

Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse

Questions et réponses

Les questions et réponses qui suivent sont conçues en vue de vous fournir une bonne partie des informations dont vous aurez besoin à mesure que vous vous familiariserez avec la *Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse*.

Questions concernant l'élaboration de la politique

Q – D'où vient cette politique?

R – Cette politique vient de personnes — éducateurs, professionnels du secteur de la santé, parents et élèves — qui tiennent à ce que les élèves soient en bonne santé et à améliorer les choix en matière d'aliments et de boissons qui sont disponibles dans les écoles. Les conseils scolaires et certaines écoles ont déjà pris des mesures en vue d'adopter des politiques et des lignes directrices bonnes pour la santé en matière d'alimentation dans les écoles. Le ministère de l'Éducation et ses partenaires ont donc décidé de s'appuyer sur l'excellent travail déjà accompli dans ce domaine. Le ministère a mis en place un groupe de travail sur la politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse en septembre 2004 et a chargé ce groupe de travail de préparer l'ébauche d'une politique provinciale en matière d'alimentation et de nutrition dans les écoles.

Q – Qui faisait partie du groupe de travail sur la politique?

R – Le groupe de travail se composait de représentants de plusieurs ministères du gouvernement, des conseils scolaires, des administrations scolaires, ainsi que de professionnels de la nutrition et de représentants des enseignants, des parents et des organismes de santé publique de partout dans la province.

Q – Que signifie cette politique pour les écoles et pour les élèves?

R – Lorsque les écoles de la Nouvelle-Écosse serviront et vendront des aliments, elles mettront l'accent sur les choix de boissons et d'aliments qui sont bons pour la santé et d'un coût raisonnable, qui correspondent aux normes établies en matière de nutrition et qui contribueront à préserver la santé des élèves et à favoriser leur apprentissage. Cette politique s'applique aux cafétérias, aux cantines, aux vendeuses automatiques et à tous les programmes de petit déjeuner, de repas de midi ou de goûter qui se déroulent dans les établissements pendant la journée d'école.

Q – Sur quoi se fonde la politique?

R – La politique se fonde en grande partie sur ce que certains conseils scolaires et certaines écoles de la province ont déjà fait afin de garantir que les élèves aient accès à des choix bons pour la santé en matière d'alimentation et de boissons dans les écoles. L'ébauche de la politique a été rédigée suite à des interviews approfondies avec les directeurs des programmes et les directions d'école en 2003, à une étude des politiques en matière d'alimentation et de nutrition au niveau local, national et international, à un examen de travaux de recherche dans le domaine de la santé, à une réflexion sur les expériences qui se sont déroulées en collaboration avec les écoles, aux commentaires fournis par le grand public lors des consultations publiques et au travail de groupes de réflexion composés d'élèves, de membres de l'industrie et de membres des conseils scolaires. La politique a été élaborée en concertation avec les membres du groupe de travail sur la politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse.

Q – Pourquoi adopter une politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles?

R – Tous les élèves ont besoin d'aliments bons pour la santé pour leur apprentissage, leur croissance et leur activité physique et pour devenir des adultes qui seront productifs et en bonne santé. Les années que les élèves passent à l'école sont des années cruciales sur le plan de la croissance et du développement. Il existe également beaucoup de travaux de recherche qui confirment ce que les enseignants savent de puis longtemps, à savoir qu'il y a un lien entre la santé, la nutrition et l'apprentissage. Les élèves qui sont en bonne santé et bien nourris réussissent mieux dans leur apprentissage et dans leur travail dans la salle de classe. Mais pour bien manger et faire de l'exercice, il faut plus que de la bonne volonté. Avec une politique favorisant l'offre de choix bons pour la santé dans les aliments et les boissons disponibles dans les écoles, on pourra contribuer à garantir que les choix les plus faciles à faire dans les écoles soient des choix bons pour la santé.

Les élèves ont accès à des aliments et à des boissons dans de nombreux endroits : à la maison, à l'école et dans la communauté, dans les lieux où ils vivent, étudient, travaillent et jouent. Les élèves nous disent que les

écoles leur servent de modèle et ont une influence sur les choix qu'ils font en matière d'alimentation et sur la quantité d'aliments qu'ils consomment. Après la maison, l'école est l'endroit où les élèves passent probablement le plus de temps pendant leurs années de croissance et c'est pendant cette période que les habitudes se forment sur le plan de la santé. Tout comme la maison et les autres environnements, l'école peut donc avoir une influence positive sur les choix et les habitudes alimentaires des élèves.

Q – Pourquoi le ministère de l'Éducation et le ministère de la Promotion et de la Protection de la santé présentent-ils cette politique aujourd'hui?

R – On sait très bien que le fait de manger des aliments bons pour la santé contribue à préserver la bonne santé des individus et à réduire leur risque de tomber malades ultérieurement dans leur vie. Cependant, pour la première fois dans notre histoire, nous avons des enfants et des jeunes qui sont victimes de maladies liées à l'alimentation, comme le diabète de type 2 et l'hypertension artérielle, alors que ces maladies ne touchaient auparavant que les adultes plus âgés. Les professionnels de la santé disent aujourd'hui que, en raison de la mauvaise alimentation et de l'apparition de maladies liées à l'alimentation dès le plus jeune âge, nous risquons de connaître la première génération d'enfants qui ne vivront pas plus longtemps que leurs parents.

Nous savons également, grâce à des études récentes, qu'un enfant ou jeune néo-écossais sur trois a un surpoids ou est obèse. La mauvaise alimentation a un impact sur la santé des enfants et des jeunes partout dans le pays et de par le monde. Le fait que les enfants et les jeunes ont facilement accès à des aliments et des boissons à valeur calorique élevée et à faible teneur en nutriments est en partie responsable de ce phénomène. D'après une étude néo-écossaise récente effectuée auprès de 5200 élèves de 5^e année, plus de la moitié ont une alimentation qui ne se conforme pas aux recommandations du *Guide alimentaire canadien pour manger sainement* du gouvernement du Canada pour ce qui est des portions minimum en provenance des quatre groupes alimentaires. De plus, les élèves de 5^e année qui achètent leur repas de midi à l'école courent un risque plus élevé d'avoir un surpoids que ceux qui apportent un repas de midi préparé à la maison.

Q – Quels sont les liens entre cette politique et les autres initiatives de la province pour les enfants et les jeunes?

R – Cette politique montre que le gouvernement continue d'investir dans les enfants et les jeunes. La santé des enfants et des jeunes est très importante pour le gouvernement, les conseils scolaires, les régies régionales de la santé, les écoles, les parents et les élèves. La politique est une composante essentielle des trois stratégies provinciales suivantes :

- le document *Healthy Eating Nova Scotia*, publié par la province en 2005, qui est une stratégie en matière d'alimentation élaborée et actuellement mise en œuvre dans le cadre d'une collaboration visant à résoudre les problèmes de santé liés à l'alimentation, pour lesquels l'alimentation dans les écoles constitue une priorité;
- le plan *Vie et apprentissage II : Bâtir des avenir meilleurs ensemble* élaboré par le ministère de l'Éducation en 2005, dont un des principaux thèmes est de faire en sorte que les apprenants soient en bonne santé et actifs;
- le programme de promotion de la santé dans les écoles, organisé par le ministère de l'Éducation et le ministère de la Promotion et de la Protection de la santé, qui est conçu afin de faire participer la communauté scolaire dans son ensemble aux efforts en vue de faire des écoles des endroits sains pour l'apprentissage, le travail et le jeu.

