

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles



Objectif : Transmettre des connaissances, des conseils et des ressources utiles au personnel enseignant et aux directions d'école pour les aider à créer un environnement alimentaire positif dans les écoles et les salles de classe.

Un environnement alimentaire positif en milieu scolaire peut favoriser la santé et le bien-être des élèves, des membres du personnel et de la communauté. Des études montrent que la promotion de la santé et du bien-être contribue à rehausser l'apprentissage, à réduire l'absentéisme et à favoriser la santé mentale. Autrement dit, les élèves en bonne santé apprennent mieux!



Pour créer un environnement alimentaire positif dans les écoles, il faut réorienter l'approche actuelle. Nous savons que les stratégies passées visant à diminuer les taux d'obésité et à inciter les élèves à choisir des aliments sains ont stigmatisé certains aliments, types de corps et individus, ce qui a nui à la relation qu'entretiennent les élèves avec la nourriture et à la façon dont ils perçoivent leur corps.

Les écoles ont un rôle important à jouer pour aider les élèves à avoir une relation saine avec la nourriture et une image corporelle positive. Dans un **environnement alimentaire positif en milieu scolaire**, la culture alimentaire et les activités reflètent des messages et des pratiques positives en matière d'alimentation. Les élèves apprennent que la nourriture peut soutenir leur bien-être physique, social et mental et contribuer à l'acquisition d'attitudes et de comportements qui peuvent durer toute la vie.

Contenu

INTRODUCTION : Environnements alimentaires positifs dans les écoles	2
RESSOURCES POUR LE PERSONNEL ENSEIGNANT	3
• Conseils pour parler des aliments en classe et pendant les repas	3
• Idées d'activités pour créer une classe et une école neutres face à l'alimentation	5
• Activités originales pour explorer les aliments à l'école	6
• Ressources supplémentaires : curriculum, enseignement et apprentissage	7
RESSOURCES POUR LES DIRECTIONS D'ÉCOLE	9
• Programmes d'alimentation en milieu scolaire : politiques, lignes directrices et aide financière	9
• Évaluation de l'environnement alimentaire actuel dans votre école	10
➤ Sondage sur l'environnement alimentaire dans les écoles ÉLÉMENTAIRES	10
➤ Sondage sur l'environnement alimentaire dans les écoles SECONDAIRES	14

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

Aidez-nous à améliorer notre trousse en répondant à un [court sondage!](#)

Vous avez des questions au sujet de la trousse ou des commentaires au sujet du sondage? Appelez la ligne Écoles saines au 519-258-2146 (poste 1555) ou écrivez à csh@wechu.org.



INTRODUCTION : Environnements alimentaires positifs dans les écoles

Qu'est-ce qu'un environnement alimentaire positif à l'école? Pourquoi est-ce important?

Dans une école ayant créé un **environnement alimentaire positif**, il est facile pour les élèves de manger sainement et de cultiver une relation positive avec la nourriture. Diverses mesures permettent de créer un tel environnement. En voici des exemples.



- Offrir et vendre des aliments nutritifs qui sont accessibles à tous les élèves.
- Offrir des incitatifs non alimentaires comme récompenses et dans le cadre des célébrations et des activités de financement.
- Explorer les aliments par le biais d'activités transversales ou d'expériences pratiques.
- Utiliser un langage « neutre » pour parler des aliments, sans qualifier ceux-ci de « bons » ou de « mauvais ».

Les connaissances sur la nutrition en milieu scolaire évoluent et la façon dont nous abordons la nutrition doit également évoluer. Ces 30 dernières années, les stratégies ont principalement visé à réduire les taux d'obésité et à inciter les élèves à choisir des aliments sains. Bien qu'elle partait d'une bonne intention, cette approche a nui à la capacité de bien des gens d'entretenir une relation positive avec la nourriture, et a mené à une hausse des conduites alimentaires désordonnées.

La neutralité alimentaire permet de créer un environnement alimentaire positif

Dans une « **approche neutre face à l'alimentation** », tous les aspects de l'alimentation (enseignement en classe, endroit et moment pour manger, aliments consommés, etc.) sont exempts de jugement, de honte, de stigmatisation ainsi que de croyances ou de préjugés personnels. Lorsque nous cessons de qualifier les aliments de « bons », de « mauvais », de « sains » ou de « malsains », nous éliminons tout jugement sur les aliments et les personnes qui les consomment. Tous les aliments sont plutôt considérés de la même façon, quelle que soit leur valeur nutritionnelle.

