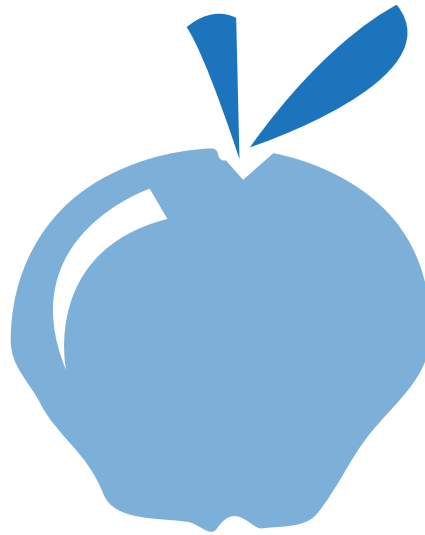


Pour un Programme Universel de Saine Alimentation Scolaire



Présenté par les membres et collaborateurs de la **Coalition pour une saine alimentation scolaire**



La Coalition pour une saine alimentation scolaire entend établir un programme alimentaire scolaire à frais partagés qui permettrait de servir à tous les élèves canadiens des repas sains quotidiens. Pour ce faire, elle cherche à obtenir, de la part du gouvernement fédéral, un financement d'un milliard de dollars réparti sur cinq ans. En s'inspirant sur les programmes déjà en place à travers le pays, toutes les écoles pourront éventuellement servir aux élèves, gratuitement ou à un prix modique, des collations ou des repas sains. Ces programmes comprendront un volet d'éducation alimentaire, en plus de servir, autant que faire se peut, des aliments produits localement de manière durable et culturellement appropriés.

Le Saviez-Vous?

Le Canada est l'un des rares pays où l'ensemble disparate de programmes alimentaires scolaires publics ou privés mis en place de manière expéditive ne répond aux besoins que d'une faible proportion de nos cinq millions d'élèves ou plus. Seule une politique émanant du gouvernement fédéral permettrait d'assurer une couverture universelle.

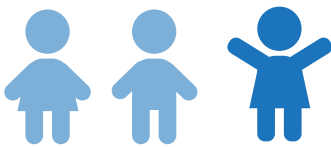


Pourquoi?

Tous les enfants devraient avoir accès à des aliments sains à l'école. Nous devons fournir les bases nécessaires au développement de saines habitudes alimentaires qu'ils conserveront toute leur vie et qui feront en sorte que leur apprentissage n'est pas compromis par un manque d'accès à des aliments sains.

Défis à relever en matière de Saine Alimentation à l'École

Seul le tiers des enfants de 4 à 13 ans mange **cinq portions ou plus de fruits et de légumes** par jour.¹



Le nombre de cas de diabète et d'obésité accuse des records historiques, notamment parmi les Autochtones, où le nombre de cas est plus élevé que parmi le reste de la population.³

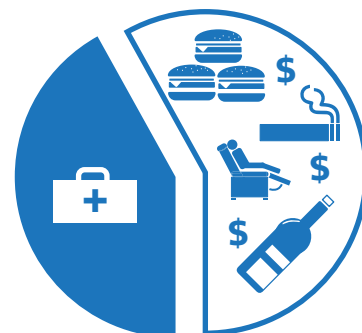
Le tiers des élèves du primaire et les deux tiers de ceux du secondaire **ne mangent pas un déjeuner nutritif avant d'aller à l'école**,⁴ ce qui risque de compromettre leur apprentissage, leur santé ou leur comportement à l'école.

