

# Pour mieux nourrir l'esprit :

Bien manger - bien apprendre - bien vivre



2019

Le présent document, *Pour mieux nourrir l'esprit : Bien manger, bien apprendre, bien vivre* (2019),  
remplace le document de politique intitulé *Nourishing Minds Towards Comprehensive School Community Health: Nutrition Policy Development in Saskatchewan Schools* (2012).

# Table des matières

<b>Remerciements.....</b>	<b>4</b>
<b>Énoncé de politique du ministère de l'Éducation : La nutrition dans les écoles de la Saskatchewan.....</b>	<b>5</b>
<b>Comment utiliser ce document.....</b>	<b>7</b>
<b>Voix de la Saskatchewan.....</b>	<b>8</b>
<b>Introduction.....</b>	<b>9</b>
<b>Le lien entre la réussite des élèves et la nutrition.....</b>	<b>10</b>
<b>Comment avoir un impact sur la nutrition dans les écoles : L'approche globale de la santé en milieu scolaire.....</b>	<b>13</b>
Enseignement et apprentissage de qualité	14
Salubrité et sécurité du milieu physique et social	16
Mobilisation de la famille et de la communauté	18
Politique efficace	19
<b>Maintien de la continuité : Surveiller et évaluer.....</b>	<b>20</b>
<b>Annexe A : Ressources clés.....</b>	<b>22</b>
<b>Annexe B : Autres ressources utiles.....</b>	<b>23</b>
<b>Bibliographie.....</b>	<b>25</b>

## Remerciements

Le ministère de l'Éducation exprime sa reconnaissance aux organisations qui ont collaboré au renouvellement du présent document. Le ministère de l'Éducation apprécie la collaboration avec le ministère de la Santé visant à s'assurer qu'une bonne nutrition appuiera la réussite des élèves.

Le processus de renouvellement a été possible grâce au dialogue et à la collaboration avec les représentants des organisations des Métis et des Premières Nations, les aînés, les partenaires provinciaux au niveau de la prématernelle à la 12<sup>e</sup> année, les organismes communautaires, les établissements d'enseignement postsecondaire et les professionnels de la santé publique.

Les prières et la sagesse dont nous ont fait bénéficier l'ainée Harriet St. Pierre, l'ainé Norman Charles, l'ainée Margaret Reynolds et l'ainée Margaret Cote ont été cruciales tout au long du renouvellement du document *Pour mieux nourrir l'esprit*. Leurs conseils contribueront à améliorer le bien-être de tous les élèves de la Saskatchewan.

# Énoncé de politique du ministère de l'Éducation

## *La nutrition dans les écoles de la Saskatchewan*

**Sources** : Le présent énoncé de politique est fondé sur les documents énumérés ci-dessous.

### Document juridique

- *Loi de 1995 sur l'Éducation*, alinéas 4(1)e) et 87(1)f).

### Documents idéalistes

- *Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels* (1966), article 11, paragraphes 1 et 2;
- *Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé* (1986);
- *Déclaration universelle des droits de l'homme* (1948), article 25.
- *Convention des Nations Unies relative aux droits de l'enfant* (1989), article 24, alinéas 2. c) et e) et article 27, paragraphe 3.

Au titre de ces documents, le gouvernement de la Saskatchewan préconise une approche globale et holistique de la santé, de la sécurité et du bien-être des élèves.

### **Intention**

Le ministère de l'Éducation reconnaît que la bonne nutrition favorise la prédisposition à l'apprentissage des enfants et des jeunes et qu'elle est essentielle à la réussite des élèves. L'école joue un rôle important dans la préparation des élèves à l'avenir, et les élèves bien nourris sont plus susceptibles de réaliser leur potentiel scolaire, de se développer physiquement et mentalement et de jouir d'une bonne santé et d'un bien-être toute leur vie.

La présente politique orientera les conseils scolaires dans le cadre de l'élaboration ou du renouvellement de politiques nutritionnelles efficaces.

La présente politique vise à encourager les conseils scolaires, les divisions scolaires et les écoles à actualiser le contenu du document [Pour mieux nourrir l'esprit](#) (2019) et à s'aligner sur les ressources clés, notamment [Manger santé à mon école](#) et [Salubrité alimentaire à mon école](#).

### **Énoncé de politique**

Le ministère de l'Éducation encourage les conseils scolaires à élaborer, à revoir et/ou à réviser ainsi qu'à mettre en œuvre des politiques nutritionnelles et des procédures administratives, en collaboration avec les élèves, les parents ou les parents-substituts, le personnel scolaire, les

conseils école-communauté, les organismes communautaires et les professionnels de la santé publique, tout en tenant compte de ce qui suit :

- [Approche globale de la santé en milieu scolaire](#);
- [les programmes d'études de la Saskatchewan](#);
- les possibilités authentiques d'apprentissage pour les élèves;
- l'environnement physique et social (voir [Approche globale de la santé en milieu scolaire](#));
- la conformité aux normes provinciales en matière de nutrition et d'alimentation (voir [Manger santé à mon école](#) et [Salubrité alimentaire à mon école](#)).

### Rôles

Le gouvernement de la Saskatchewan, conjointement avec les écoles, les familles et les communautés, est responsable de promouvoir et de favoriser la croissance et le développement sains des enfants et des jeunes de la Saskatchewan.

Le ministère de l'Éducation s'est engagé à collaborer avec les partenaires du secteur de l'éducation, les communautés et d'autres ministères en vue d'élaborer et de mettre en œuvre des politiques nutritionnelles, des procédures administratives et des programmes en milieu scolaire, afin de s'assurer que des choix de boissons et d'aliments et des pratiques santé seront encouragées.

Les conseils scolaires sont tenus d'élaborer des politiques visant à assurer l'offre et la vente d'aliments nutritifs de haute qualité, tout en promouvant des pratiques alimentaires saines et sécuritaires au niveau de l'école.

Les divisions scolaires sont tenues de respecter la politique du conseil scolaire et elles sont encouragées à élaborer, à mettre en œuvre et à jour et à évaluer régulièrement les procédures administratives.

Les écoles sont tenues de respecter les politiques et les procédures administratives élaborées par le conseil scolaire et la division scolaire, ainsi que d'offrir des choix alimentaires santé.

Nous avons relevé des ressources clés pour aider les conseils scolaires et les divisions scolaires à élaborer, à renouveler et/ou à réviser leur politique nutritionnelle et leurs procédures administratives.

- [Child Care Licensee Manual \(2015\)](#)
- [Approche globale de la santé en milieu scolaire](#)
- [Salubrité alimentaire à mon école \(2019\)](#)
- [Manger santé à mon école \(2014\)](#)
- [Pour mieux nourrir l'esprit \(2019\)](#)
- [Manuel du registraire à l'intention des administrateurs scolaires](#)

- *Les résultats d'apprentissage du programmes d'études de la Saskatchewan et la nutrition : Fransaskois (2019)*
- *Les résultats d'apprentissage du programmes d'études de la Saskatchewan et la nutrition : Immersion française (2019)*
- *Les résultats d'apprentissage et la nutrition : L'étude sur les traités (2019)*

## Comment utiliser ce document

Vous retrouverez les zones de texte indiquées ci-dessous tout au long du document :

### Voix de la Saskatchewan

Ces zones de texte renferment des anecdotes, des expériences et des points de vue propres à la Saskatchewan concernant la nutrition dans les écoles.

