



Commission scolaire  
de la Baie-James

**L'élève** au cœur  
de notre avenir

# **POLITIQUE RELATIVE AU DÉVELOPPEMENT DE SAINES HABITUDES DE VIE**

**ADOPTÉE LE : 26 janvier 2008**

**RÉSOLUTION : CC1944-08**

# TABLE DES MATIÈRES

---

---

Préambule.....	1
1.0 Principes.....	2
2.0 Buts .....	2
3.0 Champ d'application.....	2
4.0 Objectifs généraux .....	2
5.0 Objectifs spécifiques .....	3
6.0 Rôles et responsabilités .....	4
7.0 Définitions.....	5
8.0 Consultation et adoption.....	5
9.0 Références .....	6

---

---

**NOTE:**        *Dans le présent document, le masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.*

## PRÉAMBULE

Le gouvernement du Québec s'est doté d'un Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012, *Investir pour l'avenir*.

Le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport a contribué à ce plan en publiant sa Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif<sup>1</sup>.

L'adoption et le maintien de ces deux habitudes de vie sont au cœur du développement du jeune vers son plein épanouissement personnel et social. Il va sans dire que l'acquisition de saines habitudes de vie et la réussite éducative vont de pair. En effet, il est reconnu qu'une saine alimentation influe positivement sur la croissance des jeunes et une pratique régulière d'activités physiques favorise leur concentration, facteur lié à la réussite scolaire. Aussi, l'école étant un lieu de formation et de transmission de valeurs, la santé des jeunes et leurs habitudes de vie doivent être une réelle préoccupation pour le réseau de l'éducation.

Cette préoccupation se traduit par un engagement à agir afin d'améliorer la santé des jeunes par la création d'un environnement propice à la saine alimentation et à l'adoption d'un mode de vie physiquement actif.

Par l'actualisation de cette politique, la Commission scolaire de la Baie-James souhaite répondre aux volontés inscrites dans les textes officiels.

« Mangez bien et soyez actif chaque jour ! »  
\_ Santé Canada

1. L'expression « mode de vie physiquement actif » fait ici référence à un mode de vie où, dans un contexte sécuritaire, des activités physiques ou sportives sont intégrées dans le quotidien, que ce soit pour le loisir ou les déplacements.

---

## **PRINCIPES**

---

La santé, la réussite, l'alimentation et l'activité physique sont étroitement liées.

Le guide alimentaire canadien est la référence officielle pour assurer une saine alimentation aux élèves (variété, quantité, aliments moins gras).

Le guide d'activité physique canadien est la référence officielle pour assurer une meilleure santé et un poids santé.

---

## **2.0 BUTS**

---

- 2.1 Soutenir les écoles, les centres et les services de garde dans l'offre d'un environnement favorable à l'adoption et au maintien de saines habitudes alimentaires et d'un mode de vie physiquement actif.
- 2.2 Soutenir les écoles, les centres et les services de garde dans le développement des compétences personnelles des élèves à cet égard.
- 2.3 Déterminer les rôles et responsabilités de chacun des intervenants.

---

## **3.0 CHAMP D'APPLICATION**

---

La présente politique encadre les modalités des services offerts en matière de nutrition et de la pratique de l'activité physique au sein de nos établissements et de nos centres administratifs, ainsi que les droits et responsabilités de chacun des intervenants concernés.

D'une part, elle permet aux établissements de se doter de critères de qualité pour la sélection des produits alimentaires, ceux-ci étant basés sur les besoins de leurs usagers.

D'autre part, elle permet aux établissements de se doter de mesures incitatives pour une pratique quotidienne de l'activité physique favorisant une meilleure santé et un poids santé de leurs usagers.

---

## **4.0 OBJECTIFS GÉNÉRAUX**

---

En vertu de la présente politique, la Commission scolaire poursuit les objectifs généraux suivants :

- 4.1 s'assurer que l'offre alimentaire sous la responsabilité des écoles, des centres et des services de garde favorise l'adoption de saines habitudes alimentaires ;

- 4.2 accompagner les écoles, les centres et les services de garde dans leurs efforts pour augmenter les occasions d'être physiquement actif à l'école pour l'ensemble des jeunes ;
- 4.3 soutenir les écoles, les centres et les services de garde dans leurs efforts pour développer chez les jeunes et les adultes des connaissances, des attitudes positives et des comportements sains à l'égard du poids, de l'alimentation et de l'activité physique ;
- 4.4 susciter des initiatives d'éducation, de communication et de promotion favorisant l'acquisition de saines habitudes de vie à long terme ;
- 4.5 favoriser la mobilisation des différents partenaires communautaires pour entreprendre des actions concertées visant l'adoption d'une saine alimentation et d'un mode de vie physiquement actif.