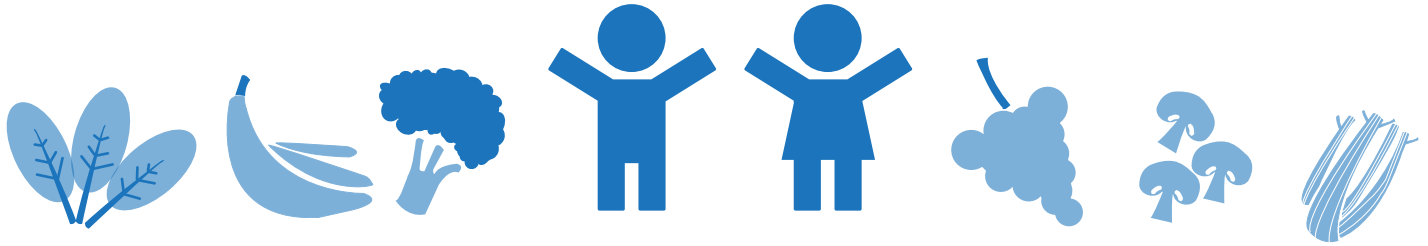


Environ le quart de l'apport en calories des enfants provient d'aliments qui **ne sont pas recommandés** par le *Guide alimentaire canadien*.²



Au Canada, près de la moitié (58 %) de l'ensemble des dépenses annuelles en santé est associée aux maladies chroniques, qui ont pour principales causes de mauvaises habitudes alimentaires, le manque d'activité physique, le tabagisme et la consommation abusive d'alcool.⁵





Les Faits

Les programmes alimentaires scolaires contribuent à la santé et au bien-être des élèves de même qu'à la connexité entre l'école et la communauté.

- Les programmes alimentaires scolaires engendrent des retombées positives sur la santé mentale des enfants, celles-ci comprenant une diminution des problèmes comportementaux et émotifs, de même que des cas d'intimidation, d'agression, d'anxiété et de dépression,^{6,7} ce qui réduit le nombre de visites à l'infirmerie de l'école.⁸
- Les enfants qui prennent un repas le matin sont moins souvent malades, ont moins de problèmes reliés à la faim (étourdissements, léthargie, maux de tête, d'estomac et d'oreilles^{9,10,11,12}), et se démarquent positivement et de manière significative de leurs pairs sur les plans de la coopération, de la discipline et des relations interpersonnelles.¹³

Les programmes alimentaires scolaires engendrent une augmentation de la consommation de fruits, de légumes et d'autres aliments sains.

- Des études ont montré que les programmes alimentaires scolaires peuvent contribuer à réduire les risques d'accidents cardiovasculaires (ex. accidents vasculaires cérébraux, maladies cardiaques), de maladies chroniques (ex. diabète de type 2) et de certains types de cancers,^{14,15} un phénomène dû à la consommation accrue de légumes, de grains entiers et de micronutriments.^{16,17,18,19}
- Des recherches menées dans le nord de l'Ontario et en Colombie-Britannique rapportent que les élèves qui ont pris part à un programme alimentaire scolaire ont indiqué consommer plus de fruits et de légumes, et moins d'« autres » aliments non nutritifs.^{20,21}
- Les élèves qui prennent part à un programme alimentaire scolaire consomment plus de fibres et de micronutriments, en plus de consommer moins de gras saturés et trans, de sodium et de sucre ajouté.^{22,23,24, 25}

Les programmes alimentaires scolaires contribuent à l'apprentissage et à la réussite scolaire des élèves.

- Une évaluation d'un programme de déjeuners au sein du Conseil scolaire du district de Toronto a révélé que les élèves qui consomment un repas matinal presque tous les jours montrent une augmentation d'au moins 10 % de certaines de leurs aptitudes à l'école telles que la capacité de mener des travaux scolaires de manière autonome, l'esprit d'initiative, la résolution de conflit, la participation en classe et la résolution de problèmes.²⁶
- Lorsque les enfants vont à l'école alors qu'ils ont faim ou qu'ils sont malnutris, leur niveau d'énergie, leur mémoire, leur capacité à résoudre les problèmes, leur créativité, leur concentration et leurs autres fonctions cognitives sont tous affectés de manière négatives.^{27,28} Ces enfants ont également plus de chances de redoubler une année scolaire.^{29,30}
- Au Canada, l'insécurité alimentaire constitue un défi en matière de santé publique qu'il est urgent de surmonter et qui affecte 1,15 million d'enfants canadiens de moins de 18 ans (soit un enfant de cette catégorie d'âge sur six)³¹. Les différentes populations ne sont pas toutes atteintes au même degré : deux enfants Inuits sur trois vivent l'insécurité alimentaire; il s'agit là du plus haut taux d'insécurité alimentaire parmi les populations autochtones vivant en pays industrialisés.³²



Les programmes alimentaires scolaires contribuent à augmenter la productivité en raison des avantages pour la santé qu'ils procurent, en plus d'accroître le taux de réussite scolaire.

