



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

Résumé
Introduction
Généralités
Bibliographie
Groupe de travail


NOVA SCOTIA
NOUVELLE-ÉCOSSE

Éducation
Promotion et
Protection et
de la santé



© Droits d'auteur de la Couronne, Province de la Nouvelle-Écosse, 2006.
Ministère de l'Éducation de la Nouvelle-Écosse et Ministère de la Promotion et de la Protection
de la santé de la Nouvelle-Écosse

Aucune section du présent document ne pourra être reproduite ou utilisée sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit — moyens mécaniques ou électroniques, photocopies ou autre forme d'enregistrement, stockage informatique ou système de documentation automatique — sans autorisation préalable par écrit du gouvernement de la Nouvelle-Écosse.

Les références à des sites Web figurant dans le présent document ne sont fournies que pour faciliter le travail et ne signifient pas que le ministère de l'Éducation a approuvé le contenu, les politiques ou les produits des sites Web en question. Le ministère de l'Éducation ne contrôle ni les sites Web auxquels il est fait référence ni les sites mentionnés à leur tour sur ces sites Web. Il n'est responsable ni de l'exactitude des informations figurant sur ces sites, ni de leur caractère légal, ni de leur contenu. Le contenu des sites Web auxquels il est fait référence peut changer à tout moment sans préavis.

Les conseils scolaires et les éducateurs ont l'obligation, en vertu de la Politique des écoles publiques en matière d'accès aux réseaux et d'utilisation des réseaux, de procéder à un examen et à une évaluation préalables des sites Web avant de recommander leur utilisation aux élèves. Si vous trouvez dans ce document des références à des sites qui ne sont plus valables ou qui ne sont pas appropriés, veuillez le signaler à l'adresse <links@ednet.ns.ca>.
ISBN :

