L'offre alimentaire
en toile de fond

POLITIQUE-CADRE DU GOUVERNEMENT DU QUÉBEC POUR UNE SAINE ALIMENTATION ET UN MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF

La Politique-cadre adoptée par le gouvernement du Québec et rendue publique en septembre 2007- www.mels.gouv.qc.ca/sections/virage Sante/ - trace les grandes orientations pour l'adoption d'un mode de vie sain chez les jeunes des milieux scolaires et met en œuvre un chantier d'une envergure jamais vue. Tous les acteurs sont interpellés pour que chacun y joue son rôle et mette l'épaule à la roue. Voici les trois premières orientations :

Orientation 1

Offrir une alimentation variée et privilégier les aliments de bonne valeur nutritive ;

- Offrir des repas composés d'aliments provenant des quatre groupes du Guide alimentaire canadien : légumes et fruits, produits céréaliers, lait et substituts, viande et substituts ;
- Composer une assiette principale comprenant au moins un légume d'accompagnement ;
- Faire place à une variété de fruits et de légumes ;
- N'offrir que de l'eau, du lait et des jus de fruits et de légumes purs à 100% ;
- Privilégier les produits céréaliers à grains entiers ;
- Offrir des desserts et collations à base de fruits, de produits laitiers et de produits céréaliers à grains entiers et éviter ceux qui sont riches en matières grasses et en sucre ;
- Privilégier les types de cuisson n'utilisant pas ou très peu de matières grasses (vapeur, au four, braisé, poché, grillé ou rôti) ;
- Éviter les produits contenant des gras saturés ou hydrogénés (gras *trans*).

Orientation 2

Éliminer les aliments à faible valeur nutritive de l'offre alimentaire

- Éliminer les boissons gazeuses sucrées et celles avec substitut de sucre (boissons diètes) ainsi que les boissons avec sucre ajouté ;
- Éliminer les produits dont la liste des ingrédients débute par le terme « sucre » ou un équivalent ;
- Éliminer l'offre de pommes de terre frites ;
- Éliminer la friture et les aliments panés commerciaux ou préalablement frits ;
- Vendre ou offrir des aliments et boissons conformes aux principes d'une saine alimentation à l'occasion des campagnes de financement, d'événements spéciaux, de voyages, de sorties éducatives, etc.

Orientation 3

Offrir des lieux adéquats et des conditions favorables lors des repas

- S'assurer que les lieux utilisés pour les repas soient sécuritaires en tout temps ;
- Faire du repas un moment agréable de la journée scolaire, notamment en s'assurant que les endroits où les jeunes mangent soient accueillants et conviviaux.

L'OFFRE ALIMENTAIRE À L'ÉCOLE PRIMAIRE
PORTRAIT DE L'OFFRE ALIMENTAIRE DANS LES ÉCOLES PRIMAIRES DU QUÉBEC

L'offre alimentaire constitue l'ensemble des aliments accessibles aux enfants durant la période scolaire : les aliments qu'ils amènent de la maison dans leurs boîtes-repas, ceux offerts gratuitement dans le cadre d'une mesure alimentaire comme le lait-école, ceux achetés à la cafétéria, dans les distributrices, au magasin de l'école, au dépanneur qui se retrouve sur leur chemin etc. S'ajoutent à cela les repas offerts lors d'occasions spéciales ou comme forme de récompense tels les pointes de pizza, les sorties chez McDonald ou au casse-croûte avoisinant pour ne nommer que ceux-là. Sans oublier les aliments vendus par l'école pour des levées de fonds. Ça fait beaucoup !

> À l'école primaire Notre-Dame-St-Joseph à La Prairie, les enfants organisent un marché à l'école pour vendre leurs semis au printemps et leurs conserves à l'automne. Cette activité de levée de fonds leur permet de financer leur projet écologique, dont celui du jardinage.
>
> http://videosbeta.animare.org/PA_extraits/Extrait2.mov

Il va sans dire que l'école ne peut être responsable à elle seule de toute l'offre alimentaire présentée aux enfants dans le cadre scolaire. Une enquête menée auprès des parents dans la région de Québec a révélé que 36% des parents considérait que l'éducation alimentaire des enfants était leur responsabilité, alors qu'un tiers considérait cela comme une responsabilité à partager avec l'école. Une partie plus faible de parents, soit 28%, estimait que c'était de leur responsabilité tout autant que celle de l'école et de l'État.

Pour bien comprendre le contexte, il est intéressant de regarder l'évolution de l'environnement alimentaire à l'école. Au cours des 100 dernières années, le repas du midi, durant les jours d'école, a bien changé.

À l'époque de l'école de rang, vers 1900, la plupart des Québécois étaient ruraux et de milieu plutôt modeste. Les enfants habitaient à une bonne distance de marche de l'école et l'institutrice - consciente déjà que les ventres creux n'apprennent pas - faisait souvent un chaudron de soupe qu'elle partageait avec les enfants. Avec la venue de l'école du village, la distance pour retourner à la maison devenait trop grande pour la plupart des enfants et manger à l'école était de mise. Les enfants apportaient, dès lors, un repas de la maison.

En ville, les écoles de quartiers dominent encore le secteur public. Il y a trente ans, les enfants retournaient encore manger à la maison. Cependant, comme les deux parents se sont retrouvés, au fil du temps, sur le marché du travail, des espaces ont été aménagés afin que les enfants puissent dîner à l'école. La venue des services de garde en milieu scolaire a donc répondu au besoin des parents qui ont souhaité plus de facilités à l'école pour les repas. Cela a amené la prolifération des fours à micro-ondes et l'introduction de service de cafétéria dans plusieurs écoles primaires en région. Dans les centres urbains, les services de traiteurs ont répondu à cette demande. Ainsi, on offre dorénavant des repas aux enfants par l'entremise d'un service de cafétéria géré par l'école ou la commission scolaire, ou d'un service de traiteur qui livre des repas prêts à servir ou qui produit les repas sur place en partie ou en totalité. Certains services de traiteurs cuisinent sur place alors que d'autres font la livraison à l'école. Certaines écoles embauchent leur cuisinier et d'autres forment des coopératives de travail.

