La Commission scolaire de langue française
CSLF
de l'Île-du-Prince-Édouard

Politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire



Le présent document vise à aider les directions scolaires à mettre en œuvre la politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire (GÉN-310) en fournissant des réponses à certaines questions fréquemment posées.

FOIRE AUX QUESTIONS POUR LES DIRECTIONS SCOLAIRES

Comment savoir quels aliments et quelles boissons peuvent être servis ou vendus à l'école?

- Tous les renseignements sur les aliments et les boissons à offrir à l'école se trouvent dans le document **« Normes relatives aux aliments et aux boissons. »**
- Les articles qui se trouvent sur les listes des aliments et des boissons à offrir **peuvent être servis ou vendus** en tout temps.
- Les articles figurant sur la liste des aliments à limiter **peuvent SEULEMENT être servis ou vendus lors d'activités exemptées.**
- Les boissons à ne pas offrir **ne peuvent en aucun cas être servies ni vendues** à l'école.
- Vous trouverez des renseignements supplémentaires sur comment déterminer la catégorie d'un aliment qui ne se trouve sur aucune liste dans le document intitulé **« Normes relatives aux aliments et aux boissons. »**

Les aliments apportés de la maison doivent-ils respecter les normes relatives aux aliments et aux boissons?

- **Non.** On peut encourager les élèves et leurs familles à choisir des aliments nourrissants qui donnent l'énergie nécessaire pour apprendre et participer mais le choix des aliments apportés de la maison leur revient.
- **On ne doit jamais évaluer les aliments apportés de la maison** à partir des normes relatives aux aliments et aux boissons.
- Les **boissons énergisantes et les concentrés énergisants** constituent l'exception.
  - Ces produits demeurent interdits sur la propriété de l'école et ne peuvent pas être apportés à l'école dans aucune situation.

Les écoles doivent-elles respecter les normes relatives aux aliments et aux boissons pendant les sorties scolaires ou les activités parascolaires?

- Seules **les activités qui ont lieu à l'école, pendant les heures normales de classe,** doivent respecter les normes relatives aux aliments et aux boissons.
- On encourage les écoles à offrir des choix nutritifs lors d'activités qui se déroulent à l'extérieur de l'école ou en dehors des heures de classe. Mais, les écoles ne sont pas tenues de respecter les normes relatives aux aliments et aux boissons à l'extérieur de l'école ou en dehors des heures de classes.

Politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire

FOIRE AUX QUESTIONS POUR LES DIRECTIONS SCOLAIRES

Les écoles pourront tenir jusqu'à 12 journées de célébration par année scolaire pendant lesquelles des aliments à limiter peuvent être offerts aux élèves. Comment les écoles peuvent-elles respecter cette limite lorsque certaines activités concernent toute l'école et d'autres se déroulent en classe?

Comme les journées de célébration comprennent à la fois des activités à l'échelle de l'école et des activités en classe, planifier à l'avance vous aidera à respecter la limite. Voici quelques suggestions.

- **Commencez par faire la liste des activités habituelles ou traditionnelles** à l'échelle de l'école pendant lesquelles on sert habituellement des aliments à limiter. Par exemple : carnaval d'hiver, semaine de l'esprit scolaire, célébrations de fin d'année, etc. **Note :** N'oubliez pas que les journées de célébration sont des activités spéciales qui ont lieu à l'école pendant la journée scolaire. Elles ne comprennent pas les sorties scolaires, les activités qui ont lieu après les heures de classe ni les collectes de fonds.
- **Ajoutez à votre liste toute nouvelle activité que votre école aimerait organiser cette année.** Pensez à inclure le comité de parents dans cette discussion pour voir si le comité planifie également des activités pour les élèves qui comprennent de la nourriture.
- Ensuite, **déterminez combien d'activités il reste et décidez comment les utiliser.**
  - **Pour le niveau élémentaire,** il pourrait s'agir du nombre d'activités attribuées aux titulaires de classe afin qu'ils puissent planifier des activités pour leur propre classe.
  - **Pour les niveaux intermédiaire et secondaire,** envisagez d'attribuer les activités restantes à d'autres groupes qui planifient des activités à l'échelle de l'école, comme le conseil des élèves ou les cours de leadership et d'exploration.
- **Prévoyez une certaine marge de manœuvre** pour les activités imprévues qui surviennent pendant l'année en planifiant à l'avance que 8 à 10 activités.

N'oubliez pas de communiquer votre plan au personnel afin que tout le monde en soit informé ☺



Politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire

FOIRE AUX QUESTIONS POUR LES DIRECTIONS SCOLAIRES

Quelle incidence la politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire (GÉN-310) a-t-elle sur les collectes de fonds?