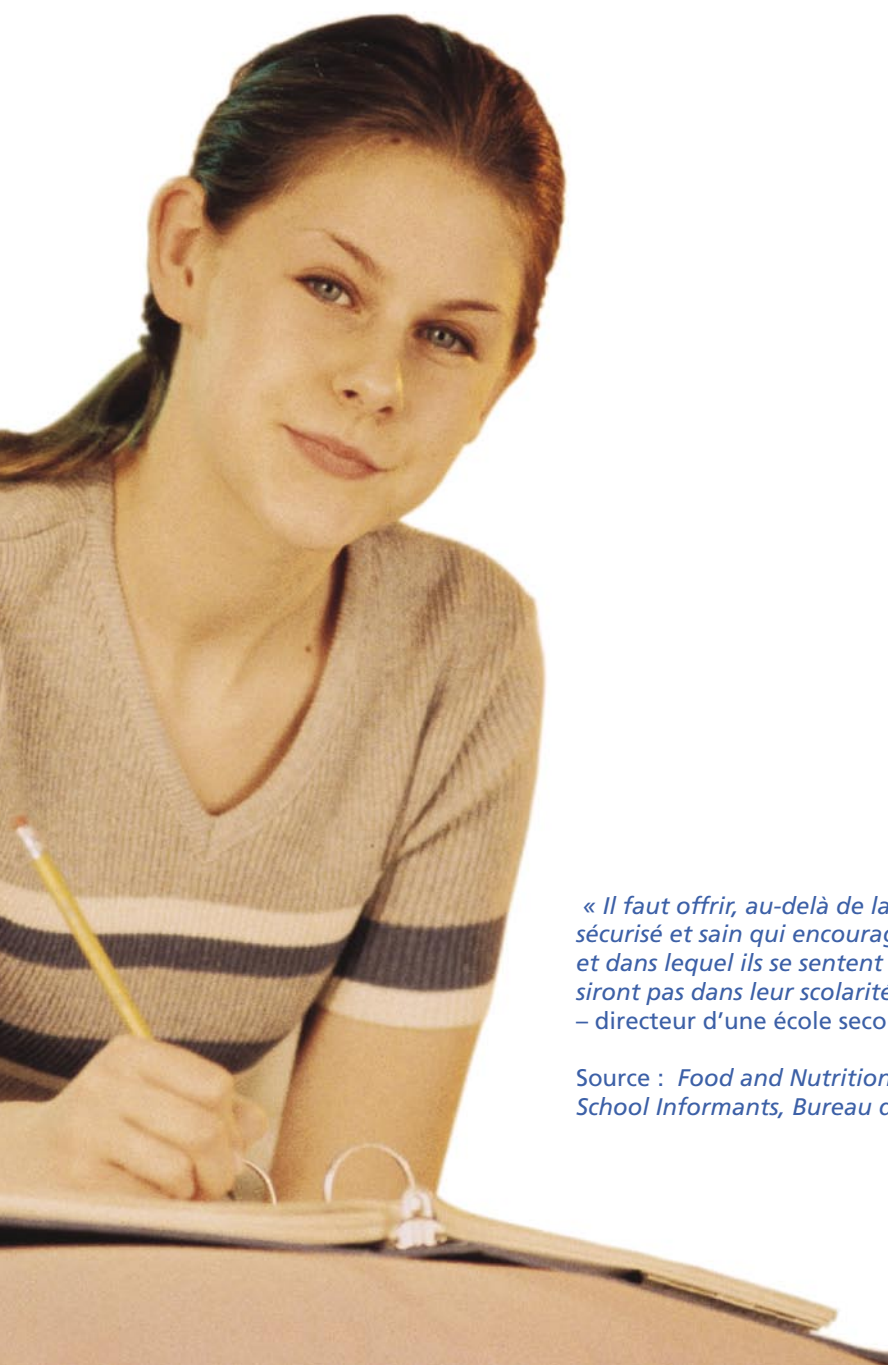
Printemps 2006

Table des matières

Pour faciliter l'adoption d'aliments et de boissons bons pour la santé dans les écoles

Résumé	1
Introduction	3
Généralités	4
Bibliographie	8
Composition du groupe de travail sur la Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse	10

table des matières



« Il faut offrir, au-delà de la structure scolaire proprement dite, un environnement sécurisé et sain qui encourage les élèves à faire de l'exercice et à manger sainement et dans lequel ils se sentent à l'aise sur le plan affectif. Sans cela, les élèves ne réussiront pas dans leur scolarité. »

– directeur d'une école secondaire de premier cycle

Source : Food and Nutrition in Nova Scotia Schools, An Environmental Scan of Key School Informants, Bureau de promotion de la santé en Nouvelle-Écosse, juin 2004

Résumé

La Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse décrit les normes qui s'appliquent aux aliments et aux boissons qu'on peut servir et vendre dans les écoles. Elle encourage de plus les écoles à éduquer les élèves en matière de nutrition dans le cadre du programme d'études et à mettre en place des partenariats avec la communauté. Elle propose un environnement qui encourage les gens à faire des choix bons pour la santé en matière d'alimentation et de nutrition. Elle est conçue en vue de compléter les efforts faits en matière d'alimentation et de nutrition dans d'autres contextes, c'est-à-dire à la maison et dans la communauté en général.

L'intention de la Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse est de faire en sorte que les élèves et le personnel des écoles aient plus facilement accès à des aliments et des boissons qui soient bons pour la santé, sans danger et d'un coût abordable et que les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse servent et vendent de tels aliments et de telles boissons, pour que les élèves et le personnel puissent en profiter.

L'objectif de la politique est de faire en sorte que le choix le plus facile pour les élèves et le personnel des écoles publiques de la Nouvelle-Écosse soit un choix qui est bon pour la santé.

La politique contient 12 directives se rapportant aux domaines suivants :

- Aliments et boissons servis et vendus à l'école
- Eau potable
- Programmes
- Prix
- Collecte de fonds
- Activités spéciales
- Promotion et publicité
- Utilisation d'aliments pour motiver les élèves
- Élèves vulnérables
- Taille des portions
- Sécurité alimentaire
- Éducation en matière de nutrition

Elle fournit également cinq lignes directrices relatives au temps consacré aux repas, aux produits et légumes en provenance de la Nouvelle-Écosse, aux emballages alimentaires et au respect de l'environnement, à la nécessité de donner l'exemple et aux partenariats et aux engagements dans l'école. Cette politique sera introduite progressivement à partir de septembre 2006 et il est prévu que sa mise en œuvre s'achève d'ici à juin 2009.

Le document Normes concernant les aliments et les boissons pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse qui l'accompagne fournit des critères et des suggestions pour faciliter la prise de décisions concernant les aliments et les boissons servis et vendus dans les écoles. Ces normes se fondent sur le Guide alimentaire canadien pour manger sainement du gouvernement du Canada et sur les allégations en matière de nutrition de Santé Canada. Elles décrivent trois catégories d'aliments et de boissons : la catégorie « Valeur nutritive maximale », qui concerne les aliments et les boissons qu'on peut vendre et servir au quotidien; la catégorie « Valeur nutritive moyenne », qui concerne les aliments et les boissons qu'on peut vendre et servir occasionnellement (pas plus de deux fois par semaine ou de façon à ce qu'ils ne représentent pas plus de 30 pour cent des choix dans un endroit donné); et la catégorie « Valeur nutritive minimale », qui concerne les aliments et les boissons qu'on peut servir ou vendre une ou deux fois par mois dans le cadre d'activités spéciales. La politique et les normes ne sont pas conçues pour s'appliquer aux aliments et aux boissons apportés par l'élève ou aux casse-croûte en provenance du foyer de l'élève ni pour servir à évaluer ces aliments et boissons.

résumé

La Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse tient compte du fait que l'éducation et la santé sont indissociables. Il faut que les enfants et les jeunes consomment des aliments sains pour pouvoir apprendre, grandir, se développer et être actifs sur le plan physique. Les statistiques concernant les enfants, les jeunes et les adultes de la Nouvelle-Écosse montrent qu'ils ont de mauvaises habitudes alimentaires, que les taux de surpoids et d'obésité sont en augmentation et que les gens ne font de loin pas assez d'exercice physique. Si on ne fait rien pour lutter contre ces problèmes, la population en subira les conséquences tant à court terme qu'à long terme sur le plan de la santé, avec des problèmes qui commenceront pendant la scolarité et se poursuivront à l'âge adulte.