### Le saviez-vous?

Ces zones de texte présentent des points de réflexion. Elles mettent aussi en évidence les ressources de la Saskatchewan qui sont offertes aux écoles et aux divisions scolaires en vue d'améliorer l'environnement alimentaire en milieu scolaire.

### Pour en savoir plus

Ces zones de texte présentent des statistiques, des résumés et des recherches qui étayent la nécessité d'adopter des politiques nutritionnelles et des procédures administratives dans les écoles.

*Pour mieux nourrir l'esprit* (2019) est un document en ligne qu'on peut consulter par l'intermédiaire de la Saskatchewan Publications Centre.

Toutes les ressources à l'appui indiquées dans le présent document sont affichées en **vert** et soulignées. *L'annexe A : Ressources clés* et *l'annexe B : Autres ressources utiles* comprennent une liste de ressources qu'on peut aussi consulter par l'intermédiaire de la Saskatchewan Publications Centre.

### Voix de la Saskatchewan

*Je me rappelle très bien d'une fille de première année qui s'est confiée à moi après que je lui ai servi son déjeuner. Elle m'a dit que c'était la première fois qu'elle déjeunait avant d'aller à l'école et que cela lui avait beaucoup plu. Le fait d'avoir changé la vie de cette seule élève a rendu tout le programme valable pour moi.*

(Élève, école Clavet Composite, 2017) [traduction]



## Voix de la Saskatchewan

### *Voix de la Saskatchewan*

*Pendant mon enfance, mon père m'emmenait dans le territoire de piégeage et m'apprenait à vivre en exploitant la terre. J'aidais à la cueillette pour nourrir notre famille pendant les mois d'hiver qui allaient suivre. Mon père m'enseignait à cueillir des baies, à extirper des herbes, à pêcher le poisson, à prendre des lapins au collet et à chasser l'original. Le travail était dur au printemps et en été afin de se préparer pour l'hiver. Nous fumions, séchions et mettions en conserve nos aliments. Les couches de mousse aidaient à préserver la nourriture pour l'hiver. J'ai appris beaucoup de choses pendant mes voyages en compagnie de mon père au sujet des divers aliments que nous donne la Terre mère. J'ai aussi compris le rôle que joue la nourriture pour ma santé physique, mentale, émotionnelle et spirituelle.*

*Les aliments offerts aux enfants et aux jeunes de nos jours contiennent des niveaux élevés de gras, de sucres et de saveurs artificielles. Ces aliments ne soutiennent pas leur croissance physique et n'aident pas non plus les élèves à penser ni à se sentir bien après avoir mangé. Les aliments transformés ne permettent pas aux enfants et aux jeunes de renouer avec la terre. Les enfants et les jeunes peuvent constater que les catastrophes naturelles ou causées par l'homme portent atteinte à leurs sources alimentaires.*

(Ainé de la Saskatchewan, 2017) [traduction]



## Introduction

Les données révèlent qu'une bonne nutrition favorise le rendement scolaire (Rausch, 2013; Edwards, Mauch et Winkelman, 2011) et contribue à préserver la santé et le bien-être toute la vie (Santé Canada, 2013). Il est reconnu que les élèves en santé apprennent mieux. Le gouvernement de la Saskatchewan partage avec les écoles, les familles et les communautés la responsabilité de promouvoir et de soutenir la croissance et le développement sains des enfants et des jeunes de la Saskatchewan.

Le ministère de l'Éducation encourage les conseils scolaires à élaborer, à adopter et à mettre en œuvre, en collaboration avec les élèves, les parents ou parents-substituts, le personnel scolaire, les conseils école-communauté, les organismes communautaires et les professionnels de la santé publique, des politiques nutritionnelles et des procédures administratives qui s'harmoniseront avec les lignes directrices fournies dans le présent document (voir l'[Énoncé de politique du ministère de l'Éducation](#)) et les mesures de soutien connexes.

Le présent document a pour but de promouvoir l'utilisation d'une approche globale en milieu scolaire pour favoriser le bien-être des élèves et les aider à réussir sur le plan scolaire par les moyens suivants :

- l'offre de boissons et d'aliments santé et l'élaboration de pratiques qui répondent aux normes nutritionnelles dans les écoles de la Saskatchewan;
- la présentation de lignes directrices et de liens vers les ressources, afin que les écoles puissent améliorer leur environnement alimentaire;
- la présentation de liens vers des programmes d'études, afin que les éducateurs puissent atteindre les résultats d'apprentissage liés à la nutrition;
- l'aide aux conseils scolaires et aux écoles pour élaborer et mettre en œuvre des politiques nutritionnelles et des procédures administratives efficaces.

### Le saviez-vous?

« La Convention des Nations Unies relative aux droits de l'enfant, que le Canada a adoptée en 1991, souligne que tous les enfants ont des droits – le droit d'être protégés, le droit à la santé et à la nutrition, le droit de communiquer, le droit de se faire entendre, le droit d'avoir accès aux loisirs, aux jeux, à la culture et à l'art, ainsi que les droits de participer et d'apprendre.

Les enfants ont droit à un milieu respectueux, notamment envers les modes d'apprentissage des Premières Nations et des Métis et les traditions culturelles des nouveaux arrivants au Canada. Les enfants qui ont leur propre style d'apprentissage ou une incapacité ont aussi droit à l'inclusion. »

*(Saskatchewan's Early Years Plan, 2016 - 2020, p. 3) [traduction]*

## Le lien entre la réussite des élèves et la nutrition

Le milieu scolaire peut jouer un rôle clé en favorisant la mise en place d'un environnement sain, afin que les élèves puissent réaliser leur potentiel. Des données révèlent que les enfants qui mangent suffisamment d'aliments sains :

- sont plus assidus en classe;
- obtiennent de bons résultats scolaires;
- sont plus éveillés et ont une meilleure mémoire;
- jouissent d'une humeur et d'un bien-être mental meilleurs (Nutritionnistes de la santé publique de la Saskatchewan, 2016; Adolphus, Lawton et Dye, 2013).

### Pour en savoir plus

En Saskatchewan, seulement 9,4 % des enfants de la 6<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année ont déclaré manger au moins cinq portions de légumes ou de fruits par jour.

(Minaker et Hammond, 2016)

Assurer l'accès à des boissons et à des aliments santé est l'une des meilleures façons de protéger et de promouvoir la santé des enfants, des jeunes et des adultes (Santé Canada, 2015). Une saine alimentation nourrit le soi spirituel, physique, mental et émotionnel (Santé Canada, 2015; Les diététiciens du Canada, 2016). Les recherches démontrent que les

enfants et les jeunes qui sont en santé possèdent une plus grande capacité d'apprentissage et sont plus susceptibles d'acquérir les attitudes, les valeurs et les habiletés nécessaires pour devenir des adultes compétents, efficaces et résilients (Bassett-Gunter, Yessis, Manske et Stockton, 2012).