Q – J’ai entendu dire que cette politique était la réponse du gouvernement à la crise d’obésité chez les enfants et les jeunes et revenait à mettre les enfants au régime.

R – Cette politique vise à permettre à tous les élèves de réaliser leurs objectifs sur le plan de la santé et de l’éducation. Son but est de favoriser l’accès aux aliments et aux boissons bons pour la santé dans les écoles, parce que les écoles sont des modèles très importants et ont une grande influence sur les élèves et parce que nous savons qu’une alimentation saine aide les élèves à mieux réussir dans leur apprentissage. La politique est le reflet des principes d’alimentation saine décrits dans le *Guide alimentaire canadien pour manger sainement* du gouvernement du Canada, qui recommande une alimentation équilibrée pour tous les Canadiens et toutes les Canadiennes.

La lutte contre l’obésité chez les enfants, les jeunes et les adultes exige tout un éventail d’approches combinées. Le gouvernement travaille sur ce point grâce à des initiatives et des politiques conçues en vue de favoriser l’accès aux activités physiques, à des aliments bons pour la santé et d’un prix raisonnable et à des environnements bons pour la santé. La *Politique en matière d’alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse* contribue à réaliser le but global, qui est de faire en sorte que les Néo-Écossais soient en bonne santé aujourd’hui et à l’avenir.

Q – Qui a-t-on consulté pour l’élaboration de cette politique?

R – De nombreux individus et organismes ont été consultés au cours de l’élaboration de cette politique. Nous avons diffusé une première ébauche de la politique dans le cadre de consultations publiques, du 15 septembre au 31 octobre 2005. Nous avons reçu plus de 1000 réponses de parents, d’élèves, d’éducateurs, de conseils scolaires, d’organismes scolaires, d’associations parents/professeurs, de l’industrie alimentaire et de professionnels du secteur de la santé. Nous avons également mis en place des groupes de réflexion dans les huit conseils scolaires de la province, avec des élèves, des représentants de l’industrie alimentaire et des membres du personnel de la santé publique, afin d’obtenir leurs recommandations concernant la mise en œuvre de la politique. Le groupe de travail chargé de la politique a examiné les informations rassemblées lors des consultations et utilisé ces informations pour recommander des changements à apporter à l’ébauche de la politique.

Q – Qu’est-ce que les gens vous ont dit pendant les consultations?

R – La plupart des personnes consultées étaient tout à fait d’accord avec le but principal de la politique, qui est de faire en sorte qu’il y ait plus d’aliments et de boissons bons pour la santé dans les écoles, en vue d’améliorer la santé et l’apprentissage des élèves. Beaucoup étaient d’accord avec l’idée qu’il fallait des lignes directrices ou une politique en matière d’alimentation et de nutrition, mais voulaient qu’on accorde du temps pour la mise en œuvre de la politique. Les élèves nous ont dit qu’ils voulaient des choix meilleurs pour la santé dans les écoles et étaient tout à fait favorables à l’idée de faire en sorte que les aliments et les boissons soient d’un prix plus raisonnable. Parmi les critiques concernant l’ébauche de la politique, on a noté le manque de souplesse pour l’utilisation d’aliments moins bons pour la santé lors des événements spéciaux, l’accent mis sur l’exemple donné par les enseignants, des préoccupations concernant ce que les écoles pourraient faire pour recouvrer les coûts et l’impact financier des restrictions concernant la restauration rapide et la limitation des ventes de pâtisseries, de chocolat ou de petits gâteaux pour rassembler des fonds pour les activités scolaires.

Q – Quels ont été les changements apportés à la politique après la diffusion de l’ébauche à l’automne 2005?

R – Le ministère de l’Éducation a apporté des changements à la politique en réponse à ce qui s’est dit lors des consultations :

- La politique s’applique à la journée d’école et aux programmes en soirée organisés à l’école pour les élèves. On encourage également les écoles à appliquer la politique lors des activités organisées en fin de semaine, mais ce n’est pas obligatoire.

- Nous avons divisé la politique en 12 directives et cinq lignes directrices, afin de faire la distinction entre les obligations et les recommandations.
- Nous avons modifié l'accent mis sur l'exemple donné par les enseignants, en incluant d'autres personnes qu'on encourage à donner l'exemple pour ce qui est des habitudes alimentaires.
- On encourage les enseignants à se conformer à la politique, mais on ne les y oblige pas.
- Nous avons remplacé les passages faisant référence au recouvrement des coûts par un énoncé disant que « les écoles considéreront le caractère abordable des articles comme étant l'aspect le plus important lorsqu'elles fixent les prix ou les marges de bénéfice » et qu'il faudra en particulier fixer les prix des programmes de repas en tenant compte de ce critère.
- En réponse aux demandes qu'on accorde plus de temps pour trouver, pour les collectes de fonds, d'autres solutions que les ventes de chocolat ou de gâteaux, nous avons accordé un délai jusqu'en septembre 2007 aux écoles pour la mise en œuvre de cette directive; la directive sera réexaminée avec les directions d'école au printemps 2007.
- En réponse aux demandes de souplesse concernant l'offre d'aliments moins nutritifs lors des événements spéciaux, nous avons accordé l'autorisation d'offrir des aliments moins nutritifs parallèlement aux aliments bons pour la santé.
- Les lignes directrices pour les aliments et les boissons s'appellent désormais *Normes concernant les aliments et les boissons pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse* et comprennent trois volets d'informations pour faciliter la prise de décisions : des « critères concernant les nutriments » (par exemple : moins de 3 g de matière grasse par portion), des « notes importantes » (par exemple : choisir les articles 100 % pur fruit) et les trois affiches avec des listes d'aliments et de boissons, correspondant aux trois catégories « valeur nutritive maximale », « valeur nutritive moyenne » et « valeur nutritive minimale ».
- La politique sera introduite progressivement sur trois ans, afin de garantir que les écoles aient suffisamment de temps pour trouver de nouvelles options pour les menus, renégocier les contrats et examiner les autres solutions pour les collectes de fonds.

Questions sur ce que contient la politique

Q – Quand la politique s’applique-t-elle? Est-ce qu’elle s’applique pendant les soirées et les fins de semaine?

R – La politique et les normes concernant les aliments et les boissons s’appliquent dès que les élèves arrivent à l’école et restent en vigueur jusqu’à ce qu’ils quittent l’école à la fin de la journée. La politique et les normes concernant les aliments et les boissons s’appliquent également aux programmes en soirée offerts par l’école aux élèves. On encourage les écoles à respecter la politique et les normes concernant les aliments et les boissons pendant les programmes offerts aux élèves dans l’école pendant les fins de semaine, mais ce n’est pas obligatoire.