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

La **neutralité alimentaire** ne signifie pas que tous les aliments ont la même valeur nutritive (un petit gâteau n'a pas la même valeur nutritive qu'une pomme). Elle est toutefois essentielle pour amener les enfants à créer des relations positives avec la nourriture et à apprécier une variété d'aliments sans ressentir de culpabilité ou de honte.

Tous les aliments n'ont pas la même valeur nutritive, mais ils devraient être exempts de jugement, de honte, de stigmatisation ainsi que de croyances ou de préjugés personnels.

Instaurer un **environnement alimentaire positif** dans les écoles grâce à la **neutralité alimentaire** encourage des comportements alimentaires positifs, par exemple manger en bonne compagnie et écouter ses signaux de faim et de satiété. Cette approche respecte les aliments apportés de la maison, ainsi que les choix et les préférences de chaque personne. Ces mesures peuvent améliorer la santé mentale et le bien-être et favoriser l'établissement d'une relation positive avec la nourriture.

 Pour en savoir plus, consultez [10 façons de créer un environnement alimentaire positif à l'école](#) et [What is Food Neutrality? \(en anglais seulement\)](#)

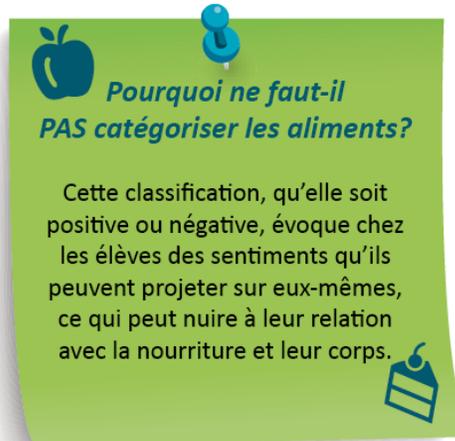
RESSOURCES POUR LE PERSONNEL ENSEIGNANT

Conseils pour parler des aliments en classe et pendant les repas

Appelez les aliments par leur nom. **ÉVITEZ** de les catégoriser.

		
	Fruit sain	Pomme
	Malbouffe	Bonbon
	Gâterie	Petit gâteau


Bon ou mauvais
Sain ou malsain
Gâterie ou malbouffe
À manger à l'occasion ou à tous les jours



 **Pourquoi ne faut-il PAS catégoriser les aliments?**

Cette classification, qu'elle soit positive ou négative, évoque chez les élèves des sentiments qu'ils peuvent projeter sur eux-mêmes, ce qui peut nuire à leur relation avec la nourriture et leur corps.

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

Ne faites PAS de commentaires sur les aliments apportés à l'école.

- Ne critiquez pas les dîners et les collations des élèves.
- Évitez de féliciter des élèves parce qu'ils ont mangé certains aliments ou essayé quelque chose de nouveau.
- Laissez les élèves suivre leurs signaux de faim et de satiété et prendre leur temps pour manger. Acceptez qu'ils mangent les aliments dans leur ordre préféré.
- Faites attention à ce que vous dites devant les élèves concernant VOS choix alimentaires et votre corps.



Pourquoi faut-il éviter de faire des commentaires concernant les dîners?

Même si l'intention peut être bonne, les élèves peuvent percevoir les commentaires positifs ou négatifs sur les aliments comme une forme de jugement ou de pression, ce qui peut nuire à leur relation avec la nourriture.

Tâchez de comprendre **POURQUOI** les enfants mangent certains aliments, par exemple :

- traditions familiales ou culturelles
- disponibilité des aliments selon la saison
- budget alimentaire et commodité
- préférences et goûts personnels
- allergies, etc.

Respectez les **RÔLES À L'HEURE DU REPAS À L'ÉCOLE** d'après la division des responsabilités d'Ellyn Satter.

ÉCOLE	→ Décide quand et où les élèves mangent et quels aliments sont donnés ou vendus.
ÉLÈVE	→ Décide s'il veut manger, de ce qu'il mangera et dans quel ordre.
PARENT ou TUTEUR	→ Décide des aliments à offrir.

Quelle est l'importance des RÔLES en matière d'alimentation?