### Sécurité alimentaire

En Saskatchewan, au niveau de la 6<sup>e</sup> à la 10<sup>e</sup> année, environ un élève sur cinq a déclaré aller au lit ou partir pour l'école avec le ventre creux de temps à autre, parce qu'il n'y avait pas suffisamment à manger à la maison (Reid, King, Hatala et Freeman, 2016).

La sécurité alimentaire signifie l'accès physique et économique de toute la

### Pour en savoir plus

Les enfants privés de sécurité alimentaire peuvent connaître des taux plus élevés de stress, d'anxiété, d'isolement social et de dépression et être plus sujets aux idées suicidaires.

(Groupe de travail sur le coût des aliments en Saskatchewan, 2015)

population, à tout moment, à une nourriture saine et nutritive en quantité suffisante, qui répond à ses besoins pour mener une vie saine et active (Comité de la sécurité alimentaire mondiale, 2012). Il faut prévoir des stratégies à long terme et apporter des changements aux systèmes en vue de rendre les aliments sains accessibles et abordables pour toutes les familles de la Saskatchewan. Un exemple de changement au système consiste à s'assurer que des aliments sains sont accessibles dans les écoles, les installations récréatives, les lieux publics et les communautés (Groupe de travail sur le coût des aliments en Saskatchewan, 2015).

### Soutien d'une alimentation saine

L'enfance est la période où il faut bénéficier de toute une gamme d'aliments nutritifs, acquérir de bonnes habitudes alimentaires et établir une relation saine avec la nourriture. Le milieu d'apprentissage des enfants, notamment leur école et leur garderie, exerce une influence sur leurs habitudes alimentaires (Ward, Bélanger, Donovan, Horsman et Carrier, 2015). Les écoles ont été qualifiées de « milieux idéaux pour établir et promouvoir des pratiques alimentaires saines auprès des enfants et des adolescents » (Taylor, Evers et McKenna, 2005) [traduction].

### Garde des enfants en Saskatchewan

Dans un bon nombre de divisions scolaires provinciales, les centres de garde de la petite enfance se trouvent dans des écoles qui fournissent de la nourriture aux enfants. Ces centres sont tenus de se conformer aux politiques et règlements provinciaux qui sont énoncés dans le *Child Care Licensee Manual*, qui comprend des lignes directrices en matière de nutrition et de planification de menus. Les politiques nutritionnelles et les procédures administratives des divisions scolaires peuvent aussi être harmonisées avec ces politiques et règlements, s'il y a lieu.

### Approche globale de la nutrition en milieu scolaire

Soutenir le bien-être nutritionnel des élèves leur facilite la préparation à l'apprentissage et à la réussite. En milieu scolaire, les choix des aliments et des boissons sont conditionnés par l'accessibilité et par les possibilités offertes dans les distributeurs automatiques, à la cafétéria ou en fonction des programmes de collations et de repas, ainsi que par la proximité des restaurants minute ou des dépanneurs (Browning, Laxer et Janssen, 2013).

#### Pour en savoir plus

Lors d'une journée d'école typique, les élèves consomment près du tiers de leurs calories à l'école.

(Browning, Laxer et Janssen, 2013)

La nutrition est également influencée par l'environnement social, notamment par les modèles de rôle d'une alimentation saine et par l'insistance qu'on y accorde en milieu scolaire.

L'enseignement et l'apprentissage de haute qualité contribuent aussi à renforcer l'éducation nutritionnelle et peuvent exercer une influence positive sur les habitudes alimentaires des élèves. Avec l'utilisation d'une approche globale en milieu scolaire, les conseils scolaires peuvent, en collaboration avec les écoles, les familles et la communauté, exercer une influence positive sur les habitudes alimentaires en créant des politiques efficaces. Dans le cadre de la mise en œuvre de politiques nutritionnelles efficaces, les mesures prises au niveau de l'école incitent les élèves à faire des choix santé, à l'école, à la maison et dans leur communauté.

### *Voix de la Saskatchewan*

*Dans le passé, l'école Clavet Composite tenait régulièrement des ventes de beignes et de pâtisseries. Maintenant, elle organise des journées de fruits et légumes. Les élèves prennent l'initiative de préparer et d'offrir le buffet de fruits, de légumes et de trempettes destiné à plus de 650 élèves et membres du personnel.*

*Un jour, alors que les plateaux de concombres, de carottes, de céleri et de brocoli étaient servis, un membre du personnel a entendu un groupe d'élèves de 4<sup>e</sup> année dire en passant : « Oh, que ces légumes sentent bon, je ne peux plus attendre! » Cela a semblé significatif à ce membre du personnel, qui a formulé le commentaire suivant : « Ils salivent à l'idée de manger des légumes, comme on s'attendrait à ce qu'ils le fassent à l'idée de croquer des biscuits fraîchement sortis du four. »*