Q – À qui la politique et les normes concernant les aliments et les boissons s’appliquent-elles?

R – La politique et les normes concernant les aliments et les boissons s’appliquent à toutes les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse. Elles s’appliquent également aux visiteurs (conférenciers invités, etc.), aux organismes (santé publique, groupes éducatifs, etc.) et aux entreprises (contrat pour les services de cafétéria, traiteurs, etc.) qui servent ou vendent des aliments aux élèves pendant la journée d’école. La politique ne s’applique pas aux aliments et aux boissons apportés par les élèves de la maison à l’école pour le repas de midi ou le goûter.

Q – Qu’en est-il des programmes à but lucratif de repas de midi chaud gérés par des parents ou des programmes à but non lucratif de petit déjeuner ou de goûter gérés par des bénévoles?

R – La politique et les normes concernant les aliments et les boissons s’appliquent aux programmes de petit déjeuner, de goûter et de repas de midi chaud dans lesquels on sert ou vend des aliments aux élèves à l’école pendant la journée d’école.

Q – Il est clair que la politique s’applique aux cantines, aux cafétérias et aux vendeuses automatiques. Mais qu’en est-il des repas de midi et des goûters apportés par les élèves de la maison?

R – La politique *ne s’applique pas* aux aliments et aux boissons apportés par les élèves à l’école de la maison pour le repas de midi ou le goûter. Elle n’est pas conçue en vue de servir à porter des jugements ou « faire la police » en ce qui a trait aux aliments et aux boissons apportés par les élèves de la maison. Ce sont les parents qui choisissent les articles que leurs enfants apportent à l’école pour les repas ou les goûters. Bon nombre de parents ont l’option de choisir des articles meilleurs pour la santé pour leurs enfants et nous espérons qu’ils le feront la plupart du temps.

Q – Certains parents apportent des plats de restauration rapide à leurs enfants à l’heure de midi. Est-ce que la politique s’applique à ces plats?

R – Là encore, c’est une décision prise par les parents et, dans la politique, ces plats sont considérés comme étant des repas de midi apportés de la maison.

Q – Est-ce que les enseignants et les autres membres du personnel doivent eux aussi respecter la politique?

R – Nous encourageons les enseignants, le personnel administratif, les bénévoles et les personnes invitées à l’école, ainsi que les groupes communautaires qui utilisent l’école pour des activités locales, à donner l’exemple dans les aliments et les boissons qu’ils choisissent pour eux-mêmes en respectant la politique et les normes, mais ce n’est pas obligatoire. Les élèves nous disent que beaucoup d’adultes (aussi bien dans l’école qu’à l’extérieur de l’école) constituent des modèles pour eux. Nous encourageons toutes les personnes qui sont des modèles pour les élèves à véhiculer des messages cohérents sur l’alimentation aux élèves, c’est-à-dire à respecter eux-mêmes la politique et les normes.

Le personnel des écoles tire lui aussi profit des programmes et des politiques en matière d’alimentation

dans le lieu de travail. Bon nombre d'organismes en Nouvelle-Écosse, y compris des hôpitaux, des ministères du gouvernement, des bureaux de conseils scolaires et des entreprises privées, ont déjà adopté des plans et des politiques en matière d'alimentation dans le lieu de travail qui encouragent les gens à choisir des aliments et des boissons bons pour la santé et à adopter d'autres comportements positifs sur le plan de la santé.

Q – Qu'en est-il des événements spéciaux organisés dans l'école?

R – La politique tient compte du fait que l'alimentation joue un rôle important dans les célébrations traditionnelles et les événements spéciaux. Elle cherche à encourager les gens à consommer des aliments et des boissons bons pour la santé, mais elle tient aussi compte de la nécessité d'être souple et d'autoriser un éventail plus large d'aliments et de boissons pendant les périodes de fêtes. Pour les événements spéciaux (c'est-à-dire les événements qui se produisent une ou deux fois par mois), on peut servir des articles comme des petits gâteaux, des pâtisseries ou des sucreries parallèlement aux aliments et aux boissons bons pour la santé qui font partie des listes des affiches « Valeur nutritive maximale » et « Valeur nutritive moyenne ». La directive concernant les événements spéciaux insiste sur le concept de modération : de petites quantités, de temps à autre.

Le but de la directive concernant les événements spéciaux est d'encourager un plus grand nombre d'écoles à faire ce que beaucoup d'autres écoles font déjà, c'est-à-dire servir des aliments et des boissons bons pour la santé lors des événements spéciaux, parallèlement aux aliments plus riches. Bon nombre d'écoles disent qu'elles ont eu du succès avec des choses bonnes pour la santé, comme des légumes avec une trempette, des plateaux de fruits, de l'hoummos avec du pain pita, du maïs soufflé, de l'eau et du lait chocolaté, servis parallèlement aux aliments traditionnels des fêtes.

Q – Est-ce qu'une fête d'anniversaire dans la salle de classe ou une fête de Noël dans la salle de classe est considérée comme un événement spécial?

R – Les enseignants nous disent que presque toutes les journées d'école seraient alors considérées comme des « journées spéciales ». Contrairement aux fêtes dans la salle de classe, les événements spéciaux sont des activités qui se produisent une ou deux fois par mois et concernent un grand nombre d'élèves (fête de Noël, gala de printemps, etc.). C'est aux écoles de déterminer quels événements seront considérés comme étant des événements spéciaux. Il est peu probable qu'une fête dans la salle de classe serait considérée comme étant un événement spécial.

Q – Est-ce qu'une partie de ballon-panier ou de football après les cours serait considérée comme étant un événement spécial?

R – Une partie ordinaire de ballon-panier après les cours ou en soirée ne serait pas considérée comme étant un événement spécial. Il faudrait donc que tous les aliments et toutes les boissons vendus et services après les cours ou en soirée soient conformes à la politique et aux normes. Les écoles peuvent décider de traiter une partie éliminatoire ou les célébrations après une victoire comme un événement spécial, c'est-à-dire l'un de deux événements spéciaux autorisés par mois.

Q – Est-ce qu'il est malvenu d'utiliser les aliments pour motiver les élèves? Est-ce qu'on peut utiliser un plateau de fruits ou une fête avec pizza pour récompenser les élèves de leur bon comportement ou de leur réussite ou est-ce que c'est vraiment une mauvaise idée?

R – Le recours à des aliments pour motiver les élèves risque de pousser les enfants et les jeunes à manger quand ils n'ont pas faim au lieu de ne manger que lorsque leur corps leur dit qu'ils ont faim. Il est important d'utiliser des choses autres que la nourriture pour motiver les élèves et pour récompenser les bons comportements à l'école si on veut créer un environnement sain dans l'école.

