

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

État de situation sur les saines habitudes de vie à l'école Dix ans après le virage santé dans les écoles, les constats et recommandations de la Coalition Poids

Montréal, le 23 septembre 2017 – La Coalition québécoise sur la problématique du poids (Coalition Poids) dévoile son [rapport](#) sur l'état de situation des saines habitudes de vie à l'école. À l'occasion du dixième anniversaire de la [Politique-cadre Pour un virage santé à l'école](#) du ministère de l'Éducation, la Coalition Poids invite le gouvernement à la revitaliser et, surtout, à soutenir davantage son application. « Nos constats démontrent de nombreuses inégalités entre les milieux et certaines pratiques doivent être revues. Dès les premières années du virage santé, les écoles rapportaient des obstacles, sans que les solutions nécessaires n'aient été appliquées par le gouvernement pour les atténuer. Dix ans plus tard, il est temps d'y remédier », indique Corinne Voyer, directrice de la Coalition Poids.

La saine alimentation et l'activité physique sont non seulement bénéfiques à la santé, mais sont aussi essentielles à la réussite éducative des jeunes. Rédigé il y a plus de 10 ans, le contenu de la Politique-cadre demeure utile et pertinent, mais certains aspects doivent être ajustés. « Un meilleur accompagnement de l'équipe-école et une modernisation de la Politique-cadre doivent être réalisés pour refléter les connaissances actuelles et intégrer certains éléments qui la rendront plus complète, mieux comprise et cohérente avec les récentes politiques gouvernementales », explique Corinne Voyer. De plus, des programmes de subventions pour la saine alimentation sont nécessaires pour permettre aux écoles d'offrir des contextes de repas agréables et conviviaux aux enfants et de développer leurs compétences alimentaires.

Par ailleurs, suite au lancement de la Politique-cadre en 2007, plusieurs frustrations et incompréhensions ont été rapportées. « Dans certains milieux, les parents pestent contre le casse-tête des boîtes à lunch, le contrôle de leur contenu, ou le manque de souplesse à l'égard des aliments peu nutritifs lors des fêtes. Il est clair que les écoles et les parents n'ont pas été assez informés des objectifs de la Politique-cadre, ni suffisamment soutenus dans sa mise en œuvre », observe Mme Voyer.

Les constats de la Coalition Poids, faits grâce à la contribution de plusieurs partenaires, démontrent que le gouvernement doit clarifier les messages et directives auprès du réseau scolaire. « Même si chaque école doit conserver son autonomie pour répondre aux besoins de sa clientèle, certaines directives communes sont nécessaires pour harmoniser les pratiques en matière de saines habitudes de vie et réduire les écarts dans la qualité des environnements offerts aux élèves. Peu importe le quartier, les jeunes doivent avoir les mêmes chances d'adopter un mode de vie sain, qui contribue à leur réussite », conclut Mme Voyer.

Le rapport *Virage santé à l'école, 10 ans plus tard: constats et recommandations* de la Coalition Poids a été réalisé grâce à la contribution et l'appui de plusieurs organismes et collaborateurs du milieu scolaire et de la santé.

Faits saillants

Les constats de la Coalition Poids ont été réalisés à partir d'évaluations publiées concernant la Politique-cadre, de données de sondages et de l'expérience partagée d'experts réunis sous deux comités.

Parmi les défis les plus importants, notons :

Volet saine alimentation

- La qualité des boissons et collations proposées par les écoles.
- L'accès à l'eau insuffisant dans certains milieux.
- La rentabilité de l'offre alimentaire saine pour les repas.
- L'imposition injustifiée de critères obligatoires pour la valeur nutritive des boîtes à lunchs et collations.
- Le contexte de la prise des repas et collations :
 - lieux bruyants, mal équipés ou inconfortables dans plusieurs écoles primaires ;
 - contexte inadéquat (prises alimentaires trop rapprochées, durée de repas de moins de 20 minutes, projection de films pendant les repas ou silence obligatoire, contrôle des boîtes à lunchs, etc.).
- Les importantes disparités entre les écoles quant aux activités de développement des compétences alimentaires et culinaires en classe, en parascolaire et au service de garde.
- Le manque de soutien pédagogique, professionnel et financier pour la saine alimentation à l'école dans plusieurs milieux.