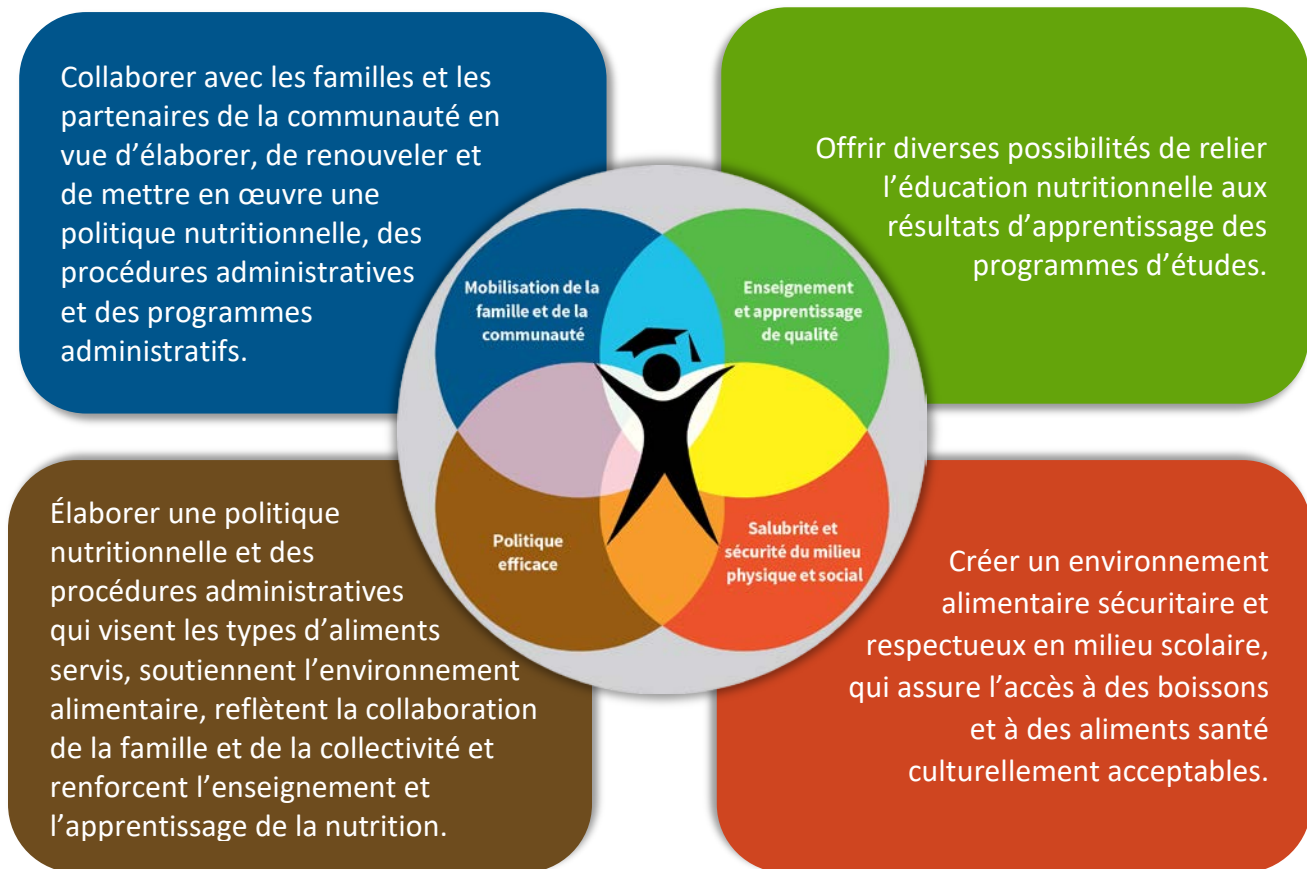
*Remplacer la journée des beignes et des pâtisseries par des possibilités d'offrir des aliments plus sains a transformé la culture de l'école et facilite les choix santé pour les élèves.*

(Personnel, école Clavet Composite, 2017) [traduction]



# Comment avoir un impact sur la nutrition dans les écoles

## *L'approche globale de la santé en milieu scolaire*



L'*approche globale de la santé en milieu scolaire* (AGSMS) est une approche concertée qui invite l'école, la famille et la communauté à collaborer en vue de favoriser la santé et le bien-être de tous les élèves, ce qui comprend la nutrition. Pour mettre en œuvre l'AGSMS, les secteurs de l'éducation, de la santé et autres doivent collaborer et avoir une vision commune. Les politiques nutritionnelles, les procédures administratives et les programmes qui intègrent l'AGSMS au niveau de l'école peuvent contribuer à améliorer la réussite des élèves et renforcer les comportements positifs (National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 2014).

Les sections qui suivent illustrent la façon dont les quatre volets de l'AGSMS peuvent soutenir l'élaboration d'un environnement alimentaire sain en milieu scolaire.

## Enseignement et apprentissage de qualité

### *Voix de la Saskatchewan*

*En réponse au rapport final de la Commission de vérité et de réconciliation et sous l'inspiration du jardin de cœurs de Rideau Hall, les élèves de l'École élémentaire Palliser Heights, à Moose Jaw, ont créé leur propre jardin de cœurs. Dans le cadre du projet, les élèves ont appris l'histoire des pensionnats, créé un espace jardiné didactique et réaménagé une partie de la cour de l'école.*

*Les dons en nature et en argent ont permis de créer un espace de jardin clôturé, qui prévoit l'irrigation et des plates-bandes surélevées. Des citrouilles, des pommes de terre, des carottes, des betteraves, des tomates, des amélanchiers de Saskatoon et diverses herbes ont été plantées. L'Université des Premières Nations du Canada a fait don de semis indigènes de la Saskatchewan et un coin du jardin a été réservé à ces végétaux.*

(Personnel, École élémentaire Palliser Heights, 2016)

Le personnel et les élèves des écoles peuvent tous lancer des initiatives d'alimentation saine. L'enseignement de l'alimentation saine en classe, la création d'un jardin à l'école, l'exemple de pratiques saines ou l'élaboration de politiques nutritionnelles efficaces sont autant de moyens que le personnel peut utiliser pour créer un environnement favorable à la santé et au mieux-être des élèves à l'école. L'apprentissage de la nutrition de façon stimulante et authentique, dans des situations réelles, encourage les élèves à faire des choix alimentaires santé. Les messages sur l'alimentation saine et les pratiques en classe qui s'harmonisent avec le tronc commun de la Saskatchewan et la politique nutritionnelle et/ou les procédures administratives de la division scolaire dotent les élèves des connaissances, de la compréhension, des habiletés et de la confiance nécessaire pour prendre des décisions éclairées en matière de développement personnel et social sain.

### **Le saviez-vous?**

Les nutritionnistes de la santé publique de la Saskatchewan sont des diététiciens qui ont élaboré des ressources à l'intention des éducateurs. Le document intitulé *Enseignement de la nutrition en Saskatchewan : concepts et ressources* peut être consulté sur le site Web des [programme d'études de la Saskatchewan](#); il s'harmonise avec les [programme d'études de la Saskatchewan](#) et l'AGSMS.

## L'apprentissage de l'alimentation et de la nutrition saines

L'apprentissage de l'alimentation et de la nutrition saines peut se faire dans le cadre de nombreux domaines d'étude obligatoires (voir les documents intitulés [Les résultats d'apprentissage des programmes d'études de la Saskatchewan et la nutrition : Immersion française](#), [Les résultats d'apprentissage des programmes d'études de la Saskatchewan et la nutrition : Fransaskois](#) et [Les résultats d'apprentissage et la nutrition : L'étude sur les traités](#)).

### Le saviez-vous?

Le document intitulé [Manuel du registraire à l'intention des administrateurs scolaires](#) indique la répartition du temps alloué à l'hygiène et à d'autres domaines d'étude qui peuvent appuyer le thème de la nutrition.

Le bien-être, plus particulièrement, est un domaine d'étude clé, dans lequel l'alimentation saine est abordée à titre de comportement important pour promouvoir la santé. Au niveau de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année, les programmes d'études de bien-être visent à former des élèves à devenir confiants et compétents, capables de comprendre, d'apprécier et de mettre en pratique tout au long de leur vie les connaissances, techniques et stratégies de santé et d'hygiène (*Bien-être 5*, 2017). Les buts des programmes d'études de bien-être, au niveau de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année, sont les suivants :

- Les élèves développeront les connaissances, les habiletés et la confiance nécessaires pour agir en vue d'améliorer leur santé.
- Les élèves prendront des décisions averties, fondées sur leurs connaissances relatives à la santé.
- Les élèves appliqueront des décisions qui vont améliorer leur santé personnelle ou celle des autres.

