

POLITIQUE POUR SOUTENIR L'ACTION VERS DE BONNES HABITUDES DE VIE

PRÉAMBULE

1. Toujours soucieuse du développement des élèves, de leur santé et de leur réussite, la Commission scolaire René-Lévesque contribue à l'adoption et au maintien d'une saine alimentation et d'un mode de vie physiquement actif.
2. Nous adhérons pleinement aux résultats d'études qui stipulent :
 - ▶ qu'une saine alimentation influe positivement sur la croissance des élèves et leur sentiment de bien-être tout autant qu'elle les dispose à de meilleurs apprentissages;
 - ▶ que la pratique régulière d'activités physiques favorise la concentration, un facteur lié à la réussite scolaire.
3. L'école ou le centre étant un lieu de formation et de transmission de valeurs, la santé des élèves et leurs habitudes de vie doivent être une réelle préoccupation pour l'ensemble des intervenants œuvrant dans les établissements.

FONDEMENTS

4. La présente politique s'appuie sur :
 - ▶ la « Politique cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif » MELS 2007;
 - ▶ la Loi sur l'instruction publique L.R.Q., chapitre 1-13-3, articles 257,258 et 292;
 - ▶ les programmes de formation au préscolaire, au primaire et au secondaire, lesquels comportent un volet relatif à la santé incluant la nutrition et l'activité physique;
 - ▶ le Cadre de référence pour l'élaboration des services éducatifs et complémentaires ;
 - ▶ l'approche « École en santé » instaurée en 2005 par le MELS;
 - ▶ les orientations fondamentales présentées dans le document « Investir pour l'avenir » - Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012;
 - ▶ les documents contractuels de la Commission scolaire René-Lévesque « Conditions d'exploitation d'une cafétéria »;
 - ▶ le Guide alimentaire canadien publié en 2007.

OBJECTIFS

5. S'assurer que l'offre alimentaire favorise l'adoption de saines habitudes alimentaires.

POLITIQUE POUR SOUTENIR L'ACTION VERS DE BONNES HABITUDES DE VIE

6. Augmenter les occasions d'être physiquement actif à l'école pour l'ensemble des jeunes.
7. Susciter des initiatives d'éducation, de communication et de promotion favorisant l'acquisition de saines habitudes de vie à long terme.
8. Mobiliser les différents partenaires internes et externes pour entreprendre des actions globales concertées visant l'adoption d'une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif.

CHAMP D'APPLICATION

9. Dans un contexte de responsabilité collective, la présente politique s'applique aux différents acteurs suivants :
 - ▶ Personnel de direction (écoles, centres, services);
 - ▶ Personnel enseignant, professionnel et de soutien;
 - ▶ Élèves jeunes et adultes en formation générale ou en formation professionnelle;
 - ▶ Entreprises offrant des services alimentaires dans les cafétérias et les services de garde;
 - ▶ Bénévoles offrant des services alimentaires dans le cadre des petits déjeuners;
 - ▶ Organismes partenaires liés par protocole d'entente avec la CSRL.

RÔLES ET RESPONSABILITÉS

Le Conseil des commissaires

10. Adopter la présente politique et s'engager à en soutenir la mise en œuvre.

La Direction générale

11. S'engager à soutenir la promotion et l'application de la présente politique.

Les Services éducatifs jeunes, adultes et formation professionnelle

12. Offrir un support aux établissements pour assurer l'arrimage de la présente politique avec les grands encadrements scolaires dont :
 - ▶ Le programme de formation de l'école québécoise;
 - ▶ Les programmes des services éducatifs complémentaires;
 - ▶ Le projet éducatif, les orientations et objectifs, le plan de réussite et l'approche École en santé.

POLITIQUE POUR SOUTENIR L'ACTION VERS DE BONNES HABITUDES DE VIE

13. Favoriser, en concertation avec les directions d'établissement, l'implication du personnel concerné.
14. Assurer la collaboration des organismes de santé dans la promotion d'une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif.
15. Développer et/ou maintenir des partenariats avec les organismes susceptibles de soutenir les établissements dans la mise en œuvre de leur plan de réussite.