Volet mode de vie physiquement actif

- Le nombre d'occasions d'être physiquement actif varie d'une école à l'autre :
 - nombre d'heures minimum d'éducation physique et à la santé n'est pas toujours respecté;
 - 39 % des parents rapportent que l'école primaire de leur enfant n'offre pas au moins deux récréations de 15 minutes par jour;
 - l'offre d'activités physiques intramurales et parascolaires ne répond pas toujours aux besoins des moins actifs et des filles. Dû à l'aspect compétitif, les places sont limitées et souvent accordées aux meilleurs jeunes;
 - qu'il soit perçu ou réel, le manque de sécurité des trajets entre le domicile et l'école est un obstacle au transport actif.
- Les éducateurs en service de garde et les surveillants identifient un manque de formation sur les pratiques d'animation et d'organisation d'activités pour maintenir l'intérêt des jeunes.
- Les élèves n'ont pas nécessairement accès au matériel de jeux actifs lors des récréations, avant et après les heures de classe.

Recommandations

Les comités d'experts réunis par la Coalition Poids ont formulé plusieurs recommandations, dont certaines sont à coût nul, pour soutenir le travail des écoles en matière de saine alimentation et de promotion d'un mode de vie physiquement actif.

Pour promouvoir une saine alimentation

- Réviser l'information concernant les jus et le lait au chocolat, insister sur le retrait des boissons sucrées des écoles et assurer l'accès à l'eau en tout temps pour les élèves.
- Réaliser un nouveau portrait de la qualité nutritionnelle des menus offerts à l'école.
- Soutenir l'intégration d'activités permettant le développement des compétences alimentaires et culinaires en classe, en parascolaire et au service de garde.
- Subventionner :
 - l'installation de fontaines d'eau et de stations d'approvisionnement en eau pour garantir un accès facile dans les milieux où cela est nécessaire;
 - l'aménagement d'aires de repas conviviales;
 - l'achat de petits équipements de cuisine (ex. : ustensiles, bols, planches à découper, etc.) ou de jardinage (ex. : bacs, terre, pelles, truelles, etc.) pour les écoles dans un but pédagogique;
 - l'achat d'aliments sains à des fins éducatives ou pour les services alimentaires.

Pour harmoniser les pratiques relatives à l'alimentation et s'assurer qu'elles soient basées sur les meilleures connaissances

- Recadrer la portée de la Politique-cadre en précisant que les critères de qualité pour l'offre alimentaire ne concernent pas les aliments entrant dans l'école par le biais des boîtes à lunch et des collations.
- Guider les écoles à propos de :
 - l'encadrement et du contexte de la prise des repas et collations (fréquence, moment, type, bonnes pratiques) ;
 - la gestion des allergies alimentaires ;
 - l'offre alimentaire lors des occasions spéciales.

Pour atteindre un temps minimum de 60 minutes d'activités physiques par jour, du moment où les enfants partent à l'école jusqu'à leur retour à la maison

- Rendre obligatoire un temps minimal consacré aux cours d'éducation physique et à la santé.
- Instaurer au moins deux pauses par jour d'un minimum de 15 minutes chacune au préscolaire et au primaire.
- Intégrer des moments d'activités physiques au quotidien à d'autres disciplines d'enseignement que l'éducation physique et à la santé et dans différents contextes scolaires.
- Encourager une variété d'activités physiques dans le cadre d'activités parascolaires et intramurales rejoignant le maximum de jeunes, tout en portant une attention spécifique aux moins actifs et aux particularités de la pratique des filles.
- S'assurer de rendre le matériel d'activités physiques accessible à l'ensemble des jeunes durant les heures d'école.
- Favoriser des déplacements actifs sécuritaires.

- Augmenter le temps actif des jeunes dans la planification hebdomadaire des services de garde.

Pour soutenir les milieux dans la mise en œuvre de la Politique-cadre *Pour un virage santé à l'école*

- Assurer la présence d'une ressource de soutien en nutrition accessible aux écoles pour adapter ou réviser leurs pratiques, activités ou communications en nutrition.
- Mandater et libérer, dans chaque établissement, un membre de l'équipe-école qualifié pour former, accompagner et transférer l'expertise auprès de celle-ci en matière de planification, d'organisation et de réalisation d'activités physiques et sportives.

À propos de la Coalition québécoise sur la problématique du poids

Créée en 2006 et parrainée par l'Association pour la santé publique du Québec depuis 2008, la Coalition québécoise sur la problématique du poids réunit près de 400 partenaires qui visent l'adoption de politiques publiques spécifiques à l'égard des problèmes reliés au poids. Elle agit pour favoriser la mise en place d'environnements facilitant les choix santé et la prévention des problèmes de poids. Pour plus de détails, cqpp.qc.ca.

– 30 –

Pour toute demande d'entrevue, contactez :

Corinne Voyer,

Directrice

Coalition québécoise sur la problématique du poids

Cellulaire : 514-566-4605

Bureau : 514-598-8058 poste 242

cvoyer@cqpp.qc.ca