Le bien-être est enseigné, appris et évalué au moyen d'une approche par enquête de la prise de décisions saines (*Bien-être 5*, 2017). En utilisant les résultats d'apprentissage du programme d'études comme point de départ, les enseignants créent des possibilités d'apprentissage qui permettent aux élèves de s'étonner, d'interroger, d'investiguer, d'interpréter et d'examiner les possibilités et les défis, puis de mettre en pratique leur apprentissage.



### **Voix de la Saskatchewan**

*L'enseignement de la nutrition est omniprésent, il ne se limite pas à lire des livres. Offrir aux élèves la possibilité d'apprendre en exploitant la terre leur ouvrira une nouvelle perspective, ce qui permettra de réduire le gaspillage alimentaire et incitera les élèves à donner à la collectivité en retour. L'apprentissage axé sur la terre peut aussi offrir aux élèves qui n'ont éventuellement pas accès à des aliments sains achetés à l'épicerie la possibilité de commencer à cultiver eux-mêmes des aliments sains.*

(Ainé de la Saskatchewan, 2017) [traduction]

### **Sortir de la classe**

L'enseignement de la nutrition au moyen du tronc commun de la Saskatchewan et des ressources à l'appui offre aux élèves diverses possibilités de démontrer leur compréhension, leur confiance et leur motivation à mener une vie saine et équilibrée. Les éducateurs peuvent faire progresser la compétence personnelle, l'auto efficacité et la responsabilité sociale des élèves en les emmenant à l'extérieur de la classe, dans des environnements où les aliments sont cultivés, transformés et servis. La mobilisation de membres clés de la collectivité tels que des aînés ou des producteurs permet aussi d'enrichir l'expérience d'apprentissage des élèves.

Ces expériences favorisent l'assimilation des trois grandes orientations de l'apprentissage prévues dans le tronc commun de la Saskatchewan :

- le sens de soi, de ses racines et de sa communauté;
- l'apprentissage tout au long de sa vie;
- une citoyenneté engagée.

Les quatre compétences transdisciplinaires sont aussi étayées :

- la construction des savoirs;
- la construction identitaire et de l'interdépendance;
- l'acquisition des littératies;
- l'acquisition du sens de la responsabilité sociale.

## Salubrité et sécurité du milieu physique et social

### Le saviez-vous?

Vous pouvez communiquer avec vos Services de santé publique locaux pour apprendre comment appliquer les normes nutritionnelles et alimentaires.

Pour soutenir un environnement physique et social sain en milieu scolaire, il est important de s'assurer que les boissons et les aliments fournis sont nutritifs, salubres, culturellement acceptables, et qu'ils favorisent la diversité et l'inclusivité de la communauté scolaire. Un milieu scolaire sain se trouve renforcé si le personnel et les élèves adoptent et renforcent de saines pratiques alimentaires de manière positive. Les politiques nutritionnelles et les procédures administratives efficaces intègrent ces éléments d'un environnement physique et social sain.

### Normes provinciales en matière de nutrition et d'alimentation

Les normes du ministère de la Santé de la Saskatchewan en matière de nutrition et d'alimentation, *Manquer santé à mon école*, *Planifier des menus santé pour mon école* et *Salubrité alimentaire à mon école* peuvent :

- éclairer l'élaboration des politiques nutritionnelles et des procédures administratives;
- servir de ressources aux écoles et aux divisions scolaires pour déterminer quels aliments et boissons seront servis ou vendus en milieu scolaire;
- aider à mettre en œuvre des procédures adéquates en matière d'hygiène et de salubrité des aliments.

### Le saviez-vous?

Vous êtes encouragé à reprendre votre cours de manipulation sécuritaire des aliments tous les cinq ans.

Ces normes préconisent la fourniture d'aliments de haute qualité, salubres et nutritifs, dans les distributeurs automatiques et les cantines, au moment des repas et des collations et lors des campagnes de financement, des célébrations à l'école ou en classe et des événements sportifs ou d'autres activités spéciales.

### Considérations d'ordre culturel

Le processus de sélection des boissons et des aliments devrait tenir compte de la diversité des élèves de l'école, ainsi que des diverses pratiques alimentaires ethniques et culturelles. Les normes sociales, culturelles et spirituelles contribuent toutes à influencer les préférences alimentaires individuelles (Raine, 2005). Offrir des aliments traditionnels ou culturellement

adaptés aide à célébrer la diversité et l'inclusivité et renforce l'identité culturelle positive en milieu scolaire (voir les documents intitulés [\*Pratiques et aliments culturels\*](#) et [\*Pratiques et aliments traditionnels des Premières Nations et des Métis\*](#)).

### Création d'un environnement alimentaire sain

La salubrité de l'environnement alimentaire ne se limite pas au choix d'aliments et de boissons qui est offert aux élèves. Elle prévoit également ce qui suit :

- tenir compte du temps alloué aux repas, offrir un espace suffisant (p. ex., la classe) et encourager l'interaction sociale;
- aider les élèves et le personnel à adopter des pratiques alimentaires saines de manière positive et à maintenir des relations sécuritaires, bienveillantes et respectueuses entre toutes ces personnes;
- promouvoir une interaction sociale inclusive au moment des repas et limiter les distractions telles que la télévision et l'utilisation du téléphone et d'autres technologies.

### Pour en savoir plus

Le gaspillage alimentaire augmente si le lieu où l'on mange est surpeuplé et bruyant. Cela entraîne une perte économique, et les enfants ne bénéficient pas de tous les nutriments offerts.

(Organisation mondiale de la Santé, 2006)

### Le saviez-vous?

Peser les élèves à l'école fait plus de tort que de bien. Lorsqu'on s'efforce d'aider tous les enfants à avoir une bonne croissance, on met parfois l'accent sur leur poids. Il est important d'insister plutôt sur la santé et le bien-être de l'enfant. Tous les élèves doivent s'adonner à des activités physiques et bien manger pour être en santé, quel que soit leur poids corporel.

## Mobilisation de la famille et de la communauté

Une approche globale de la santé en milieu scolaire (AGSMS) encourage la mobilisation des élèves, des familles et des communautés à l'élaboration, au renouvellement et à la mise en œuvre des politiques, des procédures administratives et des programmes en matière de nutrition. Cette approche permet d'assurer le soutien actif et la responsabilité commune qui visent à promouvoir la santé dans les écoles et à créer un environnement plus inclusif et accueillant. À titre d'exemple, mobiliser divers groupes culturels et des organismes des Premières Nations et des Métis permet d'envisager des perspectives et des pratiques pertinentes à l'échelle locale, parce qu'elles se rattachent à la nutrition et à l'apport d'aliments traditionnels en milieu scolaire. Étant donné l'augmentation de la diversité ethnique dans les écoles provinciales, il existe des possibilités d'entamer ce dialogue.