Le ministère de l'Éducation et ses partenaires sont convaincus qu'il est important d'investir dans une alimentation saine, dans un style de vie actif et dans l'adoption de comportements sains chez les enfants et les jeunes, dans le cadre des programmes de promotion de la santé dans les écoles. La Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse fait partie du plan plus général de la province pour la promotion de la santé dans les écoles, des initiatives Healthy Eating Nova Scotia et Vie et apprentissage II : Bâtir des avenir meilleurs ensemble et d'autres initiatives relatives à la santé des jeunes de la Nouvelle-Écosse.

Introduction

La Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse décrit les normes qui s'appliquent aux aliments et aux boissons qu'on peut servir et vendre dans les écoles. Elle encourage de plus les écoles à éduquer les élèves en matière de nutrition dans le cadre du programme d'études et à mettre en place des partenariats avec la communauté. Elle propose un environnement qui encourage les gens à faire des choix bons pour la santé en matière d'alimentation et de nutrition. Elle complète les efforts faits en matière d'alimentation et de nutrition dans d'autres contextes, c'est-à-dire à la maison et dans la communauté en général. La meilleure façon d'éduquer les élèves en matière de nutrition dans la salle de classe est de le faire dans un environnement mettant l'accent sur la santé et offrant aux élèves des occasions de mettre en pratique ce qu'ils apprennent.

Pour bien manger, être actif et faire de bons choix en matière de santé, il faut plus que de la bonne volonté. Les politiques et les programmes d'alimentation qui favorisent les choix sains pour l'ensemble de la communauté scolaire (élèves, personnel, bénévoles et familles) permettent de s'assurer que, dans le contexte scolaire, le choix le plus facile à faire est un choix bon pour la santé.

La Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse a été créée dans le cadre de partenariats. Les pratiques exemplaires des programmes de promotion de la santé dans les écoles montrent qu'il est nécessaire de mettre en place des partenariats, avec des buts, des efforts et des responsabilités communs à un grand nombre d'individus et d'organismes, si on veut élever des enfants et des jeunes qui sont en bonne santé, qui sont actifs et qui sont prêts pour l'apprentissage.

Il est essentiel d'avoir des partenariats pour pouvoir élever des enfants et des jeunes qui sont en bonne santé, qui sont actifs et qui sont prêts pour l'apprentissage.

En septembre 2004, le ministère de l'Éducation a mis en place un groupe de travail sur la Politique en matière d'alimentation et de nutrition dans les écoles de la Nouvelle-Écosse. Ce groupe de travail était chargé d'élaborer une ébauche de politique et de lignes directrices en matière d'alimentation. Il était composé de représentants du ministère de la Promotion et de la Protection de la santé de la Nouvelle-Écosse, du ministère de l'Agriculture et des Pêches, des huit conseils scolaires de la province, d'administrateurs, d'enseignants, de diététiciens et de nutritionnistes, du Syndicat des enseignants de la Nouvelle-Écosse, de la Fédération des associations foyer-école de la Nouvelle-Écosse, de la Fédération des parents acadiens de la Nouvelle-Écosse, du projet Annapolis Valley Health Promoting School Project et du projet Cumberland County School Food Project.

Le gouvernement a présenté son ébauche de politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse en septembre et en octobre 2005 et invité le grand public à lui faire part de ses commentaires et de ses suggestions. Il a organisé des sessions de réflexion dans les huit conseils scolaires, ainsi que des sessions pour les élèves, des membres de l'industrie alimentaire et le personnel de la santé publique. Ces consultations ont débouché sur plus de 1000 réponses des parents, des élèves, des éducateurs, des conseils scolaires, des représentants de l'industrie, des professionnels de la santé et du grand public. La politique qui existe aujourd'hui a pris en compte ces commentaires et ces suggestions, ainsi que les recommandations du groupe de travail provincial sur la politique. Les partenaires du gouvernement, des organisations non gouvernementales et des communautés continuent de travailler ensemble avec les conseils scolaires, les écoles, les parents et les élèves pour assurer la promotion de la santé dans les communautés scolaires en Nouvelle-Écosse.

introduction

Généralités

Il est important de consommer des aliments bons pour la santé pendant les années de scolarité. Les enfants et les jeunes ont besoin d'aliments sains qui leur fournissent l'énergie et les nutriments nécessaires pour grandir, apprendre, être actifs et devenir des adultes productifs en bonne santé.

Parallèlement au foyer et aux autres environnements, les écoles peuvent exercer une influence positive sur les choix et la consommation alimentaires des élèves. Les parents et autres personnes responsables du bien-être des enfants et des jeunes sont les principaux modèles dont ces derniers s'inspirent pour adopter des comportements bons pour la santé. Les politiques et les programmes alimentaires des écoles peuvent compléter les efforts des parents et autres visant à s'assurer que les enfants et les jeunes soient bien nourris dans le contexte scolaire.