En comprenant mieux les différents rôles en ce qui concerne l'alimentation à l'école, le personnel peut aider les élèves à se sentir en harmonie avec leur corps et leurs choix alimentaires.

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

Idées d'activités pour créer une classe et une école neutres face à l'alimentation

Rendez les FÊTES neutres face à l'alimentation.

 Activités sans aliments
Jeu en classe
Récréation plus longue
Assemblée avec invité(e) spécial(e)
Journée du décontracté ou thématique

 Le jeune élève qui fête son anniversaire pourrait :
Être le « responsable de classe » pour la journée et avoir des tâches spéciales (livrer des choses au bureau, choisir le livre de l'heure du conte, etc.).
Porter une couronne, un écusson ou un bouton spécial.
Diriger une activité artistique en classe.



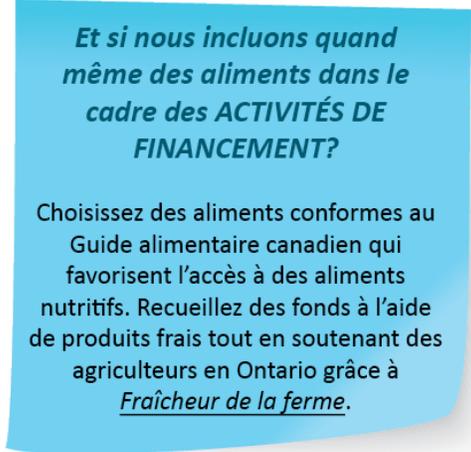
Et si nous INCLUONS quand même de la nourriture lors des célébrations?

Assurez-vous que les aliments sont conformes aux politiques du conseil scolaire (NPP 150, allergies, etc.). Si vous avez des questions, appelez la ligne Écoles saines au 519-258-2146 (poste 1555) ou écrivez à csh@wechu.org.

 Pour obtenir d'autres idées, consultez la page [Conseils pour les célébrations](#).

Organisez des **ACTIVITÉS DE FINANCEMENT** sans nourriture.

Recueillez des fonds au moyen de l'activité physique : marchathon, danse, séances de yoga, etc.	Vendez des billets pour le tirage de cartes-cadeaux (épicerie, etc.) ou de produits ou services offerts par une entreprise locale (spa, etc.).
Organisez des activités familiales et demandez un droit d'entrée minime : soirée cinéma, bingo, activité sportive, etc.	Demandez des dons de livres, d'équipement de sport et de vêtements d'occasion pour tenir une vente-débaras.



Et si nous incluons quand même des aliments dans le cadre des ACTIVITÉS DE FINANCEMENT?

Choisissez des aliments conformes au Guide alimentaire canadien qui favorisent l'accès à des aliments nutritifs. Recueillez des fonds à l'aide de produits frais tout en soutenant des agriculteurs en Ontario grâce à [Fraîcheur de la ferme](#).

 Pour obtenir d'autres conseils et idées, consultez la page [Collectes de fonds fabuleuses](#).

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

Repensez les RÉCOMPENSES.

	Voici des façons non alimentaires de souligner les bons comportements et les succès scolaires
Offrez des fournitures scolaires (crayons, effaces, signets, collants, etc.).	
Reconnaissez les réussites dans le cadre des annonces du matin, d'une assemblée ou dans les médias sociaux de l'école.	
Remettez une carte, une lettre ou un certificat.	
Donnez du temps libre ou la possibilité de choisir une activité au choix de l'élève.	
Allongez le cours d'éducation physique ou la récréation ou jouez à un jeu spécial.	

 Consultez la page [Récompenses repensées](#) pour obtenir d'autres suggestions.

Activités originales pour explorer les aliments à l'école

Reliez l'alimentation au CURRICULUM!

	Utilisez la nourriture pour faire des liens entre les matières	
Rédiger les étapes d'une recette (rédaction d'une marche à suivre).	Mesurer les ingrédients d'une recette (mesures, volumes et fractions).	
Lire une recette (compétences en lecture).	Faire pousser des aliments dans le cadre d'un projet scientifique (sciences).	
Faire un sondage sur le fruit favori des élèves (création de graphiques en mathématiques).	Faire une recherche sur l'importance des aliments dans différentes cultures (études sociales).	

 Pour obtenir plus d'idées, consultez [Ressources : enfants et jeunes](#).

Amusez-vous en CUISINANT!