- Les normes relatives aux aliments et aux boissons s'appliquent aux collectes de fonds qui vendent des aliments aux élèves pendant la journée scolaire.
- Les normes ne s'appliquent pas aux collectes de fonds qui vendent des articles dans la communauté ni à celles qui ont lieu en dehors des heures normales de classe.
- Une fois la politique entièrement mise en œuvre, les aliments à limiter pourront être vendus aux élèves à l'école au maximum 12 fois par année scolaire.
- Cette mesure sera mise en place progressivement afin de donner aux écoles le temps de planifier :
  - **2026-2027 - première année de mise en œuvre :** les collectes de fonds peuvent se poursuivre comme à l'habitude, mais les écoles devront compter et suivre celles qui vendent des aliments à limiter aux élèves et planifier les changements nécessaires.
  - **2027-2028 - deuxième année de mise en œuvre :** les écoles pourront vendre des aliments à limiter aux élèves au maximum 24 fois pendant l'année scolaire.
  - **2028-2029 - troisième année de mise en œuvre et années suivantes :** les écoles pourront vendre des aliments à limiter aux élèves au maximum 12 fois pendant année scolaire.
- Les repas qui servent à amasser des fonds ne sont pas considérés comme des collectes de fonds. Ces repas sont comptabilisés dans le repas par semaine où il est permis de servir des aliments à limiter. Par exemple : une journée pizza ou un souper spaghetti où une partie des profits est versée à l'école ou au comité de parents.

La politique limite l'accès des élèves aux aliments hautement transformés à l'école. Quelles sont les préoccupations liées aux aliments hautement transformés?

Une consommation excessive d'aliments hautement transformés peut avoir des effets négatifs sur la santé. Voici certaines préoccupations liées à ces aliments :

- Les aliments hautement transformés **sont plus riches en gras saturés, en sucre et en sodium**. Le Guide alimentaire canadien recommande de limiter ces nutriments préoccupants.
- Ces aliments sont faciles à aimer et **TRÈS faciles à surconsommer.** Une consommation excessive augmente le risque de maladies chroniques, notamment les maladies du cœur, le diabète de type 2, la dépression et l'anxiété.
- Ils remplacent des choix alimentaires plus riches en nutriments. Avec le temps, **cela peut entraîner des carences nutritionnelles.**
- Ils ont toujours le même goût. Cela peut mener au **rejet d'aliments entiers plus nutritifs**, comme les légumes et les fruits, dont le goût et la texture peuvent varier.

- Ils **contribuent à la perte des compétences alimentaires et des connaissances en alimentation.** Les compétences alimentaires font référence à la préparation de repas sécuritaires, nutritifs et culturellement acceptables. Le recours aux aliments emballés hautement transformés réduit notre lien avec la façon dont les aliments sont cultivés, produits et préparés.
- Une consommation accrue d'aliments hautement transformés est associée à **une diminution de la capacité du système immunitaire de se défendre contre les infections et la maladie.** Cela peut donc entraîner davantage de maladies et d'absentéisme.

Pourquoi faut-il éviter d'utiliser la nourriture comme récompense ou incitatif?

Il y a plusieurs raisons d'éviter l'utilisation la nourriture comme récompense ou incitatif, notamment les suivantes :

- Le fait de **recevoir de la nourriture ne devrait pas dépendre d'actions, de comportements ou de réalisations.**
- Les **aliments utilisés comme récompenses sont généralement riches en sucre, en sodium ou en gras saturés**. Par exemple : pizza à emporter, crème glacée, bonbons, etc. Le fait d'utiliser ces aliments comme récompenses ou incitatifs rehausse leur statut et les rend encore plus attrayants pour les élèves.
- Les **élèves ayant des restrictions alimentaires sont souvent exclus.**
- **Cela peut entraîner une relation malsaine avec la nourriture et des comportements alimentaires désordonnés**, puisque les élèves apprennent à associer l'alimentation aux émotions ou aux signaux sociaux plutôt qu'à la faim. Cela transmet aussi le faux message que certains aliments doivent être mérités.

Pourquoi peut-on offrir du lait au chocolat à l'école, mais pas d'autres boissons sucrées?

- Le lait blanc contient un sucre naturel appelé lactose. Le lait au chocolat contient du lactose ainsi qu'environ 12 grammes (3 c. à thé) de sucre ajouté par tasse (250 ml). **C'est environ la moitié de la quantité de sucre ajouté que l'on trouve dans une boisson gazeuse.**
- Le **lait blanc et le lait au chocolat fournissent tous deux des nutriments importants, notamment du calcium et de la vitamine D.** Les enfants et les adolescents n'obtiennent souvent pas assez de calcium et de vitamine D, ce qui les expose à des problèmes de santé futurs.
- Des études ont montré que lorsque le lait au chocolat est retiré des écoles, les élèves qui en buvaient sont plus susceptibles de ne plus boire de lait du tout plutôt que de choisir du lait blanc. Cela soulève des préoccupations quant à leur apport en calcium et en vitamine D.
- Après avoir considéré les avantages et les inconvénients, **il y a plus d'avantages à permettre le lait au chocolat à l'école qu'à le limiter.**

Politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire

FOIRE AUX QUESTIONS POUR LES DIRECTIONS SCOLAIRES

Quels sont les risques des boissons énergisantes pour les enfants et les adolescents?

