

Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles

Foire aux questions

But

Pourquoi avons-nous besoin de Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles?

La santé et l'éducation sont interdépendantes : les élèves en bonne santé font de meilleurs apprenants, et les personnes instruites sont en meilleure santé.

Les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles contribuent à un environnement alimentaire scolaire plus sain, qui est un élément important d'un milieu d'apprentissage optimal. Une alimentation saine fait partie intégrante de la santé globale de l'élève, tant à court qu'à long terme. L'école offre un cadre idéal aux enfants et aux jeunes pour faire des choix sains. Offrir aux enfants et aux jeunes des aliments et des boissons nutritifs et sains à l'école les prépare à s'instruire et les initie à une alimentation saine dont ils garderont l'habitude toute leur vie.

Pourquoi a-t-on mis à jour les lignes directrices sur l'alimentation à l'école?

Une évaluation de la 2^e édition des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles (2009) a été réalisée par un large groupe d'intervenants en alimentation scolaire. Les résultats de cette évaluation ont révélé que ces lignes directrices devaient être revues de manière à être plus claires, plus concises et plus faciles à appliquer par les écoles et les fournisseurs d'aliments scolaires.

De plus, le nouveau Guide alimentaire canadien a été publié en 2019 et la 2^e édition des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles devait être revue en fonction des changements apportés au Guide.

Une nouvelle version des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles a été mise à l'essai au cours de l'année scolaire 2019-2020. Les enseignements tirés de ce projet pilote et les recommandations de l'évaluation officielle du projet pilote ont éclairé la rédaction de la 3^e édition des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles (2021).

Établissement d'un milieu favorable

Comment les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles s'alignent-elles sur l'approche globale de la santé en milieu scolaire?

Une alimentation saine devrait faire partie de tous les aspects de l'environnement scolaire. Dans le cadre de l'Approche globale de la santé en milieu scolaire, les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation

dans les écoles soutiennent les quatre composantes interreliées de l'environnement scolaire afin de créer une base solide pour favoriser une alimentation saine à l'école.

Voici quelques exemples de la manière dont les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles peuvent être mises en œuvre par le biais des composantes de l'Approche globale de la santé en milieu scolaire :



Milieu social et physique – offrir des choix d'aliments et de boissons sains et prévoir suffisamment de temps et des environnements confortables pour profiter de la nourriture avec ses pairs.

Enseignement et apprentissage – répondre aux objectifs liés à une alimentation saine dans le cadre du programme scolaire.

Politique – intégrer des politiques en matière de nutrition ou de santé et des directives sur l'alimentation en milieu scolaire.

Partenariats et services – collaborer avec les fournisseurs d'aliments destinés aux écoles et les partenaires communautaires pour fournir des boissons et des aliments sains.

Comment la mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles cadre-t-elle avec le modèle de développement des écoles?

Le processus de développement des écoles peut soutenir la mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles. Les équipes de développement des écoles réfléchissent à l'environnement alimentaire de leur école lorsqu'elles planifient des actions dans le cadre des déterminants du bien-être et des relations positives ou des environnements d'apprentissage optimaux.

Le cycle de développement des écoles fournit aux écoles le mécanisme permettant de suivre leurs progrès et de fixer des objectifs en vue d'un environnement alimentaire scolaire sain. Les écoles sont encouragées à réfléchir et à utiliser des données probantes pour planifier les prochaines étapes de la création d'un environnement alimentaire scolaire sain. Le personnel des conseils scolaires et des régies régionales de la santé peut aider les écoles à fêter les réussites et à surmonter les difficultés.

Mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles

Que couvrent les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles?

Les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles s'appliquent à l'ensemble des boissons et aliments qui sont :

- vendus ou servis à l'école, y compris les cafétérias, les distributeurs automatiques et les cantines;
- vendus ou servis lors d'activités commanditées par l'école (p. ex., sports, théâtre);
- utilisés pour la collecte de fonds.

Qu'est-ce qui n'est pas couvert par les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles?