	La cuisine donne aux élèves la possibilité :	
d'essayer de nouveaux aliments.	de travailler en collaboration.	
d'acquérir des aptitudes pour la préparation de repas.	de prendre plaisir à cuisiner et à manger.	

 Envisagez d'offrir le programme de cuisine [C'est toi le chef \(en anglais seulement\)](#) dans votre école. Vous trouverez dans la section [Subventions et aide financière](#) des sources de financement pour vous permettre d'offrir des programmes de la sorte.



Le programme
C'est toi le chef vous
intéresse?

N'hésitez pas à vous renseigner sur ce programme et à vous inscrire au prochain groupe. Appelez la ligne Écoles saines au 519-258-2146 (poste 1555) ou écrivez à csh@wechu.org.

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

Autres façons de TISSER DES LIENS POSITIFS et d'offrir des expériences alimentaires positives

- Aidez les élèves à explorer les aliments d'après la couleur, la texture, la forme, l'odeur et le goût (l'exploration du goût doit se faire sans pression!).
- Créez un [jardin scolaire](#) ou un [jardin en salle de classe](#).
- Explorez les aliments traditionnels des différents groupes culturels présents dans votre communauté.
- Rendez l'environnement alimentaire agréable en éteignant les cellulaires, la télé et les autres écrans.
- Trouvez des occasions de manger avec les élèves.
- Encouragez les liens et l'appartenance à l'aide d'activités qui réunissent les élèves, le personnel et les familles.



Qu'en est-il des BOISSONS en salle de classe?

Aidez les élèves à s'hydrater tout au long de la journée. Encouragez-les à apporter une bouteille d'eau réutilisable et à la garder sur leur pupitre.

🍏 Pour obtenir d'autres idées, consultez les ressources suivantes : [Mealtime Conversation Starters - An Activity for Educators and Families \(en anglais seulement\)](#), [Une saine alimentation à l'école](#) et [Guide alimentaire canadien \(2019\)](#).

Ressources supplémentaires : curriculum, enseignement et apprentissage

Leçons et activités

Les ressources qui suivent aideront le personnel enseignant à comprendre les enjeux liés à la nutrition et à créer des plans de leçons exhaustifs pour aborder le contenu du curriculum portant sur la nutrition.

ANNÉE	RESSOURCE	DESCRIPTION
M-12 ^e	Santé mentale et préjugés liés au poids à l'école	Ressource qui aide le personnel enseignant à mieux comprendre les préjugés liés au poids et qui propose des moyens de promouvoir la positivité corporelle auprès des élèves.
M-8 ^e	Teaching and Talking about Food and Nutrition (en anglais seulement)	Ressource qui propose au personnel enseignant de nouvelles façons d'aborder l'alimentation et la nutrition.
M-8 ^e	Teach Food First (en anglais seulement) Vidéo : en français	Trousse qui propose des conseils, des ressources et des plans de cours pour explorer le <i>Guide alimentaire canadien</i> . Comporte également des plans de cours sur l'alimentation conçus pour les Premières Nations et une vidéo en français.

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

M-12 ^e	<u>Favoriser une saine alimentation dans les écoles élémentaires et les écoles secondaires</u>	Conseils pour aider les élèves à avoir une relation saine avec la nourriture et leur corps.
M-12 ^e	<p>Page <u>Alimentation et nutrition (Bureau de santé de Windsor-comté d'Essex)</u></p> <p> Cliquez sur l'icône de l'oreille dans le coin droit supérieur de la page pour obtenir une traduction dans d'autres langues.</p>	Information et ressources conçues pour promouvoir la littératie alimentaire et une image corporelle positive auprès du personnel enseignant, des parents, des tuteurs et des élèves.

Ressources pour les familles

<u>Banque alimentaire à Windsor et dans le comté d'Essex</u>	Services alimentaires d'urgence
<u>Une saine alimentation à l'école et Dîner d'école dont vos enfants raffolent</u>	Conseils pour les familles sur la préparation de la boîte à lunch.
<u>Mealtime Conversation Starters - An Activity for Educators and Families (en anglais seulement)</u>	Sujets de conversation pour améliorer l'expérience pendant les repas.

Vous voulez découvrir LES PLUS RÉCENTES ressources et recommandations? Inscrivez-vous à notre infolettre Écoles saines pour recevoir chaque mois des conseils et renseignements sur la nutrition et d'autres programmes scolaires. Pour en savoir plus, appelez la ligne Écoles saines au 519-258-2146 (poste 1555) ou écrivez à csh@wechu.org.



TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

RESSOURCES POUR LES DIRECTIONS D'ÉCOLE

Programmes d'alimentation en milieu scolaire : politiques, lignes directrices et aide financière

Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles (NPP 150)

- La [Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles](#) exige que l'ensemble des boissons et des aliments vendus dans les écoles élémentaires et secondaires financées par la province respectent certaines normes en matière de nutrition. Pour obtenir la liste des fournisseurs autorisés, communiquez avec votre conseil scolaire.

Programme d'alimentation saine pour les élèves : lignes directrices sur la nutrition

- Les [lignes directrices sur la nutrition du Programme d'alimentation saine pour les élèves](#) permettent de veiller à ce que les boissons et les aliments offerts dans les écoles dans le cadre de ce programme répondent aux normes établies.

🍏 *Vous avez des questions? Demandez de consulter un membre de l'équipe de nutrition du Bureau de santé de Windsor-comté d'Essex. Communiquez avec le programme Écoles saines au 519-258-2146 (poste 1555) ou à csh@wechu.org.*

Subventions et aide financière

Les écoles à la recherche d'une aide financière complémentaire peuvent envisager de nombreuses possibilités pour soutenir leurs programmes et initiatives en matière de nutrition :

Programme d'alimentation saine pour les élèves en Ontario – Sud-Ouest	Financement et soutien de programmes d'alimentation saine pour les élèves dans la région du Sud-Ouest de l'Ontario (en anglais seulement).
Financement de la Fondation TD des amis de l'environnement	Financement de programmes d'éducation environnementale (écologisation des cours d'école, jardins communautaires, etc.). On accepte les demandes à longueur d'année.
Enfants FORTmidables à l'école – Choix du Président	Financement et soutien pour aider le personnel enseignant à apprendre aux enfants à cultiver et à cuisiner des aliments. Accès à des fonds pour l'achat d'équipement.
Whole Kids Foundation	Diverses subventions pour favoriser l'alimentation saine des enfants (programmes pour les jardins, les abeilles, les fermes à l'école, etc.).
Dons communautaires de Walmart	Financement de programmes visant à bâtir et à soutenir les communautés (lutte contre la faim, insécurité alimentaire, accès à la nourriture, saine alimentation, construction de communautés fortes, etc.).

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

Évaluation de l'environnement alimentaire actuel dans votre école

Voici un sondage qui vous aidera à évaluer et à améliorer l'environnement alimentaire dans votre école.

Sondage sur l'environnement alimentaire dans les écoles ÉLÉMENTAIRES

- 🍏 Lisez chaque question, puis encerclez votre réponse.
- 🍏 **Si vous ne répondez PAS « OUI » à une question, consultez les ressources connexes et remplissez le plan d'action.** Vous pouvez aussi communiquer avec l'infirmier ou l'infirmière de la santé publique affectée à votre école pour lui poser des questions ou obtenir des suggestions de façons d'améliorer l'environnement alimentaire. Vous pouvez également vous adresser au personnel du programme Écoles saines au 519-258-2146 (poste 1555) ou à csh@wechu.org.

ENVIRONNEMENT ALIMENTAIRE ET ACCÈS AUX ALIMENTS À L'ÉCOLE					
1	On offre des espaces confortables où prendre les repas et les collations. Décrire :	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
2	Le personnel et les élèves ont assez de temps pour manger.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
3	Les espaces repas sont sans écrans.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
4	Le personnel mange avec les élèves pour favoriser les liens et donner l'exemple de pratiques alimentaires positives.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
5	Durant les pauses nutrition, on encourage les élèves à écouter leurs signaux de faim pour décider s'ils veulent manger, en quelle quantité et dans quel ordre manger les aliments apportés de la maison.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
6	On encourage les élèves à boire de l'eau et à garder une bouteille d'eau avec eux en classe.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
7	On tient compte des besoins culturels dans le choix des boissons et des aliments fournis par l'école. Décrire :	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