### Voix de la Saskatchewan

*Les programmes de nutrition de notre école au niveau de la prématernelle à la 3<sup>e</sup> année ont eu des effets positifs pour nos élèves. L'apprentissage s'améliore à mesure que les élèves peuvent se concentrer sur leurs expériences en classe, sans craindre d'avoir faim, puisque leurs besoins de base sont satisfaits.*

*Notre école bénéficie d'un partenariat avec un conseil de la communauté qui offre un programme de déjeuners quotidiens à l'intention de tous nos élèves. Le conseil assure aussi des heures de service par l'intermédiaire d'un employé responsable de la nutrition, afin de planifier, d'acheter les ressources et d'offrir le programme de déjeuners quotidiens. Les familles sont les bienvenues si elles veulent se joindre aux enfants pour déjeuner, ce qui contribue au caractère accueillant de ce programme de nutrition.*

(École élémentaire Central Park, Nipawin, 2016)

### Mobilisation des élèves

« Quand les jeunes ont l'occasion de participer à la prise de décisions, ils ressentent un sentiment d'appartenance envers le milieu scolaire et la collectivité, tissent des relations avec leurs camarades et avec les adultes, et acquièrent de nouvelles compétences » (*Trousse de l'engagement des jeunes*, 2018). Si on intègre les élèves aux processus décisionnels, cela démontre que leur voix compte dans le renouvellement, la mise en œuvre et l'évaluation des

### Le saviez-vous?

La *Trousse de l'engagement des jeunes* (2018) communique l'importance de la participation des jeunes et explique comment soutenir efficacement leur participation.

politiques nutritionnelles et des procédures administratives de l'école. Il est important de souligner que la participation des élèves diffère de celle d'un groupe de discussion. Les groupes de discussion visent à transmettre l'information à sens unique, des élèves à l'hôte des consultations, tandis que la participation des élèves est axée sur les relations et établit un échange de renseignements et un apprentissage réciproque (*Trousse de l'engagement des jeunes*, 2018).

### **Mobilisation des conseils école-communauté**

Les conseils école-communauté (CEC) jouent un rôle de premier plan lorsqu'il s'agit de favoriser le bien-être des élèves. La participation des CEC aux initiatives d'aliments sains et à l'élaboration d'une politique et de procédures administratives conduira à une compréhension approfondie de l'importance de la santé et du mieux-être, tant à l'école que dans la communauté. Cette compréhension peut avoir un effet positif sur la vie des jeunes. À titre d'exemple, les CEC peuvent aider à :

- modéliser de saines pratiques alimentaires et s'assurer que les activités du CEC s'harmonisent avec la politique nutritionnelle et les procédures administratives de l'école;
- informer les parents ou parents-substituts au sujet de l'importance de la nutrition à l'école et dans la communauté;
- créer des jardins communautaires sur les terrains de l'école;
- obtenir le soutien de la communauté aux fins des programmes de repas ou de collations;
- planifier les menus (voir le document intitulé [\*Planifier des menus santé pour mon école\*](#)).

### **Mobilisation des partenaires du système de santé**

La santé et l'éducation sont interdépendantes. L'AGSMS préconise la collaboration entre les secteurs de la santé et de l'éducation, en vue de mieux atteindre les objectifs communs et d'appuyer les mandats partagés qui visent à assurer la réussite et le bien-être des élèves. Les professionnels de la santé tels que les diététiciens et les inspecteurs en santé publique peuvent mettre à profit leur expertise dans le cadre de l'élaboration de politiques nutritionnelles et de procédures administratives et de la mise en œuvre des normes provinciales en matière de nutrition et d'alimentation.

## *Politique efficace*

Une politique et des procédures administratives efficaces tiennent compte de tous les aspects de l'AGSMS. Cette politique nutritionnelle et ces procédures administratives devraient être élaborées et/ou révisées, mises en œuvre et évaluées en collaboration avec les partenaires clés, notamment les élèves, les parents ou parents-substituts, le personnel scolaire, les CEC, les organismes communautaires et les professionnels de la santé publique. Il faudrait prendre en considération les éléments suivants au moment d'élaborer une politique ou des procédures administratives :

- les possibilités d'apprentissage authentiques pour les élèves;
- l'environnement physique et social;
- les normes provinciales en matière de nutrition et d'alimentation.

## Maintien de la continuité

### Surveiller et évaluer

Il est important de tenir compte des résultats ou des points d'impact qu'on obtiendra au moment d'élaborer et de mettre en œuvre des politiques ou des procédures nouvelles ou renouvelées. Il existe divers outils pour évaluer les progrès réalisés par votre école.

#### *Voix de la Saskatchewan*

*Notre politique nutritionnelle a été élaborée il y a plus de six ans et elle éclaire les choix alimentaires de notre école. Nous continuons à offrir un programme de distribution de lait à l'école, des choix santé (notamment des pommes, des oranges, du yogourt et de l'eau) lors de nos activités scolaires, ainsi que des sandwiches santé aux diners familiaux. Nous avons récemment ajouté une collation universelle destinée à tous les enfants de la maternelle à la 3<sup>e</sup> année, qui est fournie quotidiennement au moyen des fonds alloués par la division et de la création d'un poste financé conjointement avec notre partenaire, le conseil de la communauté.*

(École élémentaire Central Park, Nipawin, 2016)

#### *Sondages d'évaluation*

La voix des élèves est un catalyseur de changement. Les écoles ont l'occasion de sélectionner et de recueillir des données sur certaines mesures, en vue de renseigner les communautés scolaires sur les divers défis et les possibilités en matière d'améliorations à apporter à l'école, telles que les suivantes : la participation des élèves, l'enseignement de qualité et les résultats liés à la santé physique et émotionnelle, notamment la nutrition.

#### **Important pour les élèves**

« [...] les élèves seront fort probablement enclins à voir dans le sondage une occasion importante de communiquer leurs expériences de l'école et de l'apprentissage s'ils :

- comprennent qui pose les questions;
- comprennent le but du sondage;
- voient les résultats du sondage et les changements apportés en réponse;
- sont invités à collaborer avec le personnel dans le cadre de l'utilisation des données à titre d'outil d'amélioration. »

(Éducation Canada, Association canadienne d'éducation, 2011) [traduction]

Nous encourageons les écoles et les divisions scolaires à créer des partenariats avec les élèves, le personnel, les CEC, les parents et d'autres membres de la communauté, en vue de sélectionner des mesures, de les analyser, d'y réfléchir et d'en créer d'autres ensemble afin d'apporter des améliorations à l'école.

### ***Outil d'évaluation de l'environnement alimentaire en milieu scolaire***

*L'approche globale de la santé en milieu scolaire (AGSMS) – Outil d'évaluation de l'environnement alimentaire en milieu scolaire*, un document offert gratuitement, est conçue pour soutenir l'élaboration, la révision, la mise en œuvre et l'évaluation des politiques nutritionnelles et des procédures administratives des écoles.

### ***Planificateur des écoles en santé***

Le Consortium conjoint pancanadien pour les écoles en santé (CCES) a élaboré un outil d'évaluation offert gratuitement, le *Planificateur des écoles en santé*, que les écoles peuvent utiliser pour évaluer la santé à l'école (p. ex., la nutrition, la santé mentale, le tabagisme et l'activité physique) et élaborer un plan pour l'améliorer.