Les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles **NE** s'appliquent **PAS** aux aliments et aux boissons que les élèves apportent de chez eux. Il est important d'apprendre aux enfants et aux familles à manger sainement, mais il est tout aussi important de ne pas supposer que tous les parents ont les ressources nécessaires pour fournir des boissons et des aliments nutritifs à leurs enfants et de ne pas porter de jugement sur ce que les élèves apportent de chez eux. Des renseignements sur les nouvelles Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles sont fournis aux parents et gardiens à gov.nl.ca/healthyeating. Ces renseignements peuvent être diffusés auprès des familles pour les informer des changements apportés aux aliments et aux boissons vendus ou servis à l'école et pour les aider à préparer **des collations et des dîners sains** (en anglais seulement) à la maison.

Pouvons-nous servir lors des célébrations à l'école des aliments ou des boissons non conformes aux Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles?

À quelques occasions au cours de l'année scolaire, les membres de l'administration des écoles peuvent disposer d'une certaine souplesse pour fournir des aliments ou des boissons qui ne sont pas conformes aux Lignes directrices provinciales en matière d'aliments dans les écoles. Consultez vos politiques en matière de nutrition ou de santé pour obtenir des conseils.

Dans tous les cas où des aliments sont vendus ou servis dans un établissement scolaire, la nutrition des élèves doit être la priorité. Le but principal de la vente ou de la distribution d'aliments ou de boissons à l'école est la santé et le bien-être des élèves, et non la collecte de fonds. Tous les aliments et boissons utilisés pour les collectes de fonds doivent respecter les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles.

La mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles permet également de s'assurer que les activités scolaires ne contribuent pas à entretenir la confusion qui peut se créer quand on désigne certaines boissons et certains aliments malsains comme étant des « gâteries » ou des récompenses. Le fait de désigner les aliments et les boissons de cette manière peut également leur conférer un « statut spécial », ce qui peut les rendre plus attrayants pour les enfants.

L'application des Lignes directrices provinciales peut également contribuer à instaurer des pratiques plus saines dans votre école, notamment la planification de collectes de fonds qui ne comportent pas de nourriture, comme des journées thématiques et des activités, la célébration d'anniversaires et d'événements spéciaux en classe avec des boissons et des aliments sains, et la proposition d'articles non alimentaires pour récompenser la classe ou en guise de prix. Lorsque les écoles encouragent les choix de boissons et d'aliments sains, notamment pendant les journées spéciales ou de célébration organisées pendant l'année scolaire, elles contribuent à façonner des attitudes positives à l'égard de tous les aliments et de toutes les boissons.

Les aliments peuvent-ils être utilisés pour la collecte de fonds?

Tous les aliments et les boissons utilisés pour les activités de collecte de fonds doivent être conformes aux Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles. Les aliments et les boissons qui ne sont pas conformes aux Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles ne peuvent pas être utilisés pour la collecte de fonds de l'école.

Eat Great and Participate offre d'excellentes [idées pour une collecte saine de fonds](#) (en anglais seulement).

Où puis-je trouver pour les menus scolaires des idées de repas sains qui respectent les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles?

Une ressource a été créée pour aider les fournisseurs de repas scolaires à proposer des menus sains. Le document Planification de menus sains pour l'école est fourni à gov.nl.ca/healthyeating.

Que faire si notre école n'a pas accès aux produits alimentaires qui respectent les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles?

Le gouvernement de Terre-Neuve-et-Labrador est déterminé à améliorer l'accès aux aliments sains dans la province. Les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles permettent aux écoles et aux fournisseurs d'aliments destinés aux écoles de favoriser la création d'un environnement alimentaire scolaire plus sain.

Certaines écoles situées dans les régions rurales et éloignées de la province font état de difficultés liées au transport des aliments et à l'accès aux aliments. Le gouvernement, les conseils scolaires et les régies régionales de la santé travaillent avec les écoles, les fournisseurs d'aliments destinés aux écoles et d'autres intervenants pour élaborer des stratégies et déterminer des moyens de surmonter ces difficultés, notamment en élaborant des approches innovantes en matière d'achat, de transport et d'entreposage des aliments. Parmi les exemples d'initiatives qui ont fait leurs preuves, citons les partenariats avec des détaillants et des fournisseurs locaux pour bénéficier d'aliments et de boissons qui seront servis à l'école.

S'il est difficile d'avoir accès à des aliments conformes aux Lignes directrices, les écoles et les fournisseurs d'aliments destinés aux écoles sont encouragés à travailler avec le nutritionniste régional et [le consultant de liaison pour la promotion de la santé en milieu scolaire](#) (en anglais seulement) de leur région afin de discuter de ces problèmes et de déterminer la façon de fournir aux élèves les boissons et les aliments les plus sains possible.