Les élèves ont accès à des aliments et des boissons dans de multiples environnements — la maison, l'école et la communauté — dans lesquelles ils vivent, effectuent leur apprentissage, travaillent et s'amuse. La façon dont l'alimentation est vécue dans divers environnements et les messages des médias contribuent à influencer les habitudes et les préférences alimentaires des enfants et des jeunes. Étant donné le temps que les élèves passent à l'école, il n'est pas étonnant que les parents, les enfants, les communautés, les écoles et les ministères des gouvernements considèrent que le milieu scolaire est un milieu qui exerce une influence importante sur les élèves en ce qui concernent les aliments qu'ils choisissent et qu'ils consomment^{1, 2, 3, 4}.

L'alimentation, la santé et l'apprentissage sont liés entre eux. Les écoles préparent les élèves à devenir des citoyens en bonne santé, productifs et responsables. Il y a beaucoup de travaux de recherche qui confirment ce que les éducateurs savent depuis longtemps, à savoir que la santé, l'alimentation et l'apprentissage sont liés entre eux. Les élèves qui sont en bonne santé, qui sont bien nourris et qui se sentent en sécurité sont mieux à même d'apprendre et de bien travailler en classe et ont moins de problèmes d'absentéisme. Ceux qui ont un niveau d'études plus élevé ont également tendance à être en meilleure santé à l'âge adulte^{5, 6}.

Les élèves qui font de choix bons pour la santé et adoptent de bonnes pratiques alimentaires sont mieux préparés à l'apprentissage, ont de meilleurs résultats scolaires, ont moins de problèmes de discipline et moins de problèmes d'ordre affectif.^{4, 7, 8} Les recherches confirment, en particulier, l'impact positif des petits déjeuners à l'école sur le rendement scolaire des élèves.^{7, 9, 10, 11} À court terme, le fait de sauter ne serait-ce qu'un repas peut avoir un impact négatif sur le comportement et la capacité d'apprendre. Si l'élève a continuellement une mauvaise alimentation, cela a un impact négatif sur sa motivation, sa vivacité d'esprit, son attention et l'expression de ses émotions^{7, 12}.

Il y a lien entre une bonne alimentation, avec de bonnes pratiques alimentaires, et le fait d'être mieux préparé à l'apprentissage, d'avoir de meilleurs résultats scolaires, moins de problèmes de discipline et moins de problèmes d'ordre affectif.

Les études effectuées sur cette question montrent également les effets positifs de l'exercice physique au quotidien sur le rendement des élèves et sur les résultats scolaires en ce qui a trait à la mémoire, aux capacités d'observation, à la résolution de problèmes et à la prise de décisions. L'exercice physique contribue, de plus, à améliorer de façon significative les attitudes, la discipline, les comportements et la créativité.^{13, 14, 15, 16, 17, 18}

Une bonne alimentation peut contribuer à réduire le risque de maladie. Une alimentation bonne pour la santé contribue à prévenir les maladies cardiaques, les accidents vasculaires, le diabète de type 2, l'ostéoporose, l'obésité, l'hypertension, les caries dentaires et certains cancers.¹⁹

En Nouvelle-Écosse, les statistiques montrent que les enfants, les jeunes et les adultes ont des problèmes de santé et que le taux d'obésité est en augmentation. Trois des maladies liées au régime alimentaire — les maladies cardiaques, les accidents vasculaires et le diabète — sont à elles seules responsables de près de la moitié des décès dans la province.²⁰ Pour la première fois dans notre histoire, la Nouvelle-Écosse observe une augmentation du taux de diabète de type 2 chez les enfants et les adolescents. Le diabète de type 2, qu'on appelait « diabète de la maturité », n'existait quasiment pas chez les enfants et les jeunes au début des années 1990.

Le diabète de type 2 représente 16 à 18 pour cent des nouveaux cas de diabète chez les jeunes âgés de moins de 19 ans.^{24, 25}

Pour la première fois dans notre histoire, nous voyons des jeunes qui ont des maladies chroniques comme le diabète de type 2 et l'hypertension, qui touchaient traditionnellement les individus plus tard dans leur vie d'adulte.

Les taux d'obésité et de surpoids ont presque triplé chez les enfants canadiens des deux sexes.^{5, 21} Les enfants atteints de surpoids courent plus de risques de devenir obèses à l'âge adulte et de souffrir de maladies ou de décéder de façon prématurée.²²

Si on ne fait rien pour régler les problèmes de poids, d'alimentation et d'exercice physique, la génération actuelle d'adultes risque d'avoir une meilleure qualité de vie et une plus longue espérance de vie que les enfants de cette même génération!

