
Commission scolaire des Hautes-Rivières

**P
O
L
I
T
I
Q
U
E**

SERVICES : de l'enseignement

CODE :

PROCÉDURES :

DIRECTIVES :

DATE D'APPROBATION : 12 mai 2008 **RÉSOLUTION NUMÉRO :** HR 08.05.12-022

DATE DE RÉVISION : **RÉSOLUTION NUMÉRO :**

ENTRÉE EN VIGUEUR : 12 mai 2008

SUJET : POLITIQUE POUR UNE SAINTE ALIMENTATION ET UN MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF

1. CADRE NORMATIF :

- 1.1 Loi sur l'instruction publique (article 257).
 - 1.2 Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif.
 - 1.3 Guide alimentaire canadien.
-

2. CLIENTÈLE VISÉE :

La clientèle visée par cette politique est celle inscrite dans toutes les écoles ou centres de la Commission scolaire des Hautes-Rivières.

3. ÉNONCÉ DE POLITIQUE :

La Commission scolaire des Hautes-Rivières favorise pour sa clientèle des habitudes de saine alimentation et un mode de vie physiquement actif, en se fixant des objectifs et des orientations et en se dotant des outils nécessaires pour les atteindre.

4. OBJECTIFS :

- 4.1 S'assurer que l'offre alimentaire sous la responsabilité de la Commission scolaire favorise l'adoption de saines habitudes alimentaires.
 - 4.2 Susciter les occasions d'être physiquement actif à l'école pour l'ensemble des jeunes.
 - 4.3 Susciter des initiatives d'éducation, de communication et de promotion favorisant l'acquisition de saines habitudes de vie à long terme.
 - 4.4 Mobiliser les différents partenaires scolaires et communautaires pour entreprendre des actions globales et concertées visant l'adoption d'une saine alimentation et d'un mode de vie physiquement actif.
-

5. ORIENTATIONS :

5.1 Pour une « Saine alimentation » :

A) Orientation 1 : *Offrir une alimentation variée et privilégier les aliments de bonne valeur nutritive.*

- Offrir des repas composés d'aliments des quatre groupes du *Guide alimentaire canadien* : légumes et fruits, produits céréaliers, lait et substituts, viande et substituts.
- Composer une assiette principale comprenant au moins un légume d'accompagnement.
- Faire place à une variété de fruits et de légumes.
- Faire 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.
- Privilégier les produits céréaliers à grains entiers.
- Offrir des desserts et collations à base de fruits, de produits laitiers et de produits céréaliers à grains entiers et, éviter ceux qui sont riches en matières grasses et en sucres.
- Diminuer le contenu en gras de la viande.
- Privilégier 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.
- Éviter les produits contenant des gras saturés ou hydrogénés (gras trans).

B) Orientation 2 : *Éliminer les aliments à faible valeur nutritive de l'offre alimentaire.*

- Éliminer les boissons gazeuses sucrées, celles avec substitut de sucre (boissons diètes) ainsi que les boissons avec sucre ajouté.
- Éliminer les produits dont la liste des ingrédients débute par le terme «sucre» ou un équivalent.
- Éliminer l'offre de pommes de terre frites.
- Éliminer la friture et les aliments panés commerciaux ou préalablement frits.

C) Orientation 3 : *Offrir des lieux adéquats et des conditions favorables lors des 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 adéquats.

5.2 Pour un « Mode de vie physiquement actif » :

A) Orientation 1 :

Susciter les occasions d'être actif physiquement, principalement lors des récréations, de l'heure du dîner, des périodes de service de garde ou dans le cadre des activités parascolaires

B) Orientation 2 :

Offrir des activités qui tiennent compte des intérêts variés des jeunes et adaptées à leurs capacités

C) Orientation 3 :

Aménager et animer les aires intérieures et extérieures pour optimiser les occasions d'être actif physiquement

5.3 « Éducation, promotion et communication » :

A) Orientation 1 :

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

B) Orientation 2 :

Informers les parents et la communauté des différentes actions mises en place afin qu'ils soutiennent les efforts du milieu scolaire et assurent une continuité

5.4 « Mobilisation avec des partenaires » :

A) Orientation 1 :

Établir ou consolider des partenariats avec la communauté

6. RESPONSABILITÉS DES PRINCIPAUX INTERVENANTS :

La gestion de la présente politique se fait en étroite collaboration avec les directions d'établissement et les directions des services éducatifs.

6.1 Responsabilité des directions des services éducatifs

6.1.1 Fixer des échéanciers de réalisation.

6.1.2 S'assurer que les établissements se sont dotés d'une stratégie d'implantation des orientations de la présente politique.

6.1.3 Procéder à des évaluations de mise en œuvre des orientations fixées par la présente politique.

6.2 Responsabilité de la direction d'établissement

6.2.1 Appliquer annuellement la présente politique dans son établissement et s'assurer du suivi.

6.2.2 Définir leur stratégie d'implantation des orientations de la présente politique, en tenant compte des échéanciers proposés par la Commission scolaire.

7. RESPONSABLE DE L'APPLICATION

Les directions des services de l'enseignement.