---

## **5.0 OBJECTIFS SPÉCIFIQUES**

---

Que les écoles, les centres et les services de garde :

- 5.1 prennent des décisions quotidiennes de saines habitudes de vie qui améliorent la condition physique de tous les élèves ;
- 5.2 travaillent à développer les connaissances et les attitudes positives à l'égard d'une saine alimentation ;
- 5.3 offrent, s'il y a lieu, un repas selon un choix d'aliments reconnus par le guide alimentaire canadien ;
- 5.4 favorisent en tout temps et en tous lieux des aliments qui sont reconnus pour contribuer au développement et au maintien de la santé et du bien-être ;
- 5.5 mettent en place des mesures incitatives afin de rendre les choix sains plus accessibles et attrayants ;
- 5.6 mettent en place des mesures appropriées afin d'offrir des lieux sécuritaires, accueillants et conviviaux lors des repas ;
- 5.7 mettent en place des mesures appropriées afin d'assurer la vigilance requise pour les personnes qui souffrent d'allergies alimentaires ;
- 5.8 respectent la politique alimentaire lors des campagnes de financement reliée aux activités des élèves de l'établissement et lors d'activités de récompense ;
- 5.9 établissent et consolident un partenariat avec le conseil d'établissement, les familles et le traiteur (s'il y a lieu) pour faire la promotion d'une saine alimentation ;

- 5.10 travaillent à développer les connaissances et les attitudes positives à l'égard d'une pratique quotidienne de l'activité physique ;
- 5.11 favorisent l'augmentation des occasions d'être actif physiquement pour mieux contribuer au développement et au maintien de la santé et du bien-être des élèves ;
- 5.12 mettent en place des mesures incitatives afin de rendre la pratique quotidienne de l'activité physique attrayante et adaptée aux intérêts et aux capacités des élèves ;
- 5.13 optimisent les occasions d'être actif physiquement grâce à l'aménagement et à l'animation des aires intérieures et extérieures de leur établissement respectif ;
- 5.14 établissent et consolident un partenariat avec le conseil d'établissement, les familles et les différents partenaires communautaires pour faire la promotion d'une pratique quotidienne de l'activité physique ;
- 5.15 informent 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.

---

## **6.0 RÔLES ET RESPONSABILITÉS**

---

### 6.1 Commission scolaire

- 6.1.1 Accompagne les directions d'établissement, de centres et les services de garde dans leurs responsabilités respectives.
- 6.1.2 Favorise l'éducation, la promotion et la communication d'une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif.

### 6.2 Direction d'école et de centre

- 6.2.1 Voit à l'application de la présente politique.
- 6.2.2 S'assure de l'entretien quotidien de chaque point de service de son établissement et des lieux de consommation autorisés.
- 6.2.3 Régit dans son établissement la consommation d'aliments jugés non conformes par la présente politique ou susceptibles de provoquer une réaction allergique et en informe les élèves et les parents.
- 6.2.4 Favorise dans son milieu l'acquisition de connaissances, d'attitudes et d'habiletés reliées à l'application des principes d'une saine nutrition et d'une pratique quotidienne de l'activité physique en impliquant les élèves et le personnel.

### 6.3 Conseil d'établissement

- 6.3.1 Collabore avec la direction de l'établissement à l'application de la présente politique.
- 6.3.2 Favorise dans son milieu l'établissement et la consolidation des partenariats avec la communauté.

### 6.4 Équipe-école, équipe-centre

- 6.4.1 Collabore avec la direction de l'établissement à l'application de la présente politique.

---

## 7.0 DÉFINITIONS

---

- 7.1 **Usager** : un élève, jeune ou adulte, ou un membre du personnel.
- 7.2 **Point de service** : un point de service désigne tout endroit et équipement dans les établissements et les centres administratifs où de la nourriture est offerte aux usagers à l'exception des aliments ou mets apportés directement par l'utilisateur. Un point de service peut comprendre notamment une cafétéria, une machine distributrice, un local de service de garde, un local où mangent les usagers.
- 7.3 **Services alimentaires** : les services alimentaires comprennent l'approvisionnement, le contrôle, l'aménagement physique, la vente, la fabrication, la transformation et la distribution de produits alimentaires destinés aux usagers.
- 7.4 **Traiteur** : le traiteur désigne la personne physique ou morale qui exploite un service de vente d'aliments aux usagers.

---

## 8.0 CONSULTATION ET ADOPTION

---

### 8.1 Consultation

Comité consultatif de gestion 2008-01-25

### 8.2 Adoption

Conseil des commissaires 2008-01-26

---

## 9.0 RÉFÉRENCES

---

Pour un virage en santé à l'école - Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif

<http://www.mels.gouv.qc.ca/sections/virageSante/pdf/virageSante.pdf>

Fiches thématiques en lien avec la politique-cadre :

<http://www.mels.gouv.qc.ca/sections/virageSante/index.asp?page=fiches>

Bien manger avec le Guide alimentaire canadien

[http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/alt\\_formats/hpfb-dgpsa/pdf/food-guide-aliment/print\\_eatwell\\_bienmang\\_f.pdf](http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/alt_formats/hpfb-dgpsa/pdf/food-guide-aliment/print_eatwell_bienmang_f.pdf)

Guide pédagogique d'activité physique pour les enfants du Canada (de 6 à 9 ans)

[http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideap/enfants\\_jeunes/pdf/kids\\_teachguide\\_f.pdf](http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideap/enfants_jeunes/pdf/kids_teachguide_f.pdf)

Guide pédagogique d'activité physique pour les jeunes du Canada (de 10 à 14 ans)

[http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideap/enfants\\_jeunes/pdf/yth\\_family\\_guide\\_f.pdf](http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideap/enfants_jeunes/pdf/yth_family_guide_f.pdf)