- Soutenir un programme alimentaire scolaire universel allège le fardeau financier imposé au système de santé en diminuant le risque de maladies chroniques et de troubles mentaux reliés à l'alimentation, qui comptent parmi les problèmes de santé les plus coûteux et les plus longs à traiter.³³
- Au sein du Conseil scolaire du district de Toronto, 78 % des élèves de 10^e année qui ont consommé un déjeuner presque tous les jours étaient en voie d'obtenir leur diplôme, en comparaison de 61 % chez les élèves qui ne déjeunaient pas.³⁴
- Il est estimé qu'au Canada, chaque augmentation d'un point de pourcentage du taux de diplomation a le potentiel d'engendrer des économies de 7,7 milliards de dollars par année.³⁵ Cela est dû au fait que les diplômés du secondaire gagnent de meilleurs salaires, paient plus de taxes, engendrent des coûts moindres pour le système de santé, sont moins enclins à avoir des démêlés avec le système judiciaire, et dépendent moins de l'assistance sociale.

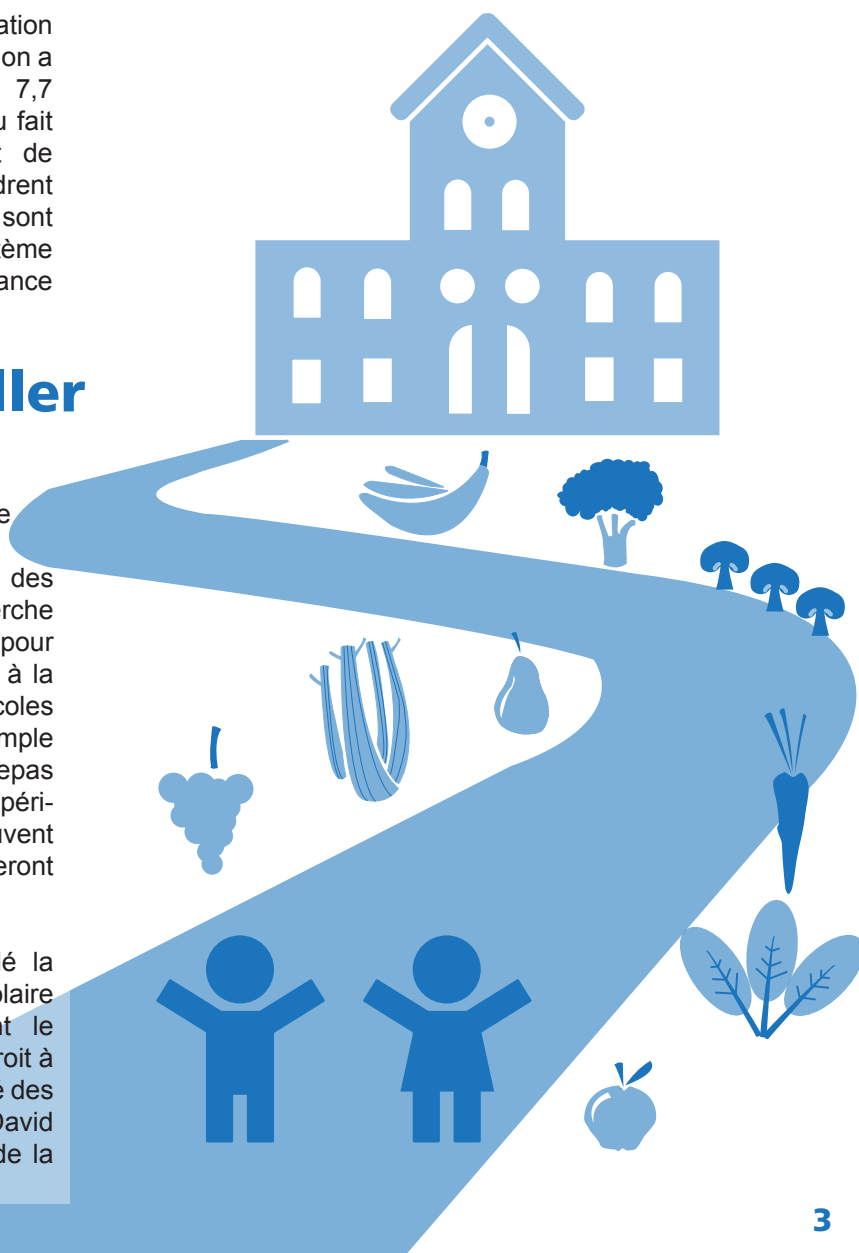
Un moyen sain d'aller de l'avant

Les programmes alimentaires scolaires sont de plus en plus perçus comme étant des facteurs essentiels à la santé physique et mentale des élèves. De plus en plus de résultats de recherche démontrent le potentiel de tels programmes pour améliorer les choix alimentaires et contribuer à la