



Portrait de l'environnement alimentaire dans les écoles primaires du Québec

INSTITUT NATIONAL
DE SANTÉ PUBLIQUE
DU QUÉBEC

Québec 

Rapport

Portrait de l'environnement alimentaire dans les écoles primaires du Québec

Direction du développement des individus
et des communautés

Avril 2012

AUTEURES

Laurie Plamondon, Dt. P., M. Sc., conseillère scientifique
Direction du développement des individus et des communautés, Institut national de santé publique du Québec

Pascale Morin, Ph. D., professeure adjointe
Faculté des sciences de l'activité physique et sportive, Université de Sherbrooke

Karine Demers, M. A., professionnelle de recherche
Faculté des sciences de l'activité physique et sportive, Université de Sherbrooke

Marie-Claude Paquette, Dt. P., Ph. D., conseillère scientifique
Direction du développement des individus et des communautés, Institut national de santé publique du Québec

TRAITEMENT ET ANALYSE DES DONNÉES

Karine Demers, M. A. (gérontologie), professionnelle de recherche
Faculté des sciences de l'activité physique et sportive, Université de Sherbrooke

Marianne Dubé, technicienne de recherche
Direction du développement des individus et des communautés, Institut national de santé publique du Québec

COMITÉ DE LECTURE

Gérald Baril, Ph. D., conseiller scientifique
Direction du développement des individus et des communautés, Institut national de santé publique du Québec

Geneviève Beaugard, Dt. P., M. Sc., nutritionniste-communicatrice
Bureau de la communication en santé publique, Institut national de santé publique du Québec

Lise Bertrand, Dt. P., M. P. H., agente de planification, de programmation et de recherche
Direction régionale de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de Montréal

Carole Blanchet, Dt. P., M. Sc., épidémiologiste
Direction de l'analyse et de l'évaluation des systèmes de soins et services, Institut national de santé publique du Québec

Pascale Chaumette, Dt. P., M. Sc., agente de planification, de programmation et de recherche
Direction régionale de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale

Mélisa Deslandes, Dt. P., agente régionale de soutien au déploiement de la Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif, Agence de la santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches et Commission scolaire de la Beauce-Etchemin

Hélène Gagnon, Dt. P., M. Sc.
Service de promotion de saines habitudes de vie, ministère de la Santé et des Services sociaux

Denis Hamel, M. Sc. statisticien
Direction de l'analyse et de l'évaluation des systèmes de soins et services, Institut national de santé publique du Québec

Johanne Laguë, M. D., M. Sc., FRCPC, chef d'unité scientifique
Direction du développement des individus et des communautés, Institut national de santé publique du Québec

Marie-Claude Roberge, M. Sc., conseillère scientifique
Direction du développement des individus et des communautés, Institut national de santé publique du Québec

MISE EN PAGES

Souad Ouchelli, agente administrative
Direction du développement des individus et des communautés, Institut national de santé publique du Québec

Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec au : <http://www.inspq.qc.ca>.

Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur. Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue en formulant une demande au guichet central du Service de la gestion des droits d'auteur des Publications du Québec à l'aide d'un formulaire en ligne accessible à l'adresse suivante : <http://www.droitauteur.gouv.qc.ca/autorisation.php>, ou en écrivant un courriel à : droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca.

Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.

DÉPÔT LÉGAL – 2^e TRIMESTRE 2012
BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES NATIONALES DU QUÉBEC
BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES CANADA
ISBN : 978-2-550-65297-7 (VERSION IMPRIMÉE)
ISBN : 978-2-550-65298-4 (PDF)

©Gouvernement du Québec (2012)

REMERCIEMENTS

Les auteurs tiennent à souligner la contribution des acteurs qui travaillent à promouvoir une saine alimentation en milieu scolaire au Québec qui ont généreusement accepté de participer à la consultation menée pour identifier les besoins des réseaux de la santé publique et de l'éducation :

- Danyel Bouffard, Centre de santé et de services sociaux du Haut-St-François;
- Pascale Chaumette, Direction de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale;
- Mélisa Deslandes, Agence de la santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches et Commission scolaire Beauce-Etchemin;
- Mélissa Dion-Tremblay, Producteurs laitiers du Canada;
- Martine Pageau, ministère de la Santé et des Services Sociaux;
- Claire Pelletier, Commission scolaire de Montréal;
- Nathalie Ratté, Direction de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de Montréal;
- Geneviève Rheault, Direction de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de Laval;
- Manon Robitaille, Centre de santé et de services sociaux de Memphrémagog;
- Nancy Wai Yee Lee, Centre de santé et de services sociaux de Laval et Commission scolaire de Laval;
- Ellen Ward, Direction de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de la Côte-Nord.