À la place, on peut, par exemple, offrir de la pizza aux élèves dans le cadre d'une célébration lors du repas de midi ou leur accorder du temps pour participer à une activité physique ou à un jeu amusant.

Q – Lorsque vous avez diffusé l'ébauche à des fins de consultation, beaucoup de gens ont exprimé leurs préoccupations concernant les collectes de fonds. Est-ce que les écoles et les associations foyer-école peuvent encore collecter des fonds à l'aide de ventes de gâteaux et de chocolats?

R – Les collectes de fonds apportent une contribution importante, puisqu'elles permettent d'organiser des programmes et des activités utiles pour les élèves. Les collectes de fonds pour les programmes d'athlétisme et l'achat d'équipement supplémentaire, par exemple, contribuent à encourager les élèves à faire de l'exercice. Mais il est impossible d'avoir des élèves en bonne santé et en forme si leur régime alimentaire contient beaucoup de sucre, de matières grasses et de sel. Les collectes de fonds peuvent contribuer à garantir la bonne santé aussi bien des élèves que des membres de la communauté en offrant à la vente des aliments et des boissons bons pour la santé ou des articles qui ne sont pas des aliments. Ce type de collecte de fonds permet également de véhiculer des messages positifs sur le plan de la santé pour les élèves.

Bon nombre d'écoles de la Nouvelle-Écosse ont déjà montré qu'elles étaient en mesure de rassembler des fonds tout en contribuant à préserver la bonne santé des élèves et de la communauté. Certaines écoles sont en train d'abandonner les ventes de chocolats et de choisir des solutions meilleures pour la santé. D'autres écoles ont remplacé les ventes de pâtisseries par des ventes d'articles meilleurs pour la santé.

Pendant les consultations, on nous a dit qu'il fallait donner du temps aux écoles pour trouver des activités de collecte de fonds susceptibles de remplacer les ventes traditionnelles de chocolats et de pâtisseries. La politique a fixé l'échéance au mois de septembre 2007 pour l'adoption d'articles figurant les catégories « Valeur nutritive maximale » et « Valeur nutritive moyenne » dans les ventes d'aliments et de boissons pour rassembler des fonds. La date de mise en œuvre de cette politique sera réexaminée au printemps 2007.

Pour aider les écoles à faire la transition vers des collectes de fonds plus saines, nous diffuserons également d'autres idées de ventes pour des collectes de fonds qui ont été essayées par certaines écoles au niveau local et qui ont réussi.

Q – Est-ce que les activités de collecte de fonds comme les ventes de pâtisseries peuvent se dérouler pendant la journée d'école ou auprès des cours?

R – Pendant la journée d'école, lorsque les élèves sont présents, il faut que les aliments et les boissons vendus et servis soient conformes aux normes concernant les aliments et les boissons. À terme, nous n'autoriserons plus les ventes de pâtisseries et autres collectes de fonds faisant appel à des aliments de la catégorie « Valeur nutritive minimale » pendant la journée d'école (c'est-à-dire entre le moment où les élèves arrivent à l'école et le moment où ils quittent l'école à la fin de la journée et dans les programmes en soirée offerts aux élèves par l'école).

Les écoles peuvent, si elles le souhaitent, organiser une vente de pâtisseries dans le cadre d'un événement spécial et inclure des aliments et des boissons de la catégorie « Valeur nutritive minimale » parallèlement aux aliments et aux boissons des catégories « Valeur nutritive maximale » et « Valeur nutritive moyenne ». Ou bien les élèves peuvent choisir d'organiser une collecte de fonds avec vente de pâtisseries lors de la journée d'école si les articles vendus sont des articles des catégories « Valeur nutritive maximale » et « Valeur nutritive moyenne », comme des mélanges montagnards, des muffins ou des pains vite faits à base de farine de blé entier et de fruits ou de légumes (banane, courgette, etc.), des céréales et des barres de céréales de type « Granola », des biscuits et scones, des petits gâteaux aux flocons d'avoine, des carrés aux céréales, du maïs soufflé à faible teneur en matière grasse, des gâteaux de riz, des croustilles cuites au four et des bretzels tendres.

Nous encourageons également les groupes de parents ou les groupes communautaires qui participent aux collectes de fonds en dehors de l'école ou en dehors de la journée d'école à choisir des articles non alimentaires ou des aliments et des boissons des catégories « Valeur nutritive maximale » et « Valeur nutritive moyenne ». Ceci contribuera à véhiculer auprès des élèves et de la communauté en général des messages cohérents. Cependant, la politique n'impose pas de restrictions aux activités de collecte de fonds organisées par les groupes de parents ou les groupes communautaires en dehors de l'école ou en dehors de la journée d'école.

Q – La politique dit que les fournisseurs de boissons et d'aliments ne peuvent pas faire de publicité pour des aliments à faible valeur nutritive sur les panneaux d'affichage des scores, les chronomètres et les vendeuses automatiques en infraction à la nouvelle politique. Est-ce que cela signifie que les écoles doivent enlever les panneaux d'affichage des scores qui comportent des publicités pour les sociétés de restauration rapide ou de boissons gazeuses?

R – Non. Les panneaux d'affichage des scores et les chronomètres qui datent d'avant l'entrée en vigueur de la politique peuvent rester en place. Cependant, tous les *nouveaux* contrats avec des fournisseurs de boissons et d'aliments faisant intervenir des articles promotionnels doivent être conformes à la politique et aux normes concernant les aliments et les boissons.

Q – Les pâtes au blé entier, les fruits frais et les pizzas garnies principalement de légumes n'attirent pas nécessairement beaucoup d'élèves. Ceci risque d'entraîner une forte baisse des revenus pour les écoles qui dépendent des ventes en cafétéria pour financer des programmes supplémentaires. Comment les écoles vont-elles boucler leur budget si elles perdent de l'argent?

R – Les gens semblent supposer que les élèves n'achèteront jamais de boissons et d'aliments bons pour la santé. Mais on découvre régulièrement que cela est faux. Les groupes de réflexion composés d'élèves demandent régulièrement qu'on mette à la disposition des élèves dans l'école des choix meilleurs pour la santé et d'un prix plus abordable en matière d'aliments et de boissons. Certaines écoles qui ont fait la transition vers des articles meilleurs pour la santé disent que les revenus chutent au début, puis remontent au bout d'un an ou deux. En invitant les élèves à participer à la sélection des articles au menu, on les fidélise et on favorise l'acceptation des options proposées. Pour les élèves plus jeunes, on peut faire des tests pour goûter les aliments et organiser des votes sur de nouveaux articles meilleurs pour la santé dans un menu; c'est un moyen relativement facile d'encourager leur participation et d'obtenir leur soutien.

Q – Généralement, les articles bons pour la santé, comme les fruits, les légumes et les produits laitiers, ont tendance à être plus chers. Est-ce que cette politique fera baisser les prix pour les élèves?