réussite scolaire de tous les élèves. Nos écoles peuvent devenir des endroits qui donnent l'exemple en matière de mode de vie sain. Manger des repas sains constitue également une importante expérience concrète par laquelle les enfants peuvent acquérir de saines habitudes qu'ils garderont pendant toute leur vie.

Plusieurs dirigeants et experts ont demandé la mise en place d'un programme alimentaire scolaire universel. Ceux-ci comprennent notamment le rapporteur spécial des Nations unies pour le droit à l'alimentation, le Comité d'experts pour la santé des enfants en Ontario ainsi que le Dr David Butler-Jones, ancien administrateur en chef de la santé publique du Canada.

Les programmes alimentaires scolaires ont le potentiel de soutenir les économies nationales et locales en augmentant le nombre d'emplois et en ouvrant le marché aux aliments locaux frais.

- La mise en place d'un programme alimentaire scolaire universel au Canada a le potentiel de créer des milliers de nouveaux emplois dans les communautés du pays.
- Lorsque des aliments locaux sont servis, les effets multiplicateurs locaux découlant des achats alimentaires locaux se répercutent sur la production alimentaire régionale, les revenus domestiques et d'entreprises, le produit intérieur brut à long terme, et la création ou le maintien d'emplois à temps partiel.³⁶