ACTIVITÉS DE PROMOTION ET LANGAGE

1	On parle de l'alimentation d'une façon neutre (les aliments sont appelés par leur nom et ne sont pas catégorisés comme bons/mauvais ou sains/malsains, etc.).	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
2	Les surveillants à l'heure du dîner ont reçu une formation sur le langage neutre face à l'alimentation et leur rôle de supervision.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
3	On encourage le recours aux récompenses non alimentaires pour souligner les bons comportements, les réussites scolaires et sportives ou d'autres activités et fêtes. Décrire :	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
4	On vend autre chose que de la nourriture pour recueillir des fonds. Décrire :	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
5	On ne présente que des images d'aliments qui sont nutritifs et conformes au <i>Guide alimentaire canadien</i> .	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
6	On fait la promotion de la diversité corporelle (c'est-à-dire différents types de corps) dans les images utilisées dans l'école.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas

ACTIVITÉS DE PROMOTION ET LANGAGE

RESSOURCES CONNEXES

- [Conseils pour parler des aliments en classe et à l'heure des repas](#)
- [Conseils pour les célébrations](#), [Récompenses repensées](#) et [Collectes de fonds fabuleuses](#)

PLAN D'ACTION

1. **Que voulez-vous réaliser et dans quel délai?** (*Il faut être précis, mais réaliste.*)
2. **Comment saurez-vous que vous avez atteint l'objectif?** (*Exemples : changements dans les comportements, programme en place.*)
3. **Quelles personnes sont mobilisées et quel est leur rôle?** (*Exemples : direction, personnel enseignant, élèves.*)

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

POLITIQUES ET PROGRAMMES SCOLAIRES ET AIDE FINANCIÈRE

1	Notre politique sur l'alimentation et la nutrition est affichée à un endroit visible dans l'école.	Oui	Non	Je ne sais pas
2	Notre politique sur l'alimentation et la nutrition est communiquée aux membres de la communauté scolaire. Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas
3	On participe au programme d'alimentation saine pour les élèves. Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas
4	Outre le programme d'alimentation saine pour les élèves, on bénéficie d'un soutien alimentaire supplémentaire de la communauté (subventions et dons). Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas
5	On offre aux élèves la possibilité d'explorer des aliments (préparation, cuisine, jardinage, compostage de déchets alimentaires, etc.). Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas
6	On a mis en place des politiques ou des stratégies pour contrer l'intimidation liée à l'alimentation et à la masse corporelle. Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas

POLITIQUES ET PROGRAMMES SCOLAIRES ET AIDE FINANCIÈRE

RESSOURCES CONNEXES

- [Politiques, lignes directrices et aide financière en matière d'alimentation en milieu scolaire](#)
- [Programme C'est toi le chef](#) (en anglais seulement)
- Créez [un jardin scolaire](#) ou [un jardin en salle de classe](#)

PLAN D'ACTION

1. **Que voulez-vous réaliser et dans quel délai?** (*Il faut être précis, mais réaliste.*)
2. **Comment saurez-vous que vous avez atteint l'objectif?** (*Exemples : changements dans les comportements, programme en place.*)
3. **Quelles personnes sont mobilisées et quel est leur rôle?** (*Exemples : direction, personnel enseignant, élèves.*)

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

Sondage sur l'environnement alimentaire dans les écoles SECONDAIRES

- 🍏 Lisez chaque question, puis encerclez votre réponse.
- 🍏 **Si vous ne répondez PAS « OUI » à une question, consultez les ressources connexes et remplissez le plan d'action.** Vous pouvez aussi communiquer avec l'infirmier ou l'infirmière de la santé publique affectée à votre école pour lui poser des questions ou obtenir des suggestions de façons d'améliorer l'environnement alimentaire. Vous pouvez également vous adresser au personnel du programme Écoles saines au 519-258-2146 (poste 1555) ou à csh@wechu.org.

ENVIRONNEMENT ALIMENTAIRE ET ACCÈS AUX ALIMENTS À L'ÉCOLE				
1	On offre des espaces propres et confortables où prendre les repas et les collations. Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas
2	Il y a assez de tables et de sièges pour la prise des repas des élèves.	Oui	Non	Je ne sais pas
3	Les espaces repas sont des zones sans écran (il n'y a pas de télévision).	Oui	Non	Je ne sais pas
4	Il y a assez de poubelles et de bacs à recyclage dans l'école.	Oui	Non	Je ne sais pas
5	On offre l'accès à des aliments nutritifs représentatifs du <i>Guide alimentaire canadien</i> à différents endroits dans l'école. Cochez toutes les réponses applicables. <input type="radio"/> Cafétéria <input type="radio"/> Distributrices automatiques <input type="radio"/> Comptoir à provisions <input type="radio"/> Bacs à collations du programme d'alimentation saine pour les élèves <input type="radio"/> Autre	Oui	Non	Je ne sais pas
6	On tient compte des besoins culturels dans le choix des boissons et des aliments. Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas
7	Les élèves participent au choix des boissons et des aliments offerts.	Oui	Non	Je ne sais pas