R – Il faut que les boissons et les aliments vendus et servis dans les écoles servent avant tout à fournir une alimentation nutritive aux élèves favorisant l'apprentissage, la croissance, l'activité physique et la bonne santé — et non à gagner de l'argent ou à rassembler des fonds. Pour garantir que les choix bons pour la santé en matière d'aliments et de boissons soient d'un prix abordable pour la plupart des élèves, la politique demande aux écoles de faire en sorte que le caractère raisonnable des prix soit le critère principal quand elles fixent les prix des articles et les marges de bénéfice. C'est tout particulièrement important en ce qui concerne les prix des repas. À mesure que les prix augmentent, le nombre d'élèves qui peuvent se permettre les aliments dont ils ont besoin pour être de bons apprenants attentifs pendant la journée d'école diminue. Dans certaines écoles, cela veut dire qu'il faut trouver d'autres solutions pour rassembler des fonds, afin de garantir l'accessibilité et le caractère abordable des aliments et des boissons bons pour la santé. (Nous diffuserons des idées d'autres solutions pour rassembler des fonds auprès des conseils scolaires et de leurs écoles.)

Bon nombre de facteurs influent sur le coût des aliments et des boissons. À mesure que l'ensemble des écoles feront la transition vers des aliments et des boissons meilleurs pour la santé, la demande croissante pour de tels articles fera que les fournisseurs baisseront leurs prix. De surcroît, nous sommes en train d'explorer d'autres façons de mieux coordonner les achats et les livraisons dans les écoles, ce qui permettra aux écoles de faire des économies. La poursuite de la participation des écoles au programme de distribution de lait dans les écoles du ministère de l'Agriculture contribue à garantir que le lait reste d'un prix abordable pour tous les élèves dans les écoles publiques. La transition vers des boissons et des aliments bons pour la santé qui sont d'un prix abordable se fera progressivement. Nous prévoyons de diffuser des informations auprès des écoles pour les aider à réaliser cet objectif.

Q – Les élèves devraient avoir le droit de choisir ce qu'ils veulent boire ou manger. Si vous éliminez les choix et n'offrez que des articles bons pour la santé, comment vont-ils apprendre à prendre de bonnes décisions dans la vie réelle?

R – Il faut aider les élèves à faire de bons choix pour leur santé. Pour faire de bons choix, il faut à la fois posséder des connaissances (programme d'études sur la nutrition et la santé, etc.) et avoir un environnement qui favorise de tels choix (type d'aliments qui sont servis, vendus et dont on fait la publicité dans l'école), pour que cela devienne une habitude. Il faut que les choix bons pour la santé soient tout aussi disponibles et tout aussi attrayants que les choix moins bons pour la santé.

Malheureusement, dans bon nombre d'environnements (épiceries, restaurants, centres communautaires, patinoires, cinémas, etc.), ce sont en très grande majorité des aliments et des boissons à faible valeur nutritive dont on fait la promotion et qui sont disponibles. Bon nombre d'écoles ont commencé à renverser la tendance en offrant à leurs élèves divers choix bons pour la santé, avec une éducation en matière de nutrition dans la salle de classe et un accent mis sur l'idée qu'il est important d'avoir une bonne alimentation, non seulement pour la santé et le bien-être à long terme, mais également pour l'apprentissage. Les nombreuses écoles qui ont fait la transition vers des articles plus nutritifs reconnaissent qu'il faut que les élèves aient le droit de choisir des aliments et des boissons bons pour la santé.

Q – Ne peut-on pas continuer à autoriser la restauration rapide et les aliments à faible valeur nutritive dans les écoles en quantité modérée?

R – Pendant les consultations, beaucoup de personnes ont demandé que l'on autorise la restauration rapide et les aliments à faible valeur nutritive dans les écoles en quantité modérée. La majorité des personnes interrogées disent que ces articles ajoutent du goût et du plaisir dans l'alimentation, même s'ils sont généralement à faible valeur nutritive.

Lorsque nous avons demandé aux élèves, aux parents, aux enseignants, aux directions d'école, aux représentants de l'industrie alimentaire et aux professionnels de la santé leur opinion concernant ce qu'on pourrait faire pour autoriser la restauration rapide et les aliments à faible valeur nutritive dans les écoles « en quantité modérée », la plupart ont fait des suggestions comme « une fois par semaine », « une fois toutes les deux semaines » ou « une ou deux fois par mois ». Personne n'a suggéré qu'on permette aux élèves de choisir la restauration rapide et les aliments à faible valeur nutritive au quotidien et tout au long de la journée. Malheureusement, dans certaines écoles, ces articles sont bel et bien disponibles au quotidien et tout au long de la journée. Lorsque les articles de restauration rapide et les articles à faible valeur nutritive sont disponibles, les élèves ont tendance à choisir ces articles plutôt que des articles meilleurs pour la santé. En augmentant le nombre de choix bons pour la santé dans les écoles et en faisant la promotion de tels choix dans les écoles, on aidera les élèves à renverser la tendance et à adopter de meilleures habitudes alimentaires.

Les aliments et les boissons offerts dans les écoles ont pour fonction de fournir les nutriments et l'énergie dont les élèves ont besoin pour l'apprentissage, la croissance et l'activité physique. Il est vrai qu'il n'existe pas de « bons » aliments et de « mauvais » aliments, mais il y a des aliments et des boissons qui sont faits pour être consommés « la plupart du temps » et d'autres qui sont faits pour être consommés « parfois ». Lorsque les aliments et les boissons à faible valeur nutritive sont disponibles et qu'on en fait la promotion aux élèves au quotidien, il devient difficile de faire preuve de modération. Les écoles ont l'option d'inclure des articles de la catégorie « Valeur nutritive minimale » à raison d'une ou deux fois par mois, lors des événements spéciaux. Nous pensons qu'une telle politique répond à la nécessité de faire preuve de modération.

Questions concernant le calendrier de mise en œuvre de la politique

Q – Est-ce que la politique entre en vigueur immédiatement?

R – La politique entre en vigueur immédiatement, mais tient compte du fait que les écoles ont besoin de temps pour se préparer et ajuster leurs structures. La politique accorde une certaine souplesse et sera introduite progressivement sur trois ans, de façon à ce que les écoles puissent examiner leurs menus et les affiches « Valeur nutritive maximale », « Valeur nutritive moyenne » et « Valeur nutritive minimale » qui correspondent aux normes concernant les aliments et les boissons. Elle accorde également du temps aux écoles pour examiner les contrats qu'elles ont avec des fournisseurs pour l'alimentation et la boisson et pour s'efforcer de faire participer les élèves à la prise de décisions concernant les aliments dans l'école.

