



NOUVELLES NORMES D'ALIMENTATION POUR LES ÉCOLES ONTARIENNES

SEPTEMBRE 2011

Depuis l'entrée en vigueur des nouvelles normes d'alimentation le 1^{er} septembre 2011, toutes les écoles financées par les fonds publics ont adopté une approche plus saine concernant la vente des repas de midi, des collations et des boissons.

La politique sur les aliments et les boissons s'applique aux produits vendus dans les écoles, quel que soit :

- le point de vente (cafétéria, distributeur automatique, kiosque à confiseries);
- le programme (programme de repas préparés);
- l'occasion (vente de pâtisseries maison, événement sportif).

Qu'impliquent ces normes d'alimentation?

Les normes d'alimentation reprennent les principes de l'alimentation saine énoncés dans le *Guide alimentaire canadien*. Ces normes classent les aliments et les boissons en trois catégories :

- ✓ **Les plus sains (vendre le plus)** – Ces produits sont les choix les plus sains. Ils contiennent généralement un pourcentage plus élevé d'éléments nutritifs essentiels et moins de gras, de sucre ou de sodium. Ils doivent constituer au moins 80 % de tous les aliments en vente. Par exemple, sur dix produits vendus à la cafétéria, au moins huit doivent faire partie de la catégorie « vendre le plus ».
- ✓ **Sains (vendre moins)** – Par rapport aux produits « vendre le plus », ces produits contiennent légèrement plus de gras, de sucre ou de sodium. Ils ne peuvent représenter plus de 20 % de tous les produits alimentaires proposés.
- ✗ **Non permis** – Ces produits contiennent habituellement peu ou pas d'éléments nutritifs essentiels ou ont une teneur élevée en gras, en sucre ou en sodium (p. ex. aliments frits, confiseries). Les aliments et les boissons qui entrent dans cette catégorie ne peuvent pas être vendus dans les écoles.

L'adoption de ces normes peut s'avérer simple et sans heurts. En effet, un menu de cafétéria typique peut ressembler beaucoup à celui en place avant l'introduction des normes. Par exemple, un hamburger préparé avec du bœuf haché extra maigre et servi dans un pain à grains entiers avec de la laitue et une tranche de tomate fraîches serait considéré un produit « vendre le plus ». Toutefois, sa vente serait « non permise » s'il est préparé avec de la viande hachée ordinaire servie dans un pain blanc avec du fromage fondu.

Exceptions aux normes

Les normes ne s'appliquent pas aux aliments ni aux boissons qui sont :

- apportés de la maison ou achetés à l'extérieur de l'école et qui ne sont pas revendus à l'école;
- offerts gratuitement aux élèves dans les écoles;
- en vente durant des sorties scolaires à l'extérieur de l'école;
- vendus dans les écoles à des fins non scolaires (p. ex. mis en vente par un organisme externe qui utilise le gymnase de l'école après les heures de classe pour une activité non scolaire);
- vendus pour des levées de fonds en dehors des lieux scolaires;
- vendus dans les salles du personnel.

« Journées spéciales »

Les écoles peuvent organiser chaque année au maximum 10 journées spéciales pendant lesquelles elles ne sont pas tenues de respecter les normes. Même si ces journées offrent une plus grande souplesse, les écoles sont tout de même encouragées à ces occasions à vendre des aliments et des boissons qui respectent les normes d'alimentation, ou des produits non alimentaires.

Un milieu d'apprentissage plus sain

L'instauration de normes d'alimentation fait partie du plan du gouvernement pour créer des milieux d'apprentissage sains et améliorer le rendement des élèves et leur bien-être dans les écoles de l'Ontario. La recherche a montré que les enfants qui ont un régime alimentaire sain sont plus attentifs, plus prêts à apprendre et plus susceptibles de réussir à l'école.

Pour en savoir plus

La Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles et d'autres renseignements sur la façon dont l'Ontario rend les écoles plus saines, se trouvent sur www.ontario.ca/ecolessaines.

Autres ressources

- Consultez le *Guide alimentaire canadien* pour des renseignements sur les habitudes alimentaires saines, les étiquettes nutritionnelles et d'autres sujets sur www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-fra.php.
- Consultez *Ontario, Terre nourricière* pour des renseignements sur les aliments locaux et saisonniers qu'on trouve dans la province à foodlandontario.ca.
- Découvrez des recettes santé, des informations sur la nutrition, la planification des menus et les poids santé à *Saine alimentation Ontario* sur sainealimentationontario.ca.

