

# Participation de tous à la mise en pratique des Lignes directrices



## Introduction



Tous les membres de la communauté scolaire doivent collaborer afin de favoriser une école saine soutenant une bonne alimentation. Une saine alimentation fait partie intégrante d'un environnement scolaire sain. Les élèves peuvent suggérer d'excellentes idées pouvant être intégrées au processus de planification. Invitez-les à participer à la prise de décision afin de choisir les meilleures politiques, mesures et options d'aliments et de boissons pour leur école. Les élèves, les enseignants, les parents, les cadres scolaires et les fournisseurs de services alimentaires peuvent tous promouvoir de bonnes habitudes alimentaires à l'école, pendant les activités parascolaires et à la maison, et donner l'exemple. Tout le monde peut contribuer à la promotion d'une saine alimentation et à la mise en pratique des Lignes directrices sur la vente d'aliments et de boissons dans les écoles de la Colombie-Britannique.

Voici quelques exemples de ce que ces personnes peuvent faire :

## Élèves

- Mettez sur pied un groupe consultatif. Demandez que des mets et des boissons sains soient offerts à la cafétéria, dans les machines distributrices, au magasin de l'école et lors des activités scolaires.
- Faites entendre votre opinion. Participez à des activités telles que des dégustations de nouvelles recettes à la cafétéria pour aider à planifier les menus et des sondages sur les types d'aliments sains qui devraient être offerts dans les écoles et lors d'activités scolaires.
- Sensibilisez les gens de votre école aux répercussions du marketing de la malbouffe destiné aux élèves.
- Pour obtenir de plus amples renseignements sur les mesures à prendre et les façons de mettre en pratique les Lignes directrices, consultez les sections suivantes :
  - [Pour de meilleures ventes d'aliments nutritifs dans les écoles](#)
  - [Planification de menus santé dans les cafétérias](#)





## Parents

- Participez. Joignez-vous à un comité pour promouvoir une politique nutritionnelle saine à l'école et la mise en pratique des Lignes directrices à tous les points de vente d'aliments de l'école.
- Examinez votre école. Voyez où les élèves peuvent être exposés à du marketing de la malbouffe. Songez à des moyens que pourrait prendre l'école pour restreindre l'influence de ce marketing.
- Utilisez la Liste de vérification quand vous préparez des aliments qui seront vendus dans le cadre d'activités scolaires, comme une vente de pâtisseries. Vous pouvez aussi utiliser les recettes déjà évaluées des sites [Bake Better Bites](#) et [Tips and Recipes for Quantity Cooking](#).
- Faites participer les élèves à la préparation d'aliments pour des activités scolaires et parlez-leur des quatre groupes alimentaires du site [Bien manger avec le Guide alimentaire canadien](#).
- Pour obtenir de plus amples renseignements sur les mesures à prendre pour mettre en pratique les Lignes directrices, consultez les sections suivantes :
  - [Vente d'aliments et de boissons lors d'activités sportives à l'école](#)
  - [Ventes de pâtisseries alléchantes](#)

---

## Enseignants

- Pour enseigner la nutrition, choisissez des stratégies axées sur la pratique. Dans le cadre de projets scolaires, encouragez les élèves à travailler avec le personnel des services alimentaires et les fournisseurs d'aliments et de boissons pour promouvoir une nourriture plus saine.
- Utilisez les Lignes directrices pour des projets en classe. Par exemple, les élèves peuvent se servir de leurs habiletés en mathématiques, en rédaction et en affaires pour évaluer le goût, le prix, l'attrait et la conformité aux [Critères nutritionnels](#) et à la [Liste de vérification](#) de certains mets et boissons, puis en faire rapport.
- Utilisez une [approche globale de la santé à l'école](#) pour trouver des occasions de manger sainement partout dans l'école.
- Enseignez aux élèves les principes d'une saine alimentation et la façon de cultiver, de préparer et de composter les aliments.
- Renseignez les élèves sur les systèmes alimentaires locaux à l'aide des programmes [Farm to School](#). De nombreuses ressources sont déjà disponibles pour vous aider à entreprendre un programme.



- Encouragez les parents à se servir des Lignes directrices pour favoriser des choix sains lorsqu'ils participent à des activités scolaires où des aliments et des boissons sont vendues, comme des activités sportives, des ventes de pâtisseries et d'autres activités de collecte de fonds à l'école.
- Incitez un groupe d'élèves à former un comité pour favoriser la bonne nutrition à l'école.
- Prônez l'inclusion d'une saine alimentation dans les politiques et objectifs de l'école.
- Faites une demande d'adhésion au [Healthy Schools Network](#), ou participez au processus.
- Pour obtenir de plus amples renseignements sur les mesures à prendre pour mettre en pratique les Lignes directrices, consultez le site [www.healthlinkbc.ca/foodguidelines](http://www.healthlinkbc.ca/foodguidelines).