On signale un manque d'activité physique chez les enfants et les jeunes en Nouvelle-Écosse. D'après une étude des taux d'activité pour les enfants et les jeunes de la province, l'activité physique baisse quand ils passent de l'enfance à l'adolescence, aussi bien chez les filles que chez les garçons.²³ En 11e année, seulement 8,7 % des garçons et 5,1 % atteignent le nombre recommandé de minutes d'exercice physique par jour (60 minutes), ce qui est à comparer à 90 % des garçons et 92,3 % des filles en 3e année.²³

Les enfants et les jeunes néo-écossais ont de mauvaises habitudes alimentaires. Il est plus important que jamais d'aider les élèves à choisir des aliments et des boissons bons pour la santé. D'après une étude effectuée en 2003 sur 5200 élèves de 5e année partout dans la province, l'apport alimentaire chez les enfants néo-écossais est relativement mauvais. Le fait de sauter des repas et d'acheter des repas à l'école ou dans les restaurants de restauration rapide a une incidence négative importante sur le régime alimentaire.²⁷

Les études montrent également que 31 % des élèves d'école élémentaire et 62 % des élèves d'école secondaire ne mangent pas de petit déjeuner tous les jours.²⁹ Les enfants et les adolescents qui mangent un petit déjeuner ont généralement un meilleur régime alimentaire et sont davantage en mesure de se conformer aux recommandations en matière de nutrition. Ceux qui ne mangent pas de petit déjeuner ne sont pas en mesure de compenser les déficiences que cela entraîne sur le plan nutritif pendant le reste de la journée.³⁰

En 2004, 26 % des enfants et des adolescents canadiens âgés de 2 à 17 ans avaient un surpoids ou étaient obèses; 8 % étaient obèses.²⁶

En 2004, le taux combiné de surpoids et d'obésité des enfants âgés de 2 à 17 ans était de 32 %, c'est-à-dire nettement supérieur à la moyenne nationale en Nouvelle-Écosse; 9,4 % étaient obèses.²⁶

Les études montrent que le fait d'acheter un repas à l'école augmente de façon substantielle le risque de surpoids. Si on fait la comparaison avec les élèves qui apportent leur repas de midi de la maison, le taux de probabilité du surpoids est de 39 % plus élevé pour les enfants qui achètent leur repas de midi à l'école.²⁸

Pourcentage d'élèves de 5e année en Nouvelle-Écosse qui ne suivent pas les recommandations du Guide alimentaire du Canada pour les portions par groupe alimentaire²⁵ :

produits laitiers : 42,3 %
légumes et fruits : 49,9 %
produits céréaliers : 54,4 %
viande et substituts : 73,7 %

D'après une étude publiée dans la revue *American Journal of Public Health*, les élèves des écoles de la Nouvelle-Écosse qui ont un programme global de promotion d'une vie saine (c'est-à-dire un programme combinant éducation physique, alimentation saine, éducation sur la nutrition, formation du personnel et participation des parents) ont un taux nettement moins élevé de surpoids et d'obésité, ont un régime alimentaire meilleur pour la santé et disent qu'ils font plus d'exercice physique que les élèves des écoles qui n'ont pas de programme de ce type.²⁷

La Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse est une des composantes du programme de promotion de la santé dans les écoles de la province.

Il est bon pour le personnel des écoles d'avoir des politiques et des programmes bons pour la santé dans leur environnement de travail. Les Canadiens passent 60 % de leur temps (sans compter les heures de sommeil) au travail et il leur arrive souvent de manger un ou plusieurs de leurs repas et casse-croûte au travail. Le fait d'avoir à disposition des aliments bons pour la santé au travail a une influence sur le régime alimentaire des gens. L'accès à des aliments et à des boissons bons pour la santé pendant la journée d'école fournit donc au personnel des écoles la possibilité de choisir des choses qui sont bonnes pour la santé et qui permettent, à court terme, de maintenir leur niveau d'énergie et de concentration et, à long terme, de réduire le risque de souffrir de maladies chroniques liées à une mauvaise alimentation.^{31, 32} Bon nombre d'environnements de travail en Nouvelle-Écosse, que ce soient des hôpitaux, des ministères du gouvernement ou des entreprises privées, ont adopté des plans et des politiques de promotion de la santé qui favorisent la consommation d'aliments et de boissons bons pour la santé, ainsi que d'autres comportements positifs et bons pour la santé. La Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse se soucie non seulement de la santé des élèves sur le plan nutritif, mais également de celle du personnel des écoles.

La pauvreté a une influence sur la capacité de choisir des aliments bons pour la santé. La santé sur le plan nutritif dépend dans une large mesure des aliments et des boissons qu'on choisit de consommer. Pour être capable de choisir des aliments bons pour la santé, il faut (entre autres facteurs) connaître les choix qui existent, posséder des compétences en cuisine, avoir le temps de préparer les repas et disposer de suffisamment d'argent pour pouvoir acheter des aliments bons pour la santé. Les recherches effectuées en Nouvelle-Écosse en 2003–2004 montrent que les gens qui vivent dans la pauvreté n'ont pas les moyens de suivre un régime bon pour la santé, quel que soit le soin avec lequel ils choisissent et préparent leurs aliments. Pour ces personnes, il n'existe que très peu de « choix » bons pour la santé sur le plan alimentaire.