Comment le personnel de l'école peut-il soutenir les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles et une alimentation saine dans les écoles?

Les directions d'école, le personnel enseignant, le personnel des conseils scolaires et les bénévoles des écoles ont un rôle important à jouer pour favoriser un environnement propice à une alimentation saine. Les adultes sont en position d'influence et, en donnant l'exemple et en faisant connaître une alimentation saine, ils jouent un rôle en aidant les enfants à acquérir des attitudes alimentaires saines et une image corporelle positive pour la vie.

Pour favoriser une alimentation saine dans les écoles, le personnel de l'école peut :

- suivre les résultats d'apprentissage et les messages du Guide alimentaire canadien;
- communiquer des messages cohérents dans les écoles sur l'importance d'une alimentation saine;
- assurer l'accès aux boissons et aux aliments les plus sains qui existent, tout en limitant la disponibilité des aliments et des boissons hautement transformés;
- proposer un programme de petit déjeuner dans leur école;
- éviter le mot « régime », car pour certains élèves il porte une connotation négative et il est synonyme de restriction alimentaire;
- ne pas utiliser la nourriture comme récompense ou comme « gâterie » lors d'activités spéciales;
- utiliser en classe des articles non alimentaires comme récompenses ou prix;
- faciliter le choix d'aliments et de boissons sains, y compris pendant les journées spéciales et les fêtes de l'année scolaire;
- planifier des collectes de fonds scolaires sans nourriture, comme des journées à thème et des activités spéciales;
- fêter les anniversaires et les occasions spéciales en classe en choisissant des aliments sains;
- donner l'exemple et discuter de l'importance d'apprécier la nourriture, de manger ensemble, de cuisiner ensemble, de mettre la main à la pâte et des aspects culturels de la nourriture afin de favoriser le développement de relations saines avec la nourriture;
- inclure dans les circulaires et les bulletins d'information des ressources pour une alimentation saine à l'attention des parents et des gardiens.

Comment faire participer les élèves à la mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles?

Il est important d'obtenir l'avis des élèves pour déterminer la meilleure façon de mettre en œuvre les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles et d'offrir des boissons et des aliments sains et attrayants. Les écoles pourraient faire des sondages auprès des élèves, intégrer les Lignes directrices à la programmation, publier des messages sur les médias sociaux et d'autres activités de mobilisation des élèves.

Les écoles pourraient également organiser des dégustations qui permettraient aux élèves d'essayer de nouveaux plats sans risque (c'est-à-dire sans qu'ils aient à les acheter). De même, les tests de dégustation permettent aux élèves de donner leur avis sur les plats servis, ce qui augmente les chances qu'ils achètent ces plats. Voir la ressource Faire participer les élèves à l'élaboration des menus à gov.nl.ca/healthyeating.

Comment puis-je communiquer aux parents et aux gardiens les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles?

Les parents et les gardiens jouent un rôle important dans la promotion d'une alimentation saine. Une communication précoce, fréquente et claire avec les parents et les gardiens est essentielle à la mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles. Les parents et les gardiens doivent être présents non seulement pour comprendre ce qui se passe, mais aussi pour donner leur avis.

On a créé des ressources que les écoles peuvent diffuser auprès des parents et des gardiens, y compris une correspondance qui les informe des changements à venir et de l'objectif des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles et des idées de collations et de dîners sains. Ces ressources sont fournies à gov.nl.ca/healthyeating (certaines ressources sont offertes en anglais seulement).

Les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles traitent-elles des allergies alimentaires dans mon école?

Les écoles sont « sensibilisées aux allergies »; elles demandent aux élèves et au personnel de ne pas y apporter certains produits alimentaires afin de réduire le risque d'exposition à des allergènes alimentaires problématiques pour les élèves ou le personnel de l'école. Les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles doivent être envisagées en gardant à l'esprit cette sensibilisation aux allergies. Il est important de faire en sorte que les offres d'aliments et de boissons correspondent à celles qui sont acceptables dans votre école. Les noix et les graines sont des aliments protéinés sains. Beaucoup d'écoles n'autorisent pas les arachides et les noix pour tenir compte des allergies. Si votre école autorise les arachides ou les noix, ceux-ci sont considérés comme des aliments sains à vendre ou à servir à l'école. Renseignez-vous auprès des administrateurs scolaires sur les allergies alimentaires dans votre école.