Le Service des ressources matérielles

16. Assumer la responsabilité de l'élaboration et la mise à jour de la présente politique en collaboration avec les Services éducatifs et les autres intervenants.
17. Soutenir les directions d'établissement et les concessionnaires dans leurs responsabilités respectives.
18. Assumer la responsabilité des appels d'offres et la gestion administrative des contrats des services alimentaires.
19. Aménager des locaux adéquats (hygiène et salubrité) permettant la préparation et le service des repas dans les établissements et assurer l'entretien et les réparations des équipements lourds mis à la disposition des concessionnaires.
20. Travailler en collaboration avec les directions d'établissement et les différents partenaires à la préparation de projets d'aménagement des cours d'école afin de bénéficier des divers programmes d'aide financière.
21. Aménager, conjointement avec les directions d'établissement, des lieux (gymnases, palestres, cours d'école) sécuritaires et suscitant l'intérêt pour l'activité physique.
22. Négocier des ententes avec les villes et municipalités de façon à maximiser l'offre en matière d'infrastructure et d'équipement sportif.

Le Conseil d'établissement

23. Tenir compte de la présente politique lorsqu'il adopte le projet éducatif ou des orientations de l'établissement.
24. Respecter la présente politique lorsqu'il approuve le plan de réussite de l'établissement.

POLITIQUE POUR SOUTENIR L'ACTION VERS DE BONNES HABITUDES DE VIE

La direction d'établissement

25. Contribuer à l'intégration des éléments de la présente politique dans le projet éducatif ou dans les orientations et objectifs de l'établissement, le plan de réussite et le plan de formation continue.
26. Amener le personnel à faire les liens entre les éléments de la politique et le programme de formation de l'école québécoise.
27. Assurer l'implication des professionnels des services complémentaires.
28. Intégrer les divers programmes ministériels à la présente politique.
29. Favoriser la création de liens avec la communauté et les différents partenaires afin de permettre aux jeunes de s'engager activement dans le développement de meilleures habitudes de vie.
30. Assumer conjointement avec la direction des Ressources matérielles la gestion et la supervision des contrats et devis des services alimentaires de son établissement.
31. Participer activement, avec la direction des Ressources matérielles, au processus de sélection des concessionnaires pour des services alimentaires.
32. Faire connaître et partager les éléments de la présente politique auprès des élèves, des parents, du personnel et du Conseil d'établissement afin de susciter leur adhésion.

Les membres du personnel

33. Connaître et appliquer la présente politique en adoptant des comportements modèles en matière de saine alimentation et de participation aux activités parascolaires de l'établissement.
34. Développer des situations d'apprentissage significatives en lien avec la présente politique.
35. Collaborer avec les agents du milieu à l'application de la politique.

Le service de garde

36. Souscrire, dans l'école où le service existe, aux conditions de la politique et collaborer avec les agents du milieu aux saines habitudes alimentaires chez les jeunes.

POLITIQUE POUR SOUTENIR L'ACTION VERS DE BONNES HABITUDES DE VIE

37. Élaborer un programme d'activités physiques qui développe des habitudes menant à un meilleur état de santé.

Le concessionnaire des cafétérias

38. Fournir les services alimentaires prévus en conformité avec les politiques et les documents contractuels en lien avec la Commission scolaire.

39. Collaborer avec la direction de l'établissement à la promotion des principes d'une saine alimentation.

40. Afficher les menus et les prix des aliments offerts incluant les informations relatives aux élèves ayant des allergies alimentaires.

41. Prévoir des programmes de formation pour les employés, principalement en matière d'hygiène et de salubrité.

42. Respecter la politique et se conformer aux modalités de gestion.

LES ORIENTATIONS

Environnement scolaire

Saine alimentation

43. Privilégier une alimentation variée et des aliments de bonne valeur nutritive en :

- a) Offrant des repas composés d'aliments des quatre groupes du *Guide alimentaire canadien* : légumes et fruits; produits céréaliers; lait et substituts; viande et substituts.
- b) Composant une assiette principale comprenant au moins un légume d'accompagnement.
- c) Faisant place à une variété de fruits et légumes.
- d) Faisant place à une variété de jus de fruits purs à 100 % (non sucrés) et de jus de légumes, en plus du lait et de l'eau.
- e) Privilégiant les produits céréaliers à grains entiers.
- f) Offrant des desserts et collations à base de fruits, de produits laitiers et de produits céréaliers à grains entiers, et éviter ceux riches en matières grasses et en sucre.
- g) Minimisant le contenu en gras de la viande.
- h) Privilégiant les types de cuisson n'utilisant pas ou que très peu de matières grasses, c'est-à-dire à la vapeur, au four, braisé, poché, grillé ou rôti.
- i) Évitant les produits contenant des gras saturés ou hydrogénés (gras trans).