- ¹ Statistics Canada. (2006, July 6). Canadian Community Health Survey: Overview of Canadians' eating habits. Retrieved from: <http://www.statcan.gc.ca/daily-quotidien/060706/dq060706b-eng.htm>
- ² Kellie Langlois and Didier Garriguet, (2011). Sugar consumption among Canadians of all ages. Statistics Canada Catalogue, Vol 22 (3) September 2011.
- ³ Public Health Agency of Canada (2011), using data from 2009-2010 Canadian Community Health Survey (Statistics Canada). Retrieved from: <http://www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/publications/diabetes-diabete/facts-figures-faits-chiffres-2011/chap6-eng.php> January 2015.
- ⁴ David Butler-Jones, The Chief Public Health Officer's Report on the State of Public Health in Canada 2008, (Ottawa: Public Health Agency of Canada, 2008) at 41.
- ⁵ Public Health Agency of Canada, 2011. Chronic Diseases – Most Significant Cause of Death Globally. Prepared for the United Nations Non-Communicable Disease Summit 2011. Accessed Feb. 16, 2015: http://www.phac-aspc.gc.ca/media/nr-rp/2011/2011_0919-bg-di-eng.php#ftii
- ⁶ Kleinman, R. E., Hall, S., Green, H., Korzec-Ramirez, D., Patton, K., Pagano, M. E., & Murphy, J. M. (2002). Diet, breakfast, and academic performance in children. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 46(1), 24-30.
- ⁷ Murphy, J. M., Pagano, M. E., Nachmani, J., Sperling, P., Kane, S., & Kleinman, R. E. (1998). The relationship of school breakfast to psychosocial and academic functioning: cross-sectional and longitudinal observations in an inner-city school sample. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 152(9), 899-907.
- ⁸ Bernstein, L. S., McLaughlin, J. E., Crepinsek, M. K., & Daft, L. M. (2004). Evaluation of the school breakfast program pilot project: Final report. Nutrition Assistance Program Report Series. Retrieved from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED486532.pdf>
- ⁹ Alaimo, K., Olson, C. M., Frongillo, E. A. Jr., & Briefel, R. R. (2001). Food insufficiency, family income, and health in U.S. preschool and school-aged children. *American Journal of Public Health*, 91(5), 781-786.
- ¹⁰ Alaimo, K., Olson, C. M., & Frongillo, E. A. (2002). Family food insufficiency, but not low family income, is positively associated with dysthymia and suicide symptoms in adolescents. *Journal of Nutrition*, 132, 719-725.
- ¹¹ Casey, P. H., Szeto, K. L., Robbins, J. M., Stuff, J. E., Connell, C., Gossett, J. M., & Simpson, P. M. (2005). Child health-related quality of life and household food security. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 159(1), 51-56.
- ¹² Weinreb, L., Wehler, C., Perloff, J., Scott, R., Hosmer, D., Sagor, L., & Gundersen, C. (2002). Hunger: Its impact on children's health and mental health. *Pediatrics*, 110(4), e41.
- ¹³ Brown, J. L., Beardslee, W. H., & Prothrow-Stith, D. (2008). Impact of breakfast on children's health and learning: An analysis of the scientific research. Sodexo Foundation. Retrieved from http://www.sodexofoundation.org/hunger_us/Images/Impact%20of%20School%20Breakfast%20Study_tcm150-212606.pdf
- ¹⁴ Robien, K., Demark-Wahnefried, W., & Rock, C.L. (2011). Evidence-based guidelines for cancer survivors: Current guidelines, knowledge gaps, and future research directions. *Journal of the American Dietetics Association*, 111(3), 368-75.
- ¹⁵ Dalen, J.E. (2013). Diets to prevent coronary heart disease 1957-2013: What have we learned? *American Journal of Medicine*, 127(5), 364-369.
- ¹⁶ Heflin, C. M., Siefert, K., & Williams, D. R. (2005). Food insufficiency and women's mental health: Findings from a 3-year panel of welfare recipients. *Social Science and Medicine*, 61, 1971-1982.
- ¹⁷ Seligman, H. K., Bindman, A. B., Vittinghoff, E., Kanaya, A. M., & Kushel, M. B. (2007). Food insecurity is associated with diabetes mellitus: Results from the National Health Examination and Nutrition Examination Survey (NHANES) 1999-2002. *Journal of General Internal Medicine*, 22(7), 1018-1023.
- ¹⁸ Seligman, H. K., Laraia, B. A., & Kushel, M. B. (2010). Food insecurity is associated with chronic disease among low-income NHANES participants. *Journal of Nutrition*, 140(2), 304-310.