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

ENVIRONNEMENT ALIMENTAIRE ET ACCÈS AUX ALIMENTS

RESSOURCES CONNEXES

- [10 façons de créer un environnement alimentaire positif à l'école](#)
- [Guide alimentaire canadien \(2019\)](#)
- [Mealtime Conversation Starters - An Activity for Educators and Families](#)

PLAN D'ACTION

1. **Que voulez-vous réaliser et dans quel délai?** *(Il faut être précis, mais réaliste.)*

2. **Comment saurez-vous que vous avez atteint l'objectif?** *(Exemples : changements dans les comportements, programme en place.)*

3. **Quelles personnes sont mobilisées et quel est leur rôle?** *(Exemples : direction, personnel enseignant, élèves.)*

ACTIVITÉS DE PROMOTION ET LANGAGE

1	On ne présente que des images d'aliments qui sont nutritifs et conformes au <i>Guide alimentaire canadien</i> .	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
2	On fait la promotion de la diversité corporelle (c'est-à-dire différents types de corps) dans les images utilisées dans l'ensemble de l'école.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
3	Le personnel utilise un langage neutre face à l'alimentation pour aider tous les élèves à entretenir une relation positive avec la nourriture et leur corps.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
4	On offre des récompenses non alimentaires aux élèves.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas
5	On ne vend pas de nourriture dans le cadre des activités de financement.	Oui	Non	Parfois	Je ne sais pas

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

ACTIVITÉS DE PROMOTION ET LANGAGE

RESSOURCES CONNEXES

- [Conseils pour parler des aliments en classe et à l'heure des repas](#)
[Conseils pour les célébrations](#), [Récompenses repensées](#) et [Collectes de fonds fabuleuses](#)

PLAN D'ACTION

1. **Que voulez-vous réaliser et dans quel délai?** *(Il faut être précis, mais réaliste.)*

2. **Comment saurez-vous que vous avez atteint l'objectif?** *(Exemples : changements dans les comportements, programme en place.)*

3. **Quelles personnes sont mobilisées et quel est leur rôle?** *(Exemples : direction, personnel enseignant, élèves.)*

POLITIQUES ET PROGRAMMES SCOLAIRES ET AIDE FINANCIÈRE

1	Notre politique sur l'alimentation et la nutrition est affichée à un endroit visible dans l'école.	Oui	Non	Je ne sais pas
2	Notre politique sur l'alimentation et la nutrition est communiquée aux membres de la communauté scolaire. Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas
3	On participe au programme d'alimentation saine pour les élèves. Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas
4	Outre le programme d'alimentation saine pour les élèves, on bénéficie d'un soutien alimentaire supplémentaire de la communauté (subventions et dons). Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas

TROUSSE sur la nutrition en milieu scolaire

La création d'un environnement alimentaire positif dans les écoles

5	On offre aux élèves la possibilité d'explorer des aliments (préparation, cuisine, jardinage, compostage de déchets alimentaires, etc.). Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas
6	On a mis en place des politiques ou des stratégies pour contrer l'intimidation liée à l'alimentation et à la masse corporelle. Décrire :	Oui	Non	Je ne sais pas
POLITIQUES ET PROGRAMMES SCOLAIRES ET AIDE FINANCIÈRE	<p><u>RESSOURCES CONNEXES</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Politiques, lignes directrices et aide financière en matière d'alimentation en milieu scolaire • Programme C'est toi le chef (en anglais seulement) • Créez un jardin scolaire ou un jardin en salle de classe <p><u>PLAN D'ACTION</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Que voulez-vous réaliser et dans quel délai? (<i>Il faut être précis, mais réaliste.</i>) 2. Comment saurez-vous que vous avez atteint l'objectif? (<i>Exemples : changements dans les comportements, programme en place.</i>) 3. Quelles personnes sont mobilisées et quel est leur rôle? (<i>Exemples : personnel administratif, personnel éducatif, élèves.</i>) 			