliments et de boissons qui peuvent être vendus dans les écoles.

Exemples d'aliments qui peuvent être mis en vente	Exemples d'aliments dont la vente n'est pas permise
<ul style="list-style-type: none">• Fruits et légumes frais• Pain et petits pains de grains entiers• Quartiers de pomme de terre cuits au four• Maïs soufflé nature, croustilles cuites au four faibles en gras et bretzels à faible teneur en sodium• Yogourt faible en gras• Viande maigre et faible en sodium et substituts de viande (p. ex., le tofu)	<ul style="list-style-type: none">• Bonbon, gomme à mâcher, tablettes de chocolat• Muffins et biscuits plus riches en gras et faibles en fibres• Frites• Croustilles, tortillas et croustilles de maïs normales• Produits de charcuterie et hot-dog riches en matières grasses et en sodium

La valeur nutritive de l'aliment ou de la boisson peut varier dépendant de la portion, de la recette ou de la marque – et ceci détermine la catégorie dans laquelle se retrouve l'aliment ou la boisson (*Vendre le plus*, *Vendre moins* ou *Vente non permise*).

Si vous organisez des programmes ou activités scolaires qui comprennent la vente d'aliments ou de boissons, comparez l'information sur l'étiquette du produit (p. ex., la valeur nutritive et la liste d'ingrédients) aux normes d'alimentation pour déterminer dans quelle catégorie se trouve le produit.

Pour avoir plus de détails sur les normes d'alimentation et les façons de classer les aliments et les boissons, consultez le Guide de référence rapide de la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles que l'on trouve à

http://www.edu.gov.on.ca/fre/healthyschools/NPP150_Guide%20de_Référence_Rapide2010.pdf.

JOURNÉES SPÉCIALES

Dans le courant de l'année, les écoles ont le droit d'avoir jusqu'à 10 journées spéciales (ou moins si le conseil scolaire décide autre chose), où elles ne sont pas tenues de respecter les normes d'alimentation.

Toute activité ou collecte de fonds faite dans les lieux scolaires doit être désignée comme une journée spéciale si les aliments et boissons vendus ne respectent pas les normes d'alimentation.

Le directeur ou la directrice de l'école, en consultation avec le conseil d'école, doit choisir quels jours vont être désignés journées spéciales. Les directeurs ou directrices sont encouragés à consulter les élèves avant de prendre ces décisions.

Les écoles peuvent toujours offrir des choix santé lors des journées spéciales. Pour des idées sur la façon de préparer les ventes de pâtisseries et autres activités plus santé, consultez le document *Mettez la main à la pâte!*, disponible à www.eatrightontario.ca/fr/Resources.aspx.



Que puis-je faire pour aider?

Il y a beaucoup de choses que vous pouvez faire pour que la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles fonctionne bien dans votre école.

Tenez-vous au courant

- Parlez avec votre directeur ou directrice pour savoir quels sont les exigences de votre école en ce qui concerne la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles.
- Essayez de voir si votre école a un comité d'action sur la saine alimentation et ce qu'il fait pour promouvoir la saine alimentation.

Participez

- Portez-vous bénévole pour participer au comité d'action sur la saine alimentation de votre école; si votre école n'en n'a pas, demandez à votre directeur ou directrice si vous pouvez en créer un.
- Aidez les programmes sur la saine alimentation déjà en cours. Par exemple, vous pouvez distribuer des dîners santé dans les classes.
- Organisez ou participez à la planification des activités scolaires ayant trait à la santé.
- Recherchez des activités de collecte de fonds santé et apportez vos suggestions au conseil d'école ou au conseil des élèves; aidez à organiser ces collectes de fonds.

Donnez votre soutien

- Trouvez des aliments et boissons de la catégorie Vendre le plus pour les célébrations en classe ou à l'école.
- Préparez des dîners et goûters contenant des aliments plus sains venant des quatre groupes du Guide alimentaire canadien.