Voici quelques-unes des dates à retenir :

- Janvier 2007 – Il faut que les écoles s'efforcent de faciliter l'accès aux aliments figurant dans les affiches « Valeur nutritive maximale » et « Valeur nutritive moyenne ». Les cafétérias et les cantines ne peuvent plus servir ni vendre les articles figurant dans les sections « Pâtisseries », « Casse-croûte ou aliments transformés » et « Aliments congelés » de l'affiche « Valeur nutritive minimale » (c'est-à-dire les beignets, les croustilles, les barres chocolatées, la crème glacée, etc.).
- D'ici à janvier 2007 – Les écoles ne serviront que du lait (ou des produits de substitution nutritifs, comme les boissons au soja enrichies), des jus de fruits 100 % pur fruit et de l'eau. Elles ne pourront plus servir ni vendre de boissons gazeuses, de boissons pour sportifs et de boissons aux fruits.
- D'ici à janvier 2007 – Les écoles ne seront plus autorisées à utiliser les friteuses dans la préparation des aliments.
- D'ici à septembre 2007 – Les collectes de fonds dans l'école faisant intervenir des aliments et des boissons devront se concentrer sur les articles figurant dans les catégories « Valeur nutritive maximale » et « Valeur nutritive moyenne » (sous réserve des modifications apportées au printemps 2007).
- D'ici à juin 2008 – Les articles de la catégorie « Mélanges d'aliments » de l'affiche « Valeur nutritive minimale » qui ne respectent pas les critères concernant les nutriments ne pourront plus être servis ni vendus (c'est-à-dire les pizzas au pepperoni, les hot dogs, les bâtons de poulet, les frites, etc.).
- D'ici à juin 2009 – Toutes les écoles devront avoir mis en place l'ensemble des directives de la politique et serviront et vendront des articles qui sont conformes aux normes concernant les aliments et les boissons.

Q – Une fois que la politique sera en place, est-ce qu’il faudra continuer de respecter les contrats actuels concernant les aliments et les boissons?

R – Tous les contrats que les écoles ont établis avec des services d’alimentation et de boisson resteront en place jusqu’à leur arrivée à expiration. Nous encourageons les écoles à s’efforcer de collaborer avec les fournisseurs et les sociétés d’aliments et de boissons pour mettre en place des changements bons pour la santé dans le cadre des contrats existants. Une fois que les contrats existants seront arrivés à expiration, tous les nouveaux contrats devront respecter les modalités de la politique et des normes concernant les aliments et les boissons. Tout nouveau contrat signé pendant la période de mise en œuvre de la politique devra également être conforme à la politique et aux normes.

Q – Est-ce que cette politique est définitive concernant ce que les écoles peuvent vendre et servir?

R – Non. Le ministère de l’Éducation et ses partenaires réexamineront la politique tous les deux ans.

Q – Est-ce que le ministère effectuera un contrôle et une évaluation de la politique afin de s’assurer qu’elle fonctionne?

R – Les conseils scolaires ont l’obligation de rendre compte au ministère de l’Éducation et au ministère de la Promotion et de la Protection de la santé de l’utilisation faite du financement ciblé pour soutenir la mise en œuvre de la politique. Les conseils scolaires ont également pour responsabilité de contrôler la mise en œuvre de la politique et de participer à une évaluation provinciale de cette politique, dans le cadre du programme de promotion de la santé dans les écoles. Nous sommes en train d’élaborer, en consultation avec nos partenaires de l’éducation et de la santé, une structure provinciale d’évaluation.

Nous demandons aux écoles d’informer les parents, les élèves, le personnel, les fournisseurs de services et les partenaires communautaires de la politique et des normes concernant les aliments et les boissons. Nous encourageons également les écoles à régler les problèmes relatifs à l’alimentation, à la nutrition et à la mise en œuvre de la politique dans le cadre d’un nouveau comité ou d’un comité existant qui comprend des administrateurs, des enseignants, des représentants du personnel des services alimentaires, des parents, des élèves et des partenaires communautaires.

Q – De quel type de soutien les écoles disposent dans la mise en œuvre de cette politique?

A – Les écoles disposent de divers types de soutien :

- Les conseils scolaires ont reçu un financement en 2005–2006 (total de 250 000 \$ distribué selon la formule de financement du ministère de l’Éducation) du ministère de la Promotion et de la Protection de la santé pour les aider à mettre en œuvre la politique. Ce financement a été renouvelé en 2006–2007 pour les conseils scolaires.
- De nombreux conseils scolaires ont réservé des fonds et affecté du personnel au programme de promotion de la santé dans les écoles, qui comprend des structures de soutien pour la mise en œuvre de la politique en matière d’alimentation et de nutrition. Les équipes de promotion de la santé dans les écoles, qui comprennent des représentants du conseil scolaire et de la régie régionale de la santé, ainsi que des parents et d’autres membres de la communauté, peuvent aider à régler les problèmes liés à la mise en œuvre de la politique. En 2005–2006, le ministère de la Promotion et de la Protection de la santé a fourni aux partenariats entre les conseils scolaires et les régies régionales de la santé des subventions d’un montant de 500 000 \$ pour le programme de promotion de la santé dans les écoles, qui mettait initialement l’accent sur l’exercice physique et sur une alimentation saine. Pour l’année scolaire 2006–2007, le ministère de la Promotion et de la Protection de la santé a fourni au programme de promotion de la santé dans les écoles un financement d’un montant de 700 000 \$.
- Les comités d’école consultatifs et les groupes de parents (comme les associations foyer-école) sont souvent très désireux de participer aux activités et aux programmes de l’école en matière d’alimentation.

- Le nutritionniste des écoles et le coordinateur de la santé dans les écoles de la province apporteront leur soutien et leur aide aux conseils scolaires et aux régies régionales de la santé pour la mise en œuvre de la politique, l'évaluation de la politique et la mise en commun des informations.
- Les rôles et les responsabilités des conseillers en vie active et saine des conseils scolaires et des nutritionnistes de la santé publique des régies régionales de la santé comprennent le soutien aux élèves sur le plan de la santé et de l'apprentissage.
- Bon nombre de conseils scolaires et d'écoles ont déjà établi des liens solides avec le personnel des services de santé publique (nutritionnistes, infirmières, hygiénistes dentaires, etc.), qui peut fournir du soutien en matière de santé et de nutrition.
- Les fournisseurs et les revendeurs d'aliments dans les écoles peuvent fournir de l'aide concernant les décisions en matière d'alimentation et de nutrition. Certains emploient des diététistes certifiés qui connaissent bien les préférences des élèves.
- Le ministère de l'Éducation et ses partenaires sont en train de préparer un certain nombre de ressources pour aider les écoles dans le processus de mise en œuvre de la politique : documents imprimés, ressources en ligne, brochures pour les parents et autres membres intéressés de la communauté scolaire, etc.
- Certains conseils scolaires et certaines écoles déjà ont apporté des améliorations importantes en matière d'alimentation et de nutrition. Parmi nos projets pour l'avenir, nous prévoyons de mettre en commun avec l'ensemble des conseils scolaires et des écoles les leçons tirées de ces initiatives et les pratiques exemplaires qui ont été mises en place.
- Les ministères de l'Éducation, de la Promotion et de la Protection de la santé, de l'Agriculture et d'autres partenaires gouvernementaux s'efforcent également tous ensemble de créer des systèmes ou de simplifier les systèmes permettant aux écoles d'avoir plus facilement accès à des aliments produits localement qui sont bons pour la santé et d'un prix raisonnable, avec des options comme les achats en groupe au rabais.