- Les **boissons énergisantes contiennent de grandes quantités de caféine**, ainsi que des additifs à base de plantes et du sucre ou des substituts du sucre. Une seule boisson énergisante dépasse la quantité de caféine considérée comme sécuritaire pour les enfants et les adolescents.
- **Une trop grande quantité de caféine peut perturber le sommeil, augmenter la fréquence cardiaque et la tension artérielle, et causer de l'anxiété, des problèmes digestifs et de la déshydratation.**
- **Les effets des boissons énergisantes sont particulièrement dangereux lorsqu'elles sont combinées à d'autres substances, comme l'alcool ou des médicaments stimulants utilisés pour traiter le TDAH.**
- Les boissons énergisantes sont facilement accessibles et font l'objet d'un marketing intensif auprès des jeunes, ce qui peut entraîner la consommation de plusieurs boissons au cours d'une même journée. Cela augmente considérablement les risques pour la santé.

Où puis-je trouver de l'information sur les formations approuvées* en salubrité alimentaire?

Le ministère de la Santé et du Mieux-être de l'Île-du-Prince-Édouard tient une liste des cours de formation approuvés en salubrité alimentaire sur son site web : https://www.princeedwardisland.ca/en/information/health-and-wellness/approved-food-safety-training-programs

***** La liste des formations est en anglais mais dans certains cas, les formations sont également disponibles en français, comme la formation offerte par TrainCan Inc., par le Conseil canadien du commerce du détail, etc.

Où puis-je trouver plus d'information sur la gestion des allergies alimentaires dans les écoles?

Le manuel d'information de l'Île-du-Prince-Édouard sur l'anaphylaxie est disponible en français et en anglais :

Version française :
https://www.princeedwardisland.ca/fr/publication/information-concernant-lanaphylaxie

Version anglaise :
https://www.princeedwardisland.ca/en/publication/information-handbook-on-anaphylaxis

Allergies Alimentaires Canada offre de la formation et des ressources destinées expressément aux écoles, ainsi que de l'information générale sur les allergies alimentaires : https://allergiesalimentairescanada.ca/

Politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire

FOIRE AUX QUESTIONS POUR LES DIRECTIONS SCOLAIRES

Existe-t-il des moyens de réduire le temps administratif nécessaire à la mise en œuvre de la politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire (GÉN-310)?

La mise en œuvre de la politique nécessitera un certain travail au départ, mais elle deviendra plus routinière avec le temps. Voici quelques conseils pour faciliter la transition :

- **Planifiez à l'avance.** Au début de l'année scolaire, établissez un plan pour les activités exemptées pendant lesquelles des aliments à limiter seront offerts aux élèves, par exemple les journées pizza, les journées de célébration et les collectes de fonds.
- **Prévoyez une certaine marge de manœuvre** dans ce plan afin de tenir compte des activités imprévues qui peuvent survenir pendant l'année.
- **Communiquez la politique au personnel et aux bénévoles.** Lorsque tout le monde comprend bien la politique, il est plus facile de la respecter.
- **Déléguez des tâches au personnel ou aux bénévoles.** Par exemple, un bénévole du programme de déjeuner peut communiquer les normes relatives aux aliments et aux boissons aux donateurs du programme; le comité de parents peut planifier et prendre en charge les normes en lien avec les collectes de fonds; et un petit groupe d'enseignant.es peut planifier et prendre en charge les normes en lien avec les journées de célébration.
- **Sachez quels fournisseurs de services alimentaires nécessitent votre supervision et lesquels n'en ont pas besoin.** Par exemple, les aliments fournis par le Programme d'alimentation scolaire de l'Î.-P.-É. sont déjà conformes aux normes relatives aux aliments et aux boissons. Aucun travail supplémentaire n'est requis de votre part dans ce cas, de même qu'avec les fournisseurs de services alimentaires qui ne fournissent des aliments que pour des activités exemptées des normes relatives aux aliments et aux boissons.
- **Accordez la priorité à la conformité des autres fournisseurs externes** pour le suivi des normes relatives aux aliments et aux boissons. Par exemple : exploitants externes de cafétéria, fournisseurs de distributrices, etc.



Si vous avez des questions sur la mise en œuvre de la politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire (GÉN-310), n'hésitez pas à communiquer directement avec le bureau de la CSLF au **902-854-2975** ou par courriel à l'adresse **cslf@edu.pe.ca**