La pauvreté limite la capacité qu'ont les parents de fournir des aliments nutritifs à leurs enfants et de les aider à acquérir de bonnes habitudes sur le plan alimentaire. D'après les études les plus récentes, le nombre d'enfants néo-écossais affectés par cette incapacité d'accéder à des aliments bons pour la santé pour des raisons d'argent est de plus en plus important.³³

Les boissons et les aliments servis et vendus dans les écoles devraient servir à assurer une bonne alimentation et non à engendrer des revenus supplémentaires pour l'école. Tous les élèves ont besoin d'aliments bons pour la santé pendant la journée d'école, pour arriver à maintenir le niveau d'énergie et de concentration dont ils ont besoin pour bien apprendre. Pour s'assurer que les élèves aient accès à des aliments et des boissons bons pour la santé, il est important que les articles vendus dans les écoles soient d'un prix raisonnable.

La promotion et la vente d'aliments et de boissons bons pour la santé dans les écoles renforcent les messages véhiculés dans la salle de classe et à la maison. Il est vrai qu'on ne peut pas parler de « bons » aliments et de « mauvais » aliments, mais on peut en revanche parler d'aliments à consommer « la plupart du temps » et d'aliments à consommer « de temps en temps ». Les aliments et les boissons à faible valeur nutritive (c'est-à-dire ceux qui contiennent des taux élevés de sucre, d'édulcorant, de matière grasse, de sel et de caféine) peuvent faire partie d'un comportement sain sur le plan alimentaire et peuvent apporter du plaisir lorsqu'ils sont consommés dans des quantités modérées (c'est-à-dire de temps en temps). Mais quand les aliments et les boissons à faible valeur nutritive sont quotidiennement à la disposition des élèves et du personnel des écoles et qu'on en fait quotidiennement la promotion, il devient de plus en plus difficile de faire preuve de modération.

Les activités de collecte de fonds dans les écoles apportent des contributions utiles sur le plan des programmes et des possibilités offertes aux élèves. Ces activités de collecte de fonds peuvent elles aussi contribuer à renforcer la santé aussi bien des élèves que de la communauté, en faisant appel à la vente d'aliments et de boissons bons pour la santé ou d'articles non alimentaires. Bon nombre d'écoles de la Nouvelle-Écosse ont déjà montré qu'elles sont capables de rassembler des fonds et de faire la promotion de la santé tout à la fois.

La Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse fait partie du programme de promotion de la santé dans les écoles, de *Healthy Eating Nova Scotia* et de *Vie et apprentissage II : Bâtir des avenir meilleurs ensemble* et constitue un investissement important dans les enfants et les jeunes. Le programme de promotion de la santé dans les écoles est une approche faisant intervenir un vaste éventail de programmes, d'activités et de services se déroulant dans les écoles et les communautés qui les entourent. Il améliore l'enseignement dans le domaine de la santé grâce au soutien et aux partenariats de la communauté. Il contribue également à créer des environnements positifs basés sur des programmes et des politiques clairement définis en matière de promotion de la santé. Il s'agit de mesures qui sont conçues pour évoluer au fil du temps et pour servir à renforcer la communauté scolaire en tant que milieu sain pour l'apprentissage, le jeu, le travail et la vie en général.^{34, 35} Cette approche contribue à préparer les élèves à toute une vie de bonne santé et de poursuite de leur apprentissage.

La santé dans les écoles — y compris l'alimentation — est un secteur d'investissement important pour les enfants et les jeunes.

Le document *Healthy Eating Nova Scotia*, publié en 2005, décrit un plan stratégique pour lutter contre les problèmes de santé relatifs à l'alimentation dans la province. L'un des quatre domaines prioritaires est celui des enfants et des jeunes. La priorité est de rendre les aliments bons pour la santé faciles d'accès et abordables dans les écoles (entre autres) et de développer les connaissances des parents, des enseignants et des personnes qui ont des enfants à charge concernant les aliments et la nutrition.³³

L'ensemble constitué par les documents *Vie et apprentissage II : Bâtir des avenir meilleurs ensemble* (2005), *Blueprint for Building a Better Nova Scotia* (2003), *Healthy Eating Nova Scotia* (2005), *Active Kids, Healthy Kids* (2002), *Health Promoting Schools Program* (2005) et *Nova Scotia Tobacco Strategy* (2001) illustre les engagements pris par le gouvernement de travailler, en collaboration avec les conseils scolaires, les parents, les personnes ayant des enfants à charge et les autres intervenants clés, sur des politiques et des programmes pour les enfants d'âge scolaire qui mettent l'accent sur la promotion de la santé.