## Annexe A : Ressources clés

Voici des ressources clés qui ont pour but d'aider les conseils scolaires et les divisions scolaires à élaborer, à renouveler ou à mettre en œuvre des politiques nutritionnelles, des procédures administratives et des programmes en milieu scolaire, afin d'encourager des choix de boissons et d'aliments et des pratiques santé.

**Approche globale de la santé en milieu scolaire** – approche concertée qui invite les partenaires des écoles et des communautés à collaborer en vue de promouvoir la santé et le bien-être de tous les élèves. <http://publications.gov.sk.ca/documents/11/84998-approche-globale-de-la-sante-en-milieu-scolaire.pdf>

**Child Care Licensee Manual** – les centres de garde d'enfants agréés et les garderies en milieu familial doivent satisfaire à des normes nutritionnelles spécifiques et en maintenir l'application. <http://publications.gov.sk.ca/documents/11/87922-Child%20Care%20Licensee%20Manual.pdf>

**Énoncé de politique du ministère de l'Éducation : La nutrition dans les écoles de la Saskatchewan** – énoncé de politique du ministère de l'Éducation concernant la nutrition dans les écoles de la Saskatchewan. <https://publications.saskatchewan.ca/api/v1/products/100296/formats/110678/download>

**Les résultats d'apprentissage des programmes d'études de la Saskatchewan et la nutrition : Fransaskois** – une liste de résultats d'apprentissage des programme d'études fransaskois de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année qui a pour but d'aider les éducateurs à traiter les sujets liés à la nutrition. <https://publications.saskatchewan.ca/api/v1/products/100304/formats/110683/download>

**Les résultats d'apprentissage et la nutrition : L'étude sur les traités** – liste de résultats d'apprentissage fondés sur les traités qui a pour but d'aider les éducateurs et d'autres personnes à traiter la question de la nutrition. <https://publications.saskatchewan.ca/api/v1/products/100305/formats/110684/download>

**Les résultats d'apprentissage des programmes d'études de la Saskatchewan et la nutrition : Immersion française** – une liste de résultats d'apprentissage des programme d'études d'immersion française de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année qui a pour but d'aider les éducateurs à traiter les sujets liés à la nutrition. <https://publications.saskatchewan.ca/api/v1/products/100302/formats/110682/download>

***Manger santé à mon école*** – guide visant à aider les écoles à choisir et à offrir des choix de boissons et d'aliments santé aux élèves.

<https://publications.saskatchewan.ca/api/v1/products/100297/formats/111373/download>

***Manuel du registraire à l'intention des administrateurs scolaires*** – compilation de politiques et de procédures visant à soutenir l'enseignement au niveau de la prématernelle à la 12<sup>e</sup> année en Saskatchewan. <http://publications.gov.sk.ca/details.cfm?p=82473>

***Salubrité alimentaire à mon école*** – normes visant à aider les écoles à s'assurer que les boissons et les aliments offerts aux élèves sont achetés, préparés, rangés et servis de manière salubre

<https://publications.saskatchewan.ca/api/v1/products/100295/formats/110677/download>

## Annexe B : Autres ressources utiles

La liste ci-dessous présente d'autres ressources utiles pour créer un environnement alimentaire sain en milieu scolaire.

**Bien manger avec le Guide alimentaire canadien** – guide visant à aider toute personne à faire des choix alimentaires santé. <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/aliments-nutrition/guide-alimentaire-canadien/obtenez-votre-exemplaire.html>

**Bien manger avec le Guide alimentaire canadien – Premières Nations, Inuit et Métis** – guide qui reflète les traditions et les choix des communautés des Premières Nations, des Inuits et des Métis. <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/guide-alimentaire-canadien/ressources/premieres-nations-inuit-metis.html>

**Enseignement de la nutrition en Saskatchewan : concepts et ressources 1<sup>re</sup> à la 3<sup>e</sup> année** – document qui a pour but d'aider les éducateurs à relever des renseignements précis pour enseigner la nutrition aux élèves de la 1<sup>re</sup> à la 3<sup>e</sup> année. [https://www.edonline.sk.ca/bbcswebdav/orgs/MOE\\_resource\\_evaluation/Resource%20Files/Miscellaneous%20Screenshots/Bienetre\\_1-3\\_NUTRITION%20%20Final.pdf](https://www.edonline.sk.ca/bbcswebdav/orgs/MOE_resource_evaluation/Resource%20Files/Miscellaneous%20Screenshots/Bienetre_1-3_NUTRITION%20%20Final.pdf)

**Enseignement de la nutrition en Saskatchewan : concepts et ressources 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> années** – document qui a pour but d'aider les éducateurs à relever des renseignements précis pour enseigner la nutrition aux élèves des 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> années. [https://www.edonline.sk.ca/bbcswebdav/orgs/MOE\\_resource\\_evaluation/Resource%20Files/Miscellaneous%20Screenshots/Bienetre\\_4-5\\_NUTRITIONFinal.pdf](https://www.edonline.sk.ca/bbcswebdav/orgs/MOE_resource_evaluation/Resource%20Files/Miscellaneous%20Screenshots/Bienetre_4-5_NUTRITIONFinal.pdf)

**L'approche globale de la santé en milieu scolaire : Outil d'évaluation de l'environnement alimentaire en milieu scolaire** – outil d'évaluation propice à l'autoréflexion utile pour recueillir des renseignements sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire, déterminer les points forts et les aspects à améliorer et mesurer les progrès au fil du temps. <https://publications.saskatchewan.ca/api/v1/products/100292/formats/110674/download>

**Planificateur des écoles en santé** – outil offert gratuitement que les écoles peuvent utiliser pour évaluer la santé à l'école, y compris la nutrition, et élaborer un plan pour l'améliorer. <http://healthyschoolplanner.com/?page=100&translateto=french>

**Planifier des menus santé pour mon école** – ressource utile pour planifier des menus aux fins des programmes de déjeuner, de dîner et/ou de collation en milieu scolaire. <https://publications.saskatchewan.ca/api/v1/products/100301/formats/110681/download>

**Pratiques et aliments culturels** – ressource qui a pour but de soutenir les nouveaux arrivants dans les écoles.

<https://publications.saskatchewan.ca/api/v1/products/100293/formats/110675/download>

**Pratiques et aliments traditionnels des Premières Nations et Métis** – ressource qui fournit des renseignements sur la relation des Premières Nations et des Métis avec la nourriture.

<https://publications.saskatchewan.ca/api/v1/products/100294/formats/110676/download>

**The Cost of Healthy Meals and Snacks for Children and Youth in Saskatchewan 2015** – ressource qui indique le coût moyen des repas et des collations santé à l'intention des enfants et des jeunes de la Saskatchewan.

<http://publications.gov.sk.ca/documents/13/105305-SK%20Cost%20of%20Meals%20and%20Snacks%20for%20Children%20Final%20October%202016.pdf>

**Trousse de l'engagement des jeunes (2018)** – trousse à outils conçue pour signaler l'importance de la participation des jeunes et la façon de les mobiliser.