- ¹⁹ Siefert, K., Heflin, C. M., Corcoran, M. E., & Williams, D. R. (2004). Food insufficiency and physical and mental health in a longitudinal survey of welfare recipients. *Journal of Health and Social Behavior*, 45(2), 171-186.
- ²⁰ Skinner, K., Hanning, R. M., Metatawabin, J., Martin, I. D., & Tsuji, L. J. S. (2012). The impact of a school snack program on the dietary intake of grade six to ten First Nations students living in a remote community in northern Ontario, Canada. *Rural and Remote Health*, 12(3), 1-17.
- ²¹ Mâsse, L. C., & de Niet, J. E. (2013). School nutritional capacity, resources and practices are associated with availability of food/beverage items in schools. *International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity*, 10, 26.
- ²² Affenito, S. G., Thompson, D. R., Barton, B. A., Franko, D. L., Daniels, S. R., Obarzanek, E., Schreiber, G. B., & Striegel-Moore, R. H. (2005). Breakfast consumption by African-American and white adolescent girls correlates positively with calcium and fiber intake and negatively with body mass index. *Journal of the American Dietetic Association*, 105(6), 938-945.
- ²³ Kerver, J. M., Yang, E. J., Obayashi, S., Bianchi, L., & Song, W. O. (2006). Meal and snack patterns are associated with dietary intake of energy and nutrients in US adults. *Journal of the American Dietetic Association*, 106(1), 46-53.
- ²⁴ Crepinsek, M. K., Singh, A., Bernstein, L. S., & McLaughlin, J. E. (2006). Dietary effects of universal-free school breakfast: Findings from the evaluation of the school breakfast program pilot project. *Journal of the American Dietetic Association*, 106(11), 1796-1803.
- ²⁵ Dalen, J.E. (2013).
- ²⁶ Muthuswamy, E. (2012). Feeding our future: The first- and second-year evaluation. Toronto District School Board. Retrieved from <http://www.tdsb.on.ca/Portals/0/Elementary/docs/SupportingYou/EvaluationFOFProgram19Mar12.pdf>
- ²⁷ Taras, H. (2005). Nutrition and student performance at school. *Journal of School Health*, 75(6), 199-213.
- ²⁸ Kleinman, R. E., Murphy, J. M., Little, M., Pagano, M., Wehler, C. A., Regal, K., & Jellinek, M. S. (1998). Hunger in children in the United States: Potential behavioral and emotional correlates. *Pediatrics*, 101(1), 3.
- ²⁹ Murphy, J. M., Pagano, M. E., Nachmani, J., Sperling, P., Kane, S., & Kleinman, R. E. (1998). The relationship of school breakfast to psychosocial and academic functioning: cross-sectional and longitudinal observations in an inner-city school sample. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 152(9), 899-907.
- ³⁰ Alaimo, K., Olson, C. M., & Frongillo, E. A., Jr. (2001). Food insufficiency and American school-aged children's cognitive, academic and psychosocial development. *Pediatrics*, 108(1), 44-53.
- ³¹ Tarasuk, V., A. Mitchell, and N. Dachner, Household food insecurity in Canada, 2012. Research to identify policy options to reduce food insecurity (PROOF): 2014. Toronto, ON. Retrieved from http://nutritionalsciences.lamp.utoronto.ca/wp-content/uploads/2014/05/Household_Food_Insecurity_in_Canada-2012_ENG.pdf
- ³² Aboriginal Food Security in Northern Canada: An Assessment of the State of Knowledge (2014). The Council of Canadian Academies. Retrieved from http://www.scienceadvice.ca/uploads/eng/assessments%20and%20publications%20and%20news%20releases/food%20security/foodsecurity_fullreporten.pdf
- ³³ Lafayette, B. (2014). Economic Impacts of Federally-Funded Food Support Programs on the Franklin County, Ohio, Economy. Regionomics. Retrieved from <http://hungerhub.org/images/images/report/ImpactofFoodAssistanceonFranklinCountyEconomy.pdf>
- ³⁴ Muthuswamy, E. (2012). Feeding our future: The first- and second-year evaluation. Toronto District School Board. Retrieved from <http://www.tdsb.on.ca/Portals/0/Elementary/docs/SupportingYou/EvaluationFOFProgram19Mar12.pdf>
- ³⁵ Hankivsky, O. (2008). Cost Estimates of Dropping out of High School in Canada. Canadian Council on Learning. Retrieved from: <http://www.ccl-cca.ca/pdfs/OtherReports/CostofdroppingoutHankivskyFinalReport.pdf>
- ³⁶ Lafayette, B. (2014).