Peut-on servir du lait au chocolat?

Le lait est une source importante de nutriments pour les enfants et les jeunes d'âge scolaire. À T.-N.-L., la School Milk Foundation offre du lait blanc et du lait au chocolat dans la majorité des écoles dans le cadre de son programme. Un nouveau lait au chocolat contenant moins de sucre ajouté a été conçu pour la School Milk Foundation. Il répond aux critères des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles. À l'heure du dîner, les fournisseurs d'aliments destinés aux écoles devraient proposer du lait blanc et du lait au chocolat.

Qu'est-ce qu'un examen de menu?

Votre nutritionniste régional peut examiner les aliments et les boissons qui sont vendus ou servis dans votre école, que le menu soit ancien ou nouveau. Les aliments et boissons proposés dans les cantines et les distributeurs automatiques sont inclus dans cet examen. Lorsqu'une école conclut un accord avec un fournisseur d'aliments scolaires, elle doit faire examiner son menu et faire en sorte qu'il soit conforme aux Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles.

Le nutritionniste régional peut travailler avec vous et le fournisseur d'aliments de l'école pour déterminer si son menu est conforme à ces lignes directrices. Si certains articles ne sont pas conformes aux Lignes directrices, le nutritionniste régional travaille avec le fournisseur d'aliments scolaires pour trouver des solutions. Si votre école n'a pas un fournisseur de repas scolaires, vous pouvez tout de même bénéficier d'un examen de menu sur les articles de cantine et de distribution automatique. Vous pouvez communiquer avec le nutritionniste régional et le [consultant en liaison pour la promotion de la santé en milieu scolaire](#) (en anglais seulement) de votre région pour organiser un examen de menu.

Quand dois-je procéder à un examen de menu?

Chaque fois qu'un nouveau menu est mis en place ou modifié, il doit être examiné. Les fournisseurs de repas scolaires doivent s'assurer que toute substitution dans le menu, qu'elle soit ponctuelle ou de dernière minute, et n'ayant pas fait l'objet d'un examen de menu, est conforme aux Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles. Vos politiques en matière de nutrition et de santé peuvent dicter le moment où votre menu doit être examiné et approuvé.

Quelle formation à la sécurité alimentaire faut-il dans notre école?

Les cafétérias et les cantines doivent être agréées et conformes à la réglementation qui s'applique aux établissements alimentaires. Cela comprend la présence sur place d'au moins une personne formée à la **sécurité alimentaire** (en anglais seulement) (si les aliments scolaires sont préparés dans une cuisine agréée).

Surveillance de la mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles

Comment la mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles est-elle contrôlée dans les écoles?

Les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles s'appliquent à tous les aliments et à toutes les boissons servis ou vendus à l'école. L'application des Lignes directrices relève de la responsabilité de multiples partenaires; l'uniformité dans leur application est essentielle.

La mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles est un élément du plan de perfectionnement des écoles qui est suivi, examiné ou qui fait l'objet d'un rapport annuel. Le processus de recherche collaborative (concevoir, mettre en œuvre, mesurer, réfléchir, changer et évaluer) qui sous-tend le perfectionnement des écoles peut être utilisé pour soutenir la mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles. Dans le cadre du processus de développement des écoles, les équipes de développement des écoles peuvent réfléchir à l'environnement alimentaire de leur école lorsqu'elles planifient des interventions au titre de l'indicateur du bien-être et des relations positives.

Le cycle de développement des écoles fournit aux écoles le mécanisme permettant de suivre leurs progrès et de fixer des objectifs en vue d'un environnement alimentaire scolaire sain. Les écoles sont encouragées à réfléchir et à utiliser des données probantes pour planifier les prochaines étapes de la création d'un environnement alimentaire scolaire sain. Le personnel des conseils scolaires et des régies régionales de la santé peut aider les écoles à fêter les réussites et à surmonter les difficultés.

Que dois-je faire si un parent apporte pour l'école ou la classe des aliments qui ne répondent pas aux Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles?