Bibliographie

1. Santé Canada (1997), Guide alimentaire canadien pour manger sainement – Renseignements sur les enfants de six à douze ans à l'intention des éducateurs et des communicateurs, Travaux publics et Services gouvernementaux Canada, Ottawa (Ont.).
2. Santé Canada (1997), Pour alimenter la réflexion, Santé Canada, Ottawa (Ont.), document disponible en ligne à <www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/weights-poids/vitalit/food_thought-reflection_aliments_f.html> (consulté en avril 2006).
3. Centers for Disease Control and Prevention (1996), « Guidelines for School Health Programs to Promote Lifelong Healthy Eating », dans *Morbidity and Mortality Weekly Report* 45 (No. RR-9), Atlanta, GA, p. 1–33.
4. American Dietetic Association, Society for Nutrition Education, and American School Food Service Association (2003), « Nutrition Services: an essential component of comprehensive health programs » dans *Journal of the American Dietetic Association*, n° 103, p. 505–514.
5. Institut canadien d'information sur la santé (2004), Améliorer la santé des Canadiens, Institut canadien d'information sur la santé, Ottawa.
6. Institut canadien d'information sur la santé (2005), Améliorer la santé des jeunes canadiens, Institut canadien d'information sur la santé, Ottawa.
7. Brandeis University, Center on Hunger Poverty, and Nutrition Policy (1998), Statement on the Link Between Nutrition and Cognitive Development in Children, <www.centeronhunger.org/cognitive.html> (consulté en juin 2006).
8. RUSSELL J. (2004), Best Practices for Child Nutrition Programs: a review of the literature, programme « Pour apprendre sans faim », Fondation Canadian Living, <www.breakfastforlearning.ca/english/resources/materials/bplr_0305.pdf> (consulté en juin 2006).
9. POLLITT E. (1995), « Does breakfast make a difference in school? », dans *Journal of the American Dietetic Association*, n° 95, p. 1134–1139.
10. POWELL C.A., Walker S.P., Chang S.M. et Grantham-McGregor S.M.I. (1998), « Nutrition and education: a randomized trial of the effects of breakfast in rural primary school children », dans *American Journal of Clinical Nutrition*, n° 68, p. 873–879.
11. Minnesota Department of Children, Families and Learning (1998), School Breakfast Programs: Energizing the Classroom, Minnesota Department of Children, Families and Learning, St Paul, Minnesota.
12. Action for Healthy Kids (2005), The Learning Connection – The Value of Improving Nutrition and Physical Activity in Our Schools, <www.actionforhealthykids.org> (consulté en juin 2006).
13. SYMONS C.W. (1997), B. CINELLI, T.C. JAMES et P. GROFF, « Bridging Student Health Risks and Academic Achievement Through Comprehensive School Health Programs », dans *Journal of School Health* n° 67(6) (août), p. 220–227.
14. DWYER T., L. BLIZZARD et K. DEAN (1996), « Physical activity and performance in children », dans *Nutrition Reviews*, n° 54(4), p. S27–S31.
15. ETNIER J.L., W. SALAZAW, D.M. LANDERS, S.J. PETRUZZELLO, M. HAN et P. NOWELL (1997), « The influence of physical fitness and exercise upon cognitive functioning: a meta analysis », dans *Journal of Sport and Exercise Physiology*, n° 19(3), p. 249–77.
16. SHEPARD R.J. (1997), « Curricular physical activity and academic performance », dans *Pediatric Exercise Science*, n° 9, p. 113–126.
17. KEAYS J.J. et K.R. ALLISON (1995), « The effects of regular to moderate to vigorous physical activity on student outcomes: a review », dans *Canadian Journal of Public Health*, n° (86)1, p. 62–65.
18. CALFAS K. et W. TAYLOR (1994), « Effects of physical activity on psychological variables in adolescents » dans *Pediatric Exercise Science*, n° 6(4), p. 406–423.
19. Nation Unies / Organisation mondiale de la santé (2003), « Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation », dans WHO Technical Report Series 916.
20. COLMAN R. (2002), Cost of Chronic Disease in Nova Scotia, GPI Atlantic, Halifax.
21. TREMBLAY M.S. et J.D. WILLMS (2000), « Secular trends in the body mass index of Canadian children », dans *Canadian Medical Association Journal*, n° 163(11), p. 1429–1433.
22. GUO S.S. et W.C. CHUMLEA (1999) « Tracking of body mass index in children in relation to overweight in adulthood », dans *American Journal of Clinical Nutrition*, n° 70 (1), p. 145–85.