L'école secondaire Mgr-Euclide-Théberge a mis sur pied la Coopérative de solidarité *Les Horizons.* Il s'agit d'un service alimentaire géré par un conseil d'administration qui regroupe des parents, le personnel du service alimentaire, le personnel enseignant et des élèves.

http://videosbeta.animare.org/PA_extraits/Extrait3.mov

PRINCIPALES CONTRAINTES RENCONTRÉES

1) **Le coût du repas** demeure l'un des facteurs les plus contraignants pour les écoles primaires. Les services alimentaires doivent tenir compte de la capacité à payer des parents et établir un prix qui conviendra au plus grand nombre. Un minimum d'élèves à desservir est nécessaire pour permettre une certaine rentabilité en deçà de quoi, le service sera déficitaire et non viable. Comme il n'existe pas de subventions pour les repas dans les écoles - à l'exception de la mesure alimentaire dans la région de Montréal qui touche un certain nombre d'enfants dans les écoles des milieux les plus défavorisés -, le prix demandé à l'élève doit comprendre tous les frais reliés à la production et à la distribution des repas. Toutefois, servir des aliments de qualité ne coûte pas nécessairement plus cher si l'on cuisine à partir d'aliments de base.

Des services alimentaires comme celui de l'école Buissonnière de Montréal ou le traiteur *La Carambole* vont souvent opter pour une formule permettant d'offrir des plats plus coûteux certains jours (viande ou poisson) et moins coûteux d'autres jours (pâtes alimentaires, légumineuses).

http://videosbeta.animare.org/PA_extraits/Extrait4.mov

http://videosbeta.animare.org/PA_extraits/Extrait5.mov

2) **Le contenu des** repas-midi que les élèves amènent de la maison ne peut être complètement contrôlé par l'école. Au mieux, l'école peut développer une politique alimentaire suggérant aux parents de ne pas inclure certains types d'aliments (Ex. : boisson gazeuse ou à saveur de fruits, croustilles, tablettes de chocolat, etc.) ou de privilégier tel type d'aliment par rapport à un autre (des fruits et des légumes, du pain à grains entiers au lieu du pain blanc). Encore faut-il voir à son application au quotidien et décider de la marche à suivre en cas de non-conformité…

> À l'école primaire Masson de Danville, un comité formé de la direction, d'une nutritionniste, d'une hygiéniste et d'une infirmière ont développé une politique alimentaire pour les collations. La politique a été entérinée par le conseil d'établissement pour s'assurer d'un minimum de réticence des parents.
>
> http://videosbeta.animare.org/PA_extraits/Extrait6.mov

3) Quant aux **machines distributrices** d'aliments, leur présence est plutôt rare dans les écoles primaires et, heureusement, l'accès est généralement réservé aux adultes.
4) **La disponibilité d'un local** pour y installer des équipements permettant la production et la distribution des repas est souvent restreinte ou nulle. La salle à manger est donc souvent partagée avec les activités du gymnase.
5) **Le goût des enfants et leurs habitudes alimentaires** représentent aussi des facteurs déterminants dans le choix des menus. Ce ne sont pas toujours les mets les plus nourrissants qui sont les plus populaires, mais plutôt ceux que les jeunes connaissent déjà et apprécient. Il y a d'abord ce qu'ils mangent en famille, à la maison ou ailleurs. Les principaux facteurs influençant l'offre alimentaire faite aux enfants à la maison sont le niveau d'éducation des parents qui reflète leur connaissance en nutrition, la culture qui module leurs choix alimentaires et le revenu des familles. Ces facteurs ont une incidence sur le budget consacré aux aliments.

L'influence des pairs, la fréquence d'exposition à un certain mets, la reconnaissance d'un mets et son acceptabilité, tant au niveau du goût que de la façon dont on le mange, sont autant de facteurs qui influencent la réceptivité des enfants. On connaît tous la préférence des enfants pour les aliments que l'on mange avec les mains, le *finger food*. Les enfants aiment aussi les pâtes parce qu'ils les connaissent bien. Ils adorent le *fast food* parce qu'il est souvent associé à la fête.

L'OFFRE ALIMENTAIRE AU SERVICE DE GARDE À LA PETITE ENFANCE

La prise des repas hors du foyer, dès la petite enfance, est un phénomène de société plutôt récent. L'encadrement des services de garde est régi par la Loi sur les CPE et autres services de garde à l'enfance, en vigueur depuis 1979 et révisée plusieurs fois depuis. La plus récente révision de cette loi date de 2006. Depuis 1997, tous les CPE et les garderies doivent appliquer un programme éducatif « …visant à donner à l'enfant un environnement favorable au développement de saines habitudes de vie, des saines habitudes alimentaires… ».

Dans les CPE, le prix du repas et de deux collations est inclus dans les frais de garde. Ainsi, tous les enfants mangent la même chose. Le dîner se déroule dans une salle commune ou un local dans lequel ils mangent avec leur éducatrice ou un parent responsable qui consomme la même chose que les enfants. Ce modèle adulte contribue, la plupart du temps, à influencer positivement les habitudes alimentaires de l'enfant.

Chaque CPE est libre de servir le menu qu'il désire en respectant les principes de bonne alimentation. Il décide lui-même du budget alimentaire ainsi que de la qualité des aliments qu'il offre.