- Conformément à vos politiques en matière de nutrition et de santé, et en tenant compte des élèves ayant des problèmes de santé (allergies alimentaires, diabète, etc.), demandez aux parents et aux gardiens de n'envoyer aucun aliment aux camarades de classe de leur enfant. Les écoles n'ignorent pas non plus que

les élèves n'ont pas tous les mêmes ressources et que l'école doit être un milieu socialement juste. Par exemple, certains élèves peuvent se sentir mal à l'aise parce qu'ils n'ont pas apporté de friandises pour leurs amis.

- Faites savoir aux parents et aux gardiens que les enseignants ont reçu l'ordre de ne pas distribuer de friandises ou de sacs à surprises lors des occasions spéciales. Demandez aux parents et aux gardiens de ne pas mettre l'enseignant de leur enfant dans une position difficile où il n'a d'autre choix que de refuser de distribuer les aliments à ses élèves et de devoir renvoyer ces aliments à la maison avec l'enfant.
- L'envoi précoce de messages clairs et cohérents aux parents, aux gardiens et à la communauté scolaire est un volet important de la mise en œuvre des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles. Vous pouvez donner aux parents des renseignements pour favoriser une alimentation saine qui se trouvent à gov.nl.ca/healthyeating.
- Des idées de dons alimentaires pour le programme de déjeuners qui respectent les Lignes directrices, accompagnées d'un message qui indique clairement que les articles alimentaires qui ne respectent pas ces directives ne peuvent pas être acceptés. Le personnel de la Fondation Kids Eat Smart peut vous aider dans ce domaine.

Que puis-je faire si le fournisseur de repas de mon école sert des aliments qui ne respectent pas les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles?

Si vous avez des questions sur les aliments ou les boissons servis à votre école par un fournisseur de repas scolaires, veuillez passer en revue les Lignes directrices avec lui et vous référer à son contrat, qui devrait indiquer que tous les aliments et boissons servis doivent être conformes aux Lignes directrices. Si vous avez besoin de soutien ou si vous avez des questions, veuillez communiquer avec le nutritionniste régional et [le consultant en liaison pour la promotion de la santé en milieu scolaire](#) (en anglais seulement) de votre région.

Mon école est-elle obligée de suivre les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles ou est-ce que leur adoption est facultative?

Comme l'indiquent les politiques en vigueur qui soutiennent une alimentation saine dans les écoles, le respect des Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles est obligatoire pour toutes les écoles du Newfoundland and Labrador English School District et du Conseil scolaire francophone provincial de Terre-Neuve-et-Labrador. Les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles s'appliquent à tous les aliments et boissons vendus ou servis à l'école et lors des activités parrainées par l'école, ainsi qu'aux aliments et boissons utilisés pour la collecte de fonds.

Services de soutien offerts

À qui puis-je m'adresser si j'ai des questions, des commentaires ou si j'ai besoin d'aide?

Pour obtenir de plus amples renseignements ou pour donner votre avis sur les Lignes directrices provinciales en matière d'alimentation dans les écoles, veuillez vous adresser à votre consultant de liaison pour la promotion de la santé en milieu scolaire ou au nutritionniste régional de votre école. Pour toute question relative à la sécurité alimentaire, veuillez communiquer avec votre agent d'hygiène du milieu.

Consultants en liaison pour la promotion de la santé en milieu scolaire

Avalon-Est	Susan Barry	susanbarry@nlesd.ca	709.758.2388
Avalon-Ouest et Vista/ Burin	Jennifer Rex	jenniferrex@nlesd.ca	709.466.5717
Centrale	Corey Samson	coreysamson@nlesd.ca	709.256.2547 ext. 230
Ouest	Victoria White	victoriawhite@nlesd.ca	709.637.6769
Labrador	Andrew Battcock	andrewbattcock @nlesd.ca	709.896.4993

Nutritionnistes de la région

Est (zone métropolitaine)	Lesley Burgess	lesley.burgess @easternhealth.ca	709.752.4422
Est (zone rurale)	Melissa Caravan	melissa.caravan @easternhealth.ca	709.229.1605
Centrale	Jill Wheaton	jill.wheaton @centralhealth.nl.ca	709.651.6335
Ouest	Lesley French	lesleyfrench @westernhealth.nl.ca	709.784.6130
Labrador-Grenfell	vacant		709.897.3140

Agents d'hygiène du milieu

Vous pouvez trouver l'agent de votre région en suivant ce [lien](#) (en anglais seulement).