Q – J'ai cru comprendre que le *Guide alimentaire canadien pour manger sainement* du gouvernement du Canada était en cours de révision. Quel effet cela aura-t-il sur la politique?

R – Le *Guide alimentaire canadien pour manger sainement* du gouvernement du Canada est effectivement en cours de révision. On s'attend à ce qu'un nouveau guide soit publié à l'automne 2006. Toute nouvelle information affectant la politique en matière d'alimentation et de nutrition ou les normes concernant les aliments et les boissons sera communiquée aux conseils scolaires et aux écoles.

Q – Pourquoi avez-vous décidé de présenter la politique sous la forme d'une trousse?

R – La *Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse* se présente sous la forme d'une trousse contenant les principaux éléments d'information dont les écoles ont besoin pour mettre en œuvre la politique. Cette trousse a été conçue en vue de répondre aux besoins de tout un éventail d'utilisateurs.

La trousse contient les éléments suivants :

- Trois livrets :
 - *Résumé / Introduction / Généralités / Bibliographie / Groupe de travail*
 - *Directives et lignes directrices de la politique*
 - *Normes concernant les aliments et les boissons pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse*
- Trois affiches avec des critères concernant les nutriments, des astuces pour le choix des aliments et des boissons et des listes d'aliments et de boissons :

- Valeur nutritive maximale
- Valeur nutritive moyenne
- Valeur nutritive minimale

Les gens pourront facilement trouver et extraire les informations dont ils ont besoin, qu'il s'agisse d'informations sur les recherches dans le domaine dans un des livrets, de directives dans un des autres ou de critères spécifiques concernant les nutriments.

Nous avons choisi de produire des affiches parce qu'elles peuvent être affichées à la fois pour communiquer les informations et pour confirmer le contenu de la politique et des normes concernant les aliments et des boissons. La trousse comprend de la place pour ajouter des ressources supplémentaires de soutien, comme le nouveau *Guide alimentaire canadien pour manger sainement* du gouvernement du Canada, une fois qu'il aura été publié.

Q – Comment la politique va-t-elle être distribuée? Où est-ce que je peux m'en procurer un exemplaire?

R – Nous sommes en train de distribuer des exemplaires de la politique aux écoles et à leurs comités d'école consultatifs, aux conseils scolaires, aux conseils d'élèves, aux associations foyer-école et aux comités chargés de la promotion de la santé dans les écoles. Nous sommes également en train d'en distribuer des exemplaires au Syndicat des enseignants de la Nouvelle-Écosse, aux professionnels de la santé publique travaillant pour les régions régionales de la santé, aux partenaires de l'industrie alimentaire et aux chercheurs. La trousse sera disponible en français et sera distribuée aux écoles et aux partenaires. Si vous voulez voir un exemplaire de la politique, communiquez avec l'école de votre enfant. Si vous avez accès à un ordinateur, vous pouvez lire ou télécharger un exemplaire de la politique en ligne sur le site Web du ministère de l'Éducation à www.ednet.ns.ca ou sur le site Web du ministère de la Promotion et de la Protection de la santé à www.gov.ns.ca/hpp.

Questions sur les normes concernant les aliments et les boissons

Q – Que sont les Normes concernant les aliments et les boissons pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse et quelle utilisation doit-elle en être faite?

R – Les normes sont conçues pour toutes les personnes qui prennent des décisions concernant les aliments dans les écoles : les élèves, les parents, les enseignants, les administrateurs, les employés des services alimentaires, les sociétés et les fournisseurs de services alimentaires et les professionnels de l'industrie alimentaire, entre autres. Ces normes fournissent trois types d'informations susceptibles d'aider les écoles à prendre des décisions concernant ce qui doit être servi et vendu dans les établissements. Elles comprennent des critères concernant les nutriments, des notes importantes sur les aliments et les boissons et des listes d'aliments et de boissons. Ces informations apparaissent dans trois affiches proposant des listes de choix dans chaque catégorie et chaque groupe alimentaire du *Guide alimentaire canadien pour manger sainement* du gouvernement du Canada. Les trois catégories des affiches sont les suivantes :

- Valeur nutritive maximale (aliments et boissons qui peuvent être vendus et servis au quotidien)
- Valeur nutritive moyenne (aliments et boissons qui peuvent être vendus et servis au maximum 2 fois par semaine ou ne peuvent représenter plus de 30 % des choix au même endroit)
- Valeur nutritive minimale (aliments et boissons qui peuvent être vendus et servis au maximum une ou deux fois par semaine dans le cadre d'événements spéciaux).

Q – Sur quoi ces normes concernant les aliments et les boissons se fondent-elles?

R – Les *Normes concernant les aliments et les boissons pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse* se fondent sur le *Guide alimentaire canadien pour manger sainement* du gouvernement du Canada, sur les allégations en matière de nutrition de Santé Canada, sur les normes en vigueur dans d'autres provinces et sur les connaissances et l'expérience dont on dispose dans le domaine des aliments et des boissons dans les écoles.

Q – Quand et où faut-il utiliser les Normes concernant les aliments et les boissons pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse?

R – Il faut les utiliser quand on sert ou vend des aliments aux élèves pendant la journée d'école : à la cafétéria, à la cantine, dans les vendeuses automatiques; dans les programmes de petit déjeuner, de repas de midi et de goûter; dans les collectes de fonds dans les écoles qui font appel à des aliments et des boissons; dans les événements sportifs organisés dans l'école; dans les programmes qui sont offerts par l'école après les cours et en soirée; lors des événements spéciaux; et dans les décisions relatives à la promotion et la publicité pour les aliments et les boissons dans l'école.

Q – Pouvez-vous donner quelques exemples d'aliments et de boissons figurant dans les affiches « Valeur nutritive maximale », « Valeur nutritive moyenne » et « Valeur nutritive minimale »?

R – **Valeur nutritive maximale** (aliments et boissons qui peuvent être vendus et servis au quotidien) :

Aliments – Produits aux céréales entières : pain, bagels, céréales, craquelins et muffins aux céréales entières à faible teneur en matière grasse; fruits et légumes frais, surgelés ou en conserve (conservés dans de l'eau ou du jus); salades; yaourt et fils au fromage à faible teneur en matière grasse; hamburgers de viande maigre et œufs; pizza végétarienne au blé entier ou pizza avec charcuterie maigre; boissons fouettées (*smoothies*) faites avec des fruits et des produits laitiers; sandwiches au pain pita ou tortillas au blé entier; ragoûts et chili; burritos et tacos mous; sous-marins faits avec du pain aux céréales entières et de la charcuterie maigre; et poulet sauté à la poêle.

Boissons – lait (y compris lait aromatisé au chocolat ou la banane), à faible teneur en matière grasse (soit 2 % ou moins) et produits de substitution (c'est-à-dire boisson au soja enrichie); jus de fruit, eau.