Les auteurs remercient également l'équipe de recherche de l'*Enquête sur l'offre alimentaire et d'activité physique dans les écoles du Québec* et les écoles participantes.

La production de ce rapport a été réalisée grâce à la participation financière du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.

AVANT-PROPOS

Ce rapport présente une partie des résultats de l'*Enquête sur l'offre alimentaire et d'activité physique dans les écoles du Québec*, soit ceux portant sur le volet alimentation et se rapportant aux écoles primaires spécifiquement. Les données portant sur les écoles secondaires et celles sur l'offre d'activité physique feront l'objet de publications subséquentes.

L'enquête a été menée par Pascale Morin de l'Université de Sherbrooke en 2008-2009, grâce au financement du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS), du Centre de recherche en prévention de l'obésité (CRPO) et du Secrétariat à la Jeunesse (SAJ). Ces travaux ont été réalisés dans la foulée du Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids *Investir pour l'avenir 2006-2012* (PAG) du MSSS, duquel a découlé la Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif du MELS intitulée *Pour un virage santé à l'école*.

Lors des débuts de la mobilisation entourant le PAG, bien que des bilans partiels avaient été réalisés, la description de l'environnement alimentaire et de l'offre d'activité physique en milieu scolaire au Québec n'avait pas encore fait l'objet d'une étude approfondie. L'*Enquête sur l'offre alimentaire et d'activité physique dans les écoles du Québec* visait donc à documenter l'état de la situation à cet égard, et ce, avant le « virage santé » entourant l'adoption de la Politique-cadre du MELS. Notons toutefois que la collecte de données s'est déroulée du mois d'octobre 2008 à juin 2009 selon les écoles, soit au cours de l'année et demie suivant les débuts de la mise en œuvre de la Politique-Cadre en janvier 2008. Ainsi, des changements avaient pu être amorcés au regard de l'environnement alimentaire et de l'offre d'activité physique dans les écoles lors de la collecte de données. De plus, l'enquête visait à tracer un portrait complet de l'environnement scolaire allant au-delà des orientations proposées par la Politique-Cadre. Il n'y a donc pas de correspondance directe entre les données rapportées dans ce document et les composantes de la Politique-Cadre. Le MELS mène pour sa part des travaux d'évaluation d'implantation qui sont propres à la Politique-Cadre. L'*Enquête sur l'offre alimentaire et d'activité physique dans les écoles du Québec* se distingue également des bilans d'implantation du MELS par sa méthodologie qui privilégie la mesure de l'offre alimentaire et d'activité physique à l'aide d'observations directes et d'entrevues individuelles, lesquelles permettent d'éliminer certains biais et erreurs de mesure associés aux collectes par questionnaire autoadministré.

Une seconde édition de la même enquête, réalisée après une période de quelques années, permettra de suivre l'évolution de l'environnement alimentaire et de l'offre d'activité physique dans les écoles de la province, à la suite de la mobilisation entourant la création d'un environnement favorable aux saines habitudes de vie en milieu scolaire.

SOMMAIRE

L'*Enquête sur l'offre alimentaire et d'activité physique dans les écoles du Québec* a été menée en 2008-2009 à partir d'observations directes et d'entrevues réalisées dans 85 écoles primaires et 122 écoles secondaires francophones de la province. Ce document présente les résultats du volet alimentaire de cette enquête qui se rapportent aux écoles primaires spécifiquement. Le portrait dressé examine les composantes de l'environnement alimentaire scolaire suivantes : 1) l'organisation de l'offre alimentaire; 2) la composition de l'offre alimentaire; 3) le contexte de repas; et 4) les actions reliées à la valorisation de l'alimentation. Les principaux constats sont :

Organisation de l'offre alimentaire

- La proportion d'élèves dînant à l'école, incluant ceux qui apportaient un lunch de la maison, était en moyenne de 70 %, mais celle-ci variait grandement d'une école à l'autre.
- Plus des trois quarts des écoles (70 %) offraient un service de repas à l'heure du dîner. Dans 55 % d'entre elles, les repas étaient préparés dans un centre de production et livrés prêts à consommer.
- Une entreprise privée (service de traiteur, concessionnaire alimentaire) gérait le service de repas dans 79 % des écoles offrant un service de repas.
- La moitié des écoles (52 %) servant des repas le midi utilisaient un menu cyclique de 20 jours et plus, soit un menu qui revient toutes les quatre semaines ou plus.
- Dans 35 % des écoles offrant un service de repas, le responsable du service alimentaire détenait une formation dans le domaine de la restauration ou de la nutrition. Près de la moitié des responsables du service alimentaire (46 %) avaient reçu une formation en hygiène et salubrité.
- Dans 72 % des écoles offrant un service de repas, le responsable du service alimentaire était chargé de l'élaboration du menu. Une nutritionniste participait à l'approbation du menu dans 41 % des écoles.