FAÇONS DE PARTICIPER

Un comité d'action sur la saine alimentation est un groupe de gens comprenant des parents, des élèves, du personnel de l'école, des employés du service alimentaire et des bénévoles qui travaillent ensemble dans le but de promouvoir la saine alimentation, et de résoudre les difficultés concernant la nutrition à l'école. Communiquez avec votre bureau local de la santé publique pour voir si quelqu'un peut aider votre comité.

BON À SAVOIR

QUE DIRE DES JOURNÉES PIZZA?

Les journées pizza n'ont pas besoin d'être désignées comme des journées spéciales en autant que la pizza respecte les normes d'alimentation de la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles.

Essayez d'obtenir les informations nutritionnelles des fournisseurs de pizza de votre école et comparez-les aux normes d'alimentation. Si la pizza ne respecte pas les normes, demandez si la recette et/ou les ingrédients peuvent être changés en tenant compte des normes d'alimentation; sinon, la pizza peut seulement être vendue lors des journées spéciales.



Renseignements sur les boissons

Les normes d'alimentation pour les boissons sont différentes dans les écoles élémentaires et secondaires.

- L'eau ordinaire, le lait (2 % M.G. ou moins) et le jus de fruits à 100 % correspondent tous aux critères nutritionnels Vendre le plus dans les écoles élémentaires et secondaires.
- Les boissons pour sportifs, les boissons énergisantes et celles contenant de la caféine, comme le café et le thé, tombent dans la catégorie Vente non permise dans les écoles élémentaires et secondaires.
- Dans les écoles élémentaires, toutes les boissons (sauf l'eau) doivent être vendues dans des contenants de 250 mL ou moins.
- Dans les écoles secondaires, les boissons sans caféine et faibles en calories comme les boissons gazeuses diètes, décaféinées sont permises dans la catégorie Vendre moins.



BON À SAVOIR

LA SANTÉ AVANT TOUT

Bien que la politique ne s'applique pas aux aliments et boissons apportés à l'école par les élèves, par exemple dans leur boîte à lunch ou pour leur goûter, ou partagés pendant les célébrations en classe, on encourage les élèves à faire des choix plus sains afin d'avoir les nutriments et l'énergie nécessaires pour les aider à réussir à l'école.



Où puis-je obtenir plus d'information?

Pour avoir plus de renseignements, des outils et des ressources sur la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles, consultez le site www.edu.gov.on.ca/fre/healthyschools/policy.html.

Pour vous renseigner sur la politique concernant les aliments et les boissons dans votre école, communiquez avec votre directeur ou directrice.

Si vous avez des questions sur la nutrition, contactez les diététistes professionnelles par téléphone ou courriel (sans frais). Appelez le service d'information téléphonique sans frais de Saine alimentation Ontario au 1-877-510-510-2 ou consultez le site www.ontario.ca/eatright.

Pour trouver votre bureau local de santé publique, visitez le site de l'Association of Local Public Health Agencies au www.alphaweb.org/ont_health_units.asp.

Pour avoir des recettes de pâtisseries plus santé pour les dîners, les goûters et les activités scolaires comme les célébrations et ventes de pâtisseries, consultez la ressource Mettez la main à la pâte! à www.eatrightontario.ca/fr/Resources.aspx.

Pour avoir plus de renseignements sur la saine alimentation, vérifiez le Guide alimentaire canadien que vous trouverez en ligne à www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-fra.php.



NUTRITION
RESOURCE
CENTRE

CENTRE DE
RESSOURCES
EN NUTRITION



Ontario Public Health Association
l'Association pour la santé publique de l'Ontario
Established/Établi 1949



Ontario

Développé et distribué par
le Centre de ressources en nutrition,
Association pour la santé publique de l'Ontario
www.nutritionrc.ca

Octobre 2010

Financé par
le gouvernement de l'Ontario