## Cadres scolaires

- Mettez sur pied un comité voué à l'élaboration et au suivi de politiques favorisant une école saine. Faites-y participer au moins un représentant de chacun de ces groupes : cadres scolaires, parents, élèves, enseignants, personnel des services alimentaires et personnel de soutien de l'école.
- Collaborez avec le conseil et le district scolaires pour promouvoir la mise en pratique des Lignes directrices en travaillant de concert avec les fournisseurs d'aliments et de boissons de votre district.
- Soutenez l'éducation en matière de nutrition dans toute l'école.
- Songez à [aller plus loin en suivant les Lignes directrices](#) afin de mettre en place d'autres politiques, par exemple pour restreindre le marketing de la malbouffe dans votre école.
- Incitez les enseignants à utiliser du matériel d'éducation à la nutrition et les Lignes directrices dans leur programme d'enseignement ainsi que dans le cadre des projets scolaires et des présentations des élèves, et collaborez avec eux dans ce but. Favorisez l'utilisation des outils d'enseignement disponibles. Allouez aux enseignants du temps et des ressources afin qu'ils puissent apprivoiser ces outils et les utiliser en classe.
- Intégrez les principes d'une saine alimentation aux objectifs et politiques de l'école.
- Participez au [BC School Fruit and Vegetable Nutritional Program](#) ou mettez sur pied un programme [Farm to School](#).
- Faites connaître au personnel de l'école le processus de demande d'adhésion au [Healthy Schools Network](#).
- Intégrez au calendrier de l'école une demi-journée pédagogique vouée à la discussion et à la planification d'un soutien à la saine alimentation.

## Fournisseurs des services alimentaires

- Fournissez une bonne variété d'aliments sains englobant les quatre groupes alimentaires du site [Bien manger avec le Guide alimentaire canadien](#). Assurez-vous de tenir compte des préférences des élèves et de leurs héritages culturels.
- Évaluez les boissons et les mets à l'aide des Lignes directrices. Utilisez la [Liste de vérification](#) pour évaluer les recettes des mets récemment préparés. Utilisez les [Critères nutritionnels](#) pour évaluer les aliments préemballés.
- Utilisez les recettes des sites [Bake Better Bites](#) et [Tips and Recipes for Quantity Cooking](#) pour intégrer des choix sains au menu.
- Offrez des portions adéquates; évitez les portions gigantesques.
- Faites participer les élèves et les enseignants à l'élaboration de techniques de marketing pour faire connaître les nouveaux ajouts au menu.
- Collaborez avec les élèves et leurs parents pour élaborer et évaluer les menus. Offrez des dégustations et faites des sondages pour évaluer le taux de satisfaction.
- Pour obtenir de plus amples renseignements sur les mesures à prendre pour mettre en pratique les Lignes directrices, consultez les sections suivantes :
  - [Pour de meilleures ventes d'aliments nutritifs dans les écoles](#)
  - [Planification de menus santé dans les cafétérias](#)



## Comment en apprendre davantage?

- HealthLink BC : [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)
  - Consultez un diététiste professionnel en faisant le **8-1-1** ou [envoyez un courriel à un diététiste professionnel de HealthLinkBC](mailto:envoyez.un.courriel.a.un.dietaetiste.professionnel.de.healthlinkbc)
  - Boosting the Sales of Nutritious Food in Schools : [www.healthlinkbc.ca/healthyeating/food-guidelines-school-sales.html](http://www.healthlinkbc.ca/healthyeating/food-guidelines-school-sales.html)
  - Making Bake Sales Delicious and Nutritious : [www.healthlinkbc.ca/healthyeating/food-guidelines-bake-sales.html](http://www.healthlinkbc.ca/healthyeating/food-guidelines-bake-sales.html)
  - Planning Healthy Cafeteria Menus : [www.healthlinkbc.ca/healthyeating/food-guidelines-cafeteria-menus.html](http://www.healthlinkbc.ca/healthyeating/food-guidelines-cafeteria-menus.html)
  - Selling Food and Beverages at School Sporting Events : [www.healthlinkbc.ca/healthyeating/food-guidelines-sporting-events.html](http://www.healthlinkbc.ca/healthyeating/food-guidelines-sporting-events.html)
- Bake Better Bites: Recipes and Tips for Healthier Baked Goods : [www.healthyschoolsbc.ca/program/resources/80/25666/Bake-Better-Bites.pdf](http://www.healthyschoolsbc.ca/program/resources/80/25666/Bake-Better-Bites.pdf) (PDF 2.34 MB)
- Tips and Recipes for Quantity Cooking: Nourishing Minds and Bodies : [www.healthyschoolsbc.ca/program/resources/59/40617/Tips-and-Recipes.pdf](http://www.healthyschoolsbc.ca/program/resources/59/40617/Tips-and-Recipes.pdf) (PDF 2.75 MB)
- Healthy Schools BC : [www.healthyschoolsbc.ca](http://www.healthyschoolsbc.ca)
  - Comprehensive School Health : [www.healthyschoolsbc.ca/about/comprehensive-school-health.aspx](http://www.healthyschoolsbc.ca/about/comprehensive-school-health.aspx)
  - Healthy Schools Network : [www.healthyschoolsbc.ca/healthy-schools-bc-resources/healthy-schools-network.aspx](http://www.healthyschoolsbc.ca/healthy-schools-bc-resources/healthy-schools-network.aspx)
- Farm to School : [www.phabc.org/modules.php?name=Farmtoschool](http://www.phabc.org/modules.php?name=Farmtoschool)
- BC School Fruit and Vegetable Nutrition Program : [www.sfvnp.ca/index.php](http://www.sfvnp.ca/index.php)
- Eating Well with Canada's Food Guide : [www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-eng.php](http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-eng.php)