Valeur nutritive moyenne (aliments et boissons qui peuvent être vendus et servis au maximum 2 fois par semaine ou ne peuvent représenter plus de 30 % des choix) :

Aliments – Pain blanc enrichi, petits pains, crêpes et pain pita; gâteau à la banane, barres de céréales (non enrobées de chocolat ou contenant des bonbons) et petits gâteaux aux flocons d'avoine; bretzels et croustilles cuites au four; compote de pommes ou mélanges de fruits avec sucre ajouté; fruits dans un sirop léger; soupes de légumes et de nouilles; frites cuites au four; flan au lait; tranches de fromage; glace au yaourt; lait glacé; boules de viande; poisson en conserve; macaroni au fromage; « *Sloppy Joes* »; sandwiches BLT; pizza avec charcuterie maigre; tacos durs; quiche; sandwiches grillés au fromage au pain blanc.

Boissons – Lait entier, chocolat chaud (au lait), boissons à base de yaourt.

Valeur nutritive minimale (aliments et boissons qui peuvent être vendus et servis au maximum une ou deux fois par semaine dans le cadre d'événements spéciaux) :

Aliments – Hot dogs, hamburgers panés ou frits, pépites de poulet, frites, poutine, barres chocolatées, croustilles, beignets, petits gâteaux, brownies, tartes.

Boissons – Boissons gazeuses, boissons sucrées aux fruits (punch, etc.), eau aromatisée, boissons pour sportifs, café, limonade.

Q – À quelle fréquence les écoles peuvent-elles servir des aliments ou des boissons de la catégorie « Valeur nutritive moyenne »?

R – Ces aliments peuvent être servis et vendus au maximum deux fois par semaine ou ne doivent pas représenter plus de 30 pour cent des choix au même endroit. Nous avons limité la quantité qu'on peut vendre ou servir parce qu'ils ont une valeur nutritive moins élevée que les aliments de la catégorie « Valeur nutritive maximale ».

Nous avons retenu cette description pour tenir compte des écoles qui ont des services alimentaires comme des cafétérias, ainsi que des écoles qui ont des programmes et des cantines de moins grande envergure. Par exemple, les écoles qui ont des cantines ou des vendeuses automatiques dans lesquels les articles sont stockés en continu peuvent utiliser trois sections sur 10 dans les vendeuses ou trois articles de menu sur 10 dans la catégorie « Valeur nutritive moyenne ». Lorsque l'école a un programme de repas de midi chaud qui sert un seul plat principal chaque jour, elle peut servir des articles de valeur nutritive moyenne deux jours sur cinq (sandwich grillé au fromage au pain blanc un journée; pizza avec de la charcuterie maigre une autre). Pour les cafétérias et les cantines qui offrent un plus vaste éventail d'aliments et de boissons, 30 % des choix au maximum peuvent être des articles figurant dans la liste « Valeur nutritive moyenne ».

Q – Quelle utilisation peut-on faire des affiches « Valeur nutritive maximale », « Valeur nutritive moyenne » et « Valeur nutritive minimale »?

R – Ces affiches fournissent des informations, des idées et des critères qu'on peut utiliser pour choisir ce qu'on va servir ou vendre dans l'école. On peut mettre ces affiches à la cafétéria, à la cantine, dans les bureaux de l'école ou à tout endroit où les personnes prenant des décisions pourront les utiliser. Les personnes prenant des décisions sont la direction d'école, les enseignants, les élèves, le personnel des services alimentaires, les fournisseurs d'aliments et de boissons, les parents bénévoles et d'autres personnes encore. Selon le type d'aliments et de boissons servis et vendus à l'heure actuelle, l'école peut décider de n'afficher que les affiches « Valeur nutritive maximale » et « Valeur nutritive moyenne ».

Q – Est-ce que les programmes de petit déjeuner doivent se conformer à la politique et aux normes concernant les aliments et les boissons?

R – Oui. Beaucoup de programmes de petit déjeuner sont déjà bien établis dans les écoles et offrent depuis des années des menus bons pour la santé.

Q – Pourquoi les normes limitent-elles la consommation de caféine?

R – Les normes concernant les aliments et les boissons limitent la consommation de caféine en raison des effets négatifs que la caféine a sur le comportement des élèves et sur leur capacité d'apprendre. La caféine est une substance stimulante dont on devient dépendant, qu'on soit enfant, adolescent ou adulte. Elle a également chez les enfants et les adolescents des effets secondaires analogues à ceux qu'elle a chez les adultes : les jeunes ne tiennent pas en place et n'arrivent pas à se concentrer. Santé Canada a défini des limites pour la consommation de caféine chez les enfants et les jeunes et la *Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse* contribuera à garantir la sécurité des élèves en respectant ces limites.

Q – Pourquoi les normes concernant les aliments et les boissons autorisent-elles l'utilisation d'édulcorants?

R – Santé Canada a approuvé l'utilisation d'édulcorants en petites quantités pour les enfants d'âge scolaire. Pour réduire le risque que les enfants s'habituent aux articles contenant des édulcorants qui sont de faible valeur nutritive et pour éviter la consommation abusive, les normes concernant les aliments et les boissons ne permettent leur utilisation que dans les aliments nutritifs. Les boissons contenant des édulcorants, comme les boissons gazeuses et autres, ne contiennent aucun nutriment et contiennent des quantités importantes d'édulcorants. Pour certains élèves, l'utilisation limitée d'articles contenant des édulcorants peut être nécessaire afin de gérer un problème médical comme le diabète.

Q – Si vous vous débarrassez des boissons gazeuses et des boissons fruitées, est-ce que les élèves ne vont pas avoir soif?

R – Pour se désaltérer et répondre aux besoins en liquides du corps, le meilleur choix est l'eau. Beaucoup d'enfants et de jeunes choisissent l'eau comme boisson préférée. Les écoles qui ont laissé tomber les boissons gazeuses ont noté une augmentation des ventes d'eau dans les cantines et les vendeuses automatiques. Le lait (et les produits de substitution nutritifs, comme les boissons au soja enrichies) et le jus de fruits 100 % pur fruit fournissent de l'énergie ainsi que des nutriments importants. Ces trois catégories de boissons permettent de répondre aux besoins en liquides des élèves pendant la journée d'école.

Q – Pourquoi les normes concernant les aliments et les boissons n'autorisent-elles pas les boissons pour sportifs?

R – Les boissons pour sportifs sont semblables, sur le plan nutritif, à des boissons gazeuses ou fruitées diluées et ont tendance à être plus chères. Elles n'ont que peu de valeur nutritive ou aucune valeur nutritive pour les élèves. Les publicités pour ces boissons prétendent qu'elles donnent un avantage aux sportifs en remplaçant l'eau perdue par le corps. Mais la majorité des élèves ne participent pas aux activités physiques continues de

haute intensité pour lesquelles les boissons pour sportifs ont été conçues à l'origine. L'eau, les jus et le lait peuvent facilement remplacer l'eau perdue et répondre aux besoins énergétiques des élèves.