<http://www.jcsh-cces.ca/index.php/ressources/engagement-des-jeunes>

## Bibliographie

Adolphus, K., C. L. Lawton et L. Dye. « The effects of breakfast on behavior and academic performance in children and adolescents », dans *Frontiers in Human Neuroscience*, vol. 7, p. 425, 2013. Extrait à l'adresse suivante : <http://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00425>.

Bassett-Gunter, R., J. Yessis, S. Manske et L. Stockton. *Healthy School Communities Concept Paper*, Ottawa (Ontario), Éducation physique et santé Canada, 2012. Extrait à l'adresse suivante : [www.phecanada.ca/programs/health-promoting-schools/concept-paper](http://www.phecanada.ca/programs/health-promoting-schools/concept-paper).

Browning, H. Frances, Rachel E. Laxer et Ian Janssen. « Food and eating environments in Canadian schools », dans *Revue canadienne de la pratique et de la recherche en diététique*, vol. 74, n° 4, p. 160 et s., *Health Reference Center Academic*, 2013. Extrait à l'adresse suivante : <http://dcjournal.ca/doi/abs/10.3148/74.4.2013.160?journalCode=cidpr>.

Committee on World Food Security, Food and Agriculture Organization. *Coming to terms with terminology*, 2012. Extrait à l'adresse suivante : <http://www.fao.org/3/MD776E/MD776E.pdf>

Consortium conjoint pancanadien pour les écoles en santé. *Trousse de l'engagement des jeunes*, 2018. Extrait à l'adresse suivante : <http://www.icsh-cces.ca/index.php/ressources/engagement-des-jeunes>.

Les diététistes du Canada. *La santé mentale*, 2016. Extrait à l'adresse suivante : <https://www.dietitians.ca/Nos-opinions/Le-systeme-de-soins-de-sante-/La-sante-mentale>.

Edwards J. U., L. Mauch et M. R. Winkelman. « Relationship of nutrition and physical activity behaviors and fitness measures to academic performance for sixth graders in a Midwest City School District », dans *Journal of School Health*, vol. 81, n° 2, 2011, p. 65-73. Extrait à l'adresse suivante : [10.1111/j.1746-1561.2010.00562.x](http://dx.doi.org/10.1111/j.1746-1561.2010.00562.x).

Éducation Canada. *What did you do in school today? Introducing Surveys to Students*, Association canadienne d'éducation, 2011. Extrait à l'adresse suivante : [www.edcan.ca/wp-content/uploads/cea-2011-wdydist-introducing.pdf](http://www.edcan.ca/wp-content/uploads/cea-2011-wdydist-introducing.pdf).

Gouvernement de la Saskatchewan. *Approche globale de la santé en milieu scolaire*, sans date. Extrait à l'adresse suivante : <http://publications.gov.sk.ca/documents/11/84998-approche-globale-de-la-sante-en-milieu-scolaire.pdf>.

Gouvernement de la Saskatchewan. *Bien-être 5*, 2017 Extrait à l'adresse suivante : [https://www.edonline.sk.ca/bbcswebdav/library/curricula/Francais/Bienetre/bienetre\\_5\\_apr07\\_2017.pdf](https://www.edonline.sk.ca/bbcswebdav/library/curricula/Francais/Bienetre/bienetre_5_apr07_2017.pdf).

Gouvernement de la Saskatchewan. *Saskatchewan's Early Years Plan 2016-2020*, 2016. Extrait à l'adresse suivante : <http://publications.gov.sk.ca/documents/11/89572-Early-Years-Plan-Final-2016-2020.pdf>.

Groupe de travail sur le cout des aliments en Saskatchewan. *The Cost of Healthy Eating in Saskatchewan 2015*, 2016. Extrait à l'adresse suivante : [www.saskatchewan.ca/government/government-structure/ministries/health/other-reports/a-report-on-the-cost-of-healthy-food-in-saskatchewan](http://www.saskatchewan.ca/government/government-structure/ministries/health/other-reports/a-report-on-the-cost-of-healthy-food-in-saskatchewan).

Minaker, L. et D. Hammond. « Low Frequency of Fruit and Vegetable Consumption Among Canadian Youth: Findings From the 2012/2013 Youth Smoking Survey », dans *Journal of School Health*, vol. 86, 2016, p. 135-142. Extrait à l'adresse suivante : <https://doi.org/10.1111/josh.12359>.

National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. *Health and Academic Achievement*, 2014. Extrait à l'adresse suivante : [www.cdc.gov/healthyyouth/health\\_and\\_academics/pdf/health-academic-achievement.pdf](http://www.cdc.gov/healthyyouth/health_and_academics/pdf/health-academic-achievement.pdf).

Nutritionnistes de la santé publique de la Saskatchewan. *The Cost of Healthy Meals and Snacks for Children and Youth in Saskatchewan 2015*, 2016. Extrait à l'adresse suivante : [www.rqhealth.ca/service-lines/master/files/8890815\\_8\\_Cost%20of%20Meals%20and%20Snacks%20October%202016.pdf](http://www.rqhealth.ca/service-lines/master/files/8890815_8_Cost%20of%20Meals%20and%20Snacks%20October%202016.pdf).

Organisation mondiale de la Santé. *Food and nutrition policy for schools: A tool for the development of school nutrition programmes in the European Region*, Copenhague, Organisation mondiale de la Santé, 2006. Extrait à l'adresse suivante : [www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0019/152218/E89501.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0019/152218/E89501.pdf).

Raine, Kim D. « Determinants of Healthy Eating in Canada », dans *Canadian Journal of Public Health*, vol. 96, supp. 3, 2005.

Rausch, R. « Nutrition and Academic Performance in School-Age Children: The Relation to Obesity and Food Insufficiency », dans *Journal of Nutrition and Food Sciences*, vol. 3, p. 190, 2013. Extrait à l'adresse suivante : [10.4172/2155-9600.1000190](https://doi.org/10.4172/2155-9600.1000190).

Reid, M., M. King, A. Hatala et John Freeman. *Health Behaviour in School-Aged Children: Understanding Adolescents in Saskatchewan*, 2016.

Santé Canada. *Aliments et nutrition*, 2019. Extrait à l'adresse suivante : <https://www.canada.ca/fr/services/sante/aliments-et-nutrition.html>.

Santé Canada. *Nutrition et saine alimentation*, 2019. Extrait à l'adresse suivante : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/aliments-nutrition/saine-alimentation.html>.

Taylor J., S. Evers et M. McKenna. « Determinants of healthy eating in children and youth », dans *Canadian Journal of Public Health*, vol. 96, juillet-août 2005, supp. 3, p. S20-S26; S22-S29.

Ward, S., M. Bélanger, D. Donovan, A. Horsman et N. Carrier. « Correlates, determinants, and effectiveness of childcare educators' practices and behaviours on preschoolers' physical activity and eating behaviours: a systematic review protocol », dans *Systematic Reviews*, vol. 4, p. 18, 2015. Extrait à l'adresse suivante : <http://doi.org/10.1186/s13643-015-0011-9>.