POLITIQUE POUR SOUTENIR L'ACTION VERS DE BONNES HABITUDES DE VIE

44. Proscrire les aliments à faible valeur nutritive de l'offre alimentaire :
- Les boissons gazeuses sucrées, celles avec substitut de sucre (boissons diètes) ainsi que les boissons avec sucre ajouté.
 - Les produits dont la liste des ingrédients débute par le terme « sucre » ou un équivalent.
 - L'offre de pommes de terre frites.
 - La friture et les aliments panés commerciaux ou préalablement frits.
45. Vendre ou offrir des aliments et boissons conformes aux principes d'une saine alimentation à l'occasion des campagnes de financement, d'événements spéciaux, de voyages, de sorties éducatives, etc. (en privilégiant les produits locaux).
46. Offrir des lieux adéquats et des conditions favorables lors de repas :
- S'assurer que les lieux utilisés pour les repas sont sécuritaires en tout temps.
 - Faire du repas un moment agréable de la journée scolaire, notamment en s'assurant que les endroits où les jeunes mangent sont accueillants et conviviaux.

Mode de vie physiquement actif

47. Augmenter les occasions d'être actif physiquement, principalement à l'occasion des récréations, de l'heure du dîner, des périodes de service de garde ou dans le cadre des activités parascolaires :
- Former et soutenir des jeunes leaders qui serviront de modèles.
 - Former et soutenir le service de garde dans sa mise en œuvre de programme alimentaire et d'activités physiques.
 - Intégrer dans la grille-horaire, en parascolaire, une gamme élargie d'activités physiques et récréatives.
48. Offrir des activités qui tiennent compte des intérêts variés des jeunes et adaptées à leurs capacités :
- Associer les jeunes à la détermination de l'offre de service afin qu'ils se sentent concernés par une meilleure santé.
 - Prévoir des activités répondant de façon particulière aux intérêts des filles.
 - Offrir aux élèves du primaire davantage d'activités qui développent la condition motrice.
 - Offrir des activités qui misent sur la participation, le jeu et le plaisir d'être actif physiquement.
49. Aménager et animer les aires intérieures et extérieures pour optimiser les occasions d'être actif physiquement :

POLITIQUE POUR SOUTENIR L'ACTION VERS DE BONNES HABITUDES DE VIE

- a) Mettre à la disposition des jeunes du matériel en bon état, sécuritaire et en quantité suffisante.
- b) Aménager la cour d'école afin d'inciter les élèves à bouger davantage.
- c) Animer les temps de pause lorsque la situation s'y prête.

Éducation, promotion et communication

50. Mettre en place différentes activités d'éducation et de promotion qui favorisent une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif :

- a) Intégrer l'approche École en santé au projet éducatif et au plan de réussite de l'école.

51. Informer périodiquement les parents et la communauté des différentes actions mises en place afin qu'ils soutiennent les efforts du milieu scolaire et assurent une continuité :

- a) Intégrer les éléments de la présente politique au plan de communication de l'école.

Mobilisation avec des partenaires

52. Établir ou consolider des ententes de partenariats avec des ressources de la communauté (municipalité, organismes communautaires, CSSS, entreprises ou autres) tout en respectant les champs de compétences de chacun.

53. Favoriser la mise en place de projets intégrateurs mettant en scène différents partenaires du milieu.

54. Faire appel à des personnes (diététiste, technicien en diététique, infirmière communautaire, kinésiologue, éducateur physique, technicien en loisirs, etc.) ou à des organismes qui possèdent une expertise reconnue. **

55. Favoriser la mise en place de projets en collaboration avec l'URLS et l'ARSEQ. **

** C.S.S.S. (Centre de santé et des services sociaux), DSP (Direction de la santé publique), ARSEQ (Association régionale du sport étudiant du Québec), O.I.I.Q. (Ordre des infirmières et infirmiers du Québec), O.P.D.Q. (Ordre professionnel des diététistes du Québec), F.K.Q. (Fédération des kinésiologues du Québec), F.E.E.P.E.Q. (Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec), URLS (Unité régionale loisirs et sports).

ADOPTION

56. Une Commission scolaire en action vers de bonnes habitudes de vie - Politique adoptée le 18 mars 2008.