23. CAMPAGNA P., G. NESS, R. RASMUSSEN, J. PORTER et L. REHMAN (2002), Physical Activity Levels in Children and Youth in the Province of Nova Scotia, rapport soumis à la Commission des sports et des loisirs du gouvernement de la Nouvelle-Écosse.
24. Diabetes Care Program of Nova Scotia (2003), Diabetes in Nova Scotia: A Ten Year Perspective, Diabetes Care Program of Nova Scotia, Halifax (N.-É.).
25. Diabetes Care Program of Nova Scotia (2004), Nova Scotia Incident Cases of Diabetes Mellitus (types 1 and 2), document disponible en ligne à <www.diabetescareprogram.ns.ca/news/news10.asp>.
26. Statistique Canada (2004), Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes.
27. VEUGELERS P.J., A.L. FITZGERALD et E.J. JOHNSTON (2005), « Dietary intake and risk factors for poor diet quality among children in Nova Scotia », dans Canadian Journal of Public Health, n° (96)3, p. 212–216.
28. VEUGELERS P.J. et A.L. FITZGERALD (2005b), « Prevalence and risk factors for childhood overweight and obesity », dans Canadian Journal of Public Health, n° 173(6), p. 607–613.
29. Programme « Apprendre sans faim » (2004), document disponible en ligne à <www.breakfastforlearning.ca/francais/index.html> (consulté en juin 2006).
30. RAMPERSAUD G.C. et al. (2005), « Breakfast Habits, Nutritional Status, Body Weight and Academic Performance in Children and Adolescents », dans Journal of the American Dietetic Association, n° 105, p. 743–760.
31. Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail (2002), « Bien s'alimenter au travail », document disponible en ligne à <www.cchst.ca/reponsesst/psychosocial/healthyeating.html> (consulté en juin 2006).
32. County of Lambton Community Health Services Department (2004), Wellness Works: A Guide to Healthy Living at Work, County of Lambton Community Health Services, Lambton (Ont.).
33. Healthy Eating Nova Scotia (2005), Healthy Eating Action Group of the Nova Scotia Alliance for Healthy Eating and Physical Activity, Halifax (N.-É.).
34. Association canadienne pour la santé, l'éducation physique, le loisir et la danse (2005), « Pleins feux sur la santé de qualité dans les écoles », document disponible en ligne à <www.cahperd.ca/fra/sante/pleins_feux.cfm> (consulté en juin 2006).
35. Nations Unies / Organisation mondiale de la santé (2005), « School and Youth Health: What is a Health Promoting School », document disponible en ligne à <www.who.int/school_youth_health/gshi/hps/en/index.html> (consulté en juin 2006).
36. NESTLE M. (2002), Food Politics: How the Food Industry Influences Nutrition and Health, University of California Press.
37. Réseau éducation-médias (2003), « Les enjeux particuliers pour les jeunes enfants – Les préoccupations liées au développement », document disponible en ligne, <www.media-awareness.ca/francais/parents/marketing/enjeux_enfants_marketing.cfm> (consulté en juin 2006).
38. Réseau éducation-médias (2003), « Comment les spécialistes du marketing ciblent les enfants », document disponible en ligne à <www.media-awareness.ca/francais/parents/marketing/cible_enfants.cfm> (consulté en juin 2006).
39. SATTER E.M. (2000), Child of Mine: Feeding With Love and Good Sense, Bull Publishing, Palo Alto, CA.
40. YOUNG L.R. et M. NESTLE (2002), « The contribution of expanding portion sizes to the US obesity epidemic », dans American Journal of Public Health, n° (92), p. 246–249.
41. Société ontarienne des professionnel(le)s de nutrition en santé publique (2004), « Créer un milieu scolaire favorable à la saine nutrition », comité directeur du groupe de travail sur l'alimentation dans les écoles, Société ontarienne des professionnel(le)s de nutrition en santé publique.
42. CONKLIN M.T., L.G. LAMBERT et J.B. ANDERSON (2002), « How long does it take students to eat lunch? A summary of three studies », dans The Journal of Child Nutrition & Management, n° 1 (printemps), document disponible en ligne à <www.asfsa.org/childnutrition/jcnm/02spring/conklin> (consulté en juin 2006).
43. National Academies of Sciences, Food and Nutrition Board, Institute of Medicine (2004), Dietary Reference Intakes for Water, Potassium, Sodium, Chloride and Sulfate, National Academies Press, Washington, DC.



Composition du groupe de travail sur la Politique en matière d'alimentation et de nutrition pour les écoles publiques de la Nouvelle-Écosse

Michelle AMERO
Ministère de la Promotion et de la Protection de la santé de la Nouvelle-Écosse

Ann BLACKWOOD
Ministère de l'Éducation

Ismay BLIGH
Annapolis Valley Health Promoting Schools Project

George CARMICHAEL
Ministère de l'Agriculture

Sandi CARMICHAEL
Annapolis Valley Regional School Board

Cathy CARREAU
Halifax Regional School Board

Sharon COSTEY
Cumberland County School Food Project

Bill CURRY
Tri-County Regional School Board

Louise D'ENTREMONT
Fédération des parents acadiens de la Nouvelle-Écosse

Kevin GALLANT
Conseil scolaire acadien provincial

Paul LONG
Strait Regional School Board

Jeff LYNDS
Chignecto-Central Regional School Board

Debbie MADORE
Cape Breton-Victoria Regional School Board

Bev MULLIN
Nova Scotia Federation of Home and School Associations

Michelle MURTON
Ministère de la Promotion et de la Protection de la santé de la Nouvelle-Écosse

David PATRICK
South Shore Regional School Board

Dianne RAOUL
Syndicat des enseignants de la Nouvelle-Écosse

Bernadette REID
Association des conseils scolaires de la Nouvelle-Écosse

Gary SCOTT
Ministère de l'Agriculture