Composition de l'offre alimentaire : repas du midi

- L'ensemble des écoles offrant un service de repas proposait un menu du jour et 29 % offraient des mets à la carte. Dans 58 % des cas, le menu du jour était généralement composé d'un ou deux mets principaux accompagnés d'une entrée, d'une boisson et d'un dessert.
- Le jour de l'enquête et parmi les écoles offrant un menu du jour, les types de mets offerts dans la plus forte proportion d'écoles étaient les plats composés principalement de viande ou de ses substituts, auxquels des compléments (ex. : riz, pommes de terre, légumes) étaient ajoutés pour former l'assiette principale.
- Un peu plus d'une école sur cinq proposait un mets composé de charcuterie ou de friture au menu du jour ou à la carte.
- En ce qui concerne l'offre de fruits et légumes en accompagnement, 92 % des écoles offraient des légumes. En revanche, seulement 44 % offraient des fruits ou des produits à base de fruits.

- Parmi les écoles offrant des produits céréaliers en accompagnement, seulement 35 % proposaient au moins un produit céréalier fait de grains entiers.
- Le lait et les jus de fruits et de légumes constituaient les principales boissons offertes au dîner : elles étaient proposées respectivement dans 84 % et 80 % des écoles.
- Bien qu'aucune école ne servait de boissons gazeuses, 11 % offraient d'autres types de boissons sucrées.

- Lorsque l'on examine la qualité nutritionnelle globale de l'offre alimentaire au repas du midi au sein de chacune des écoles, on constate que 32 % présentaient à la fois l'ensemble des éléments identifiés comme étant favorables à un dîner sain (du lait nature, une demi-portion de viande et substituts, des fruits ou des légumes, et des produits céréaliers faits de grains entiers ou des pommes de terre) et aucun des éléments défavorables (de la friture, des charcuteries, ou des boissons et aliments riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre).

Composition de l'offre alimentaire : événements spéciaux et campagnes de financement

- Presque la totalité des écoles (97 %) avaient organisé des événements spéciaux agrémentés d'aliments et de boissons au cours de la dernière année scolaire. Lors de ces événements, la majorité d'entre elles servaient des fruits et légumes (88 %), des jus de fruits et de légumes (66 %) et des aliments riches en sucre ou avec substitut de sucre (54 %).
- Près des deux tiers des écoles (63 %) avaient organisé une campagne de financement impliquant la vente d'aliments par les élèves au cours de la dernière année scolaire. Les principaux aliments offerts pour la vente étaient le café, thé, tisane et chocolat chaud (54 %) et les aliments riches en sucre ou avec substitut de sucre (39 %).

Composition de l'offre alimentaire : service de garde

- 58 % des écoles disposaient d'un service de garde où l'on servait des aliments sous forme de dépannage, de soutien alimentaire ou de collations. Ces derniers offraient pour la plupart des boissons comme du jus de fruits et du lait (75 %), des fruits et produits à base de fruits (64 %) et des mets principaux (58 %).
- Lors d'occasions spéciales, 74 % des services de garde offraient des aliments riches en sucre ou avec substitut de sucre.

Contexte du repas

- La grande majorité des écoles présentaient des tables propres au dîner (91 %) et disposaient de salles à manger laissant pénétrer la lumière naturelle (94 %).
- Les élèves prenaient au moins 20 minutes pour dîner, excluant le temps passé à faire la file pour acheter un repas ou faire réchauffer un lunch, dans 84 % des écoles.
- Seulement 40 % des écoles disposaient de lavabos dans les locaux de repas, et l'on retrouvait une fontaine d'eau sur les lieux de repas dans 64 % des écoles.
- Au moins un four à micro-ondes était présent dans 81 % des écoles. Parmi ces écoles, les trois quarts (73 %) en disposaient d'un nombre suffisant.

Actions reliées à la valorisation de l'alimentation

- Seulement 20 % des écoles avaient constitué un comité permanent dédié à des questions d'alimentation.
- Parmi les écoles offrant un service de repas, 58 % avaient consulté les élèves lors de la planification des menus de l'année scolaire.
- 12 % des services de garde avaient organisé des dégustations au cours du mois précédant l'enquête et 57 % avaient réalisé des activités de cuisine ou d'art culinaire avec les élèves.

En somme, ce portrait révèle que la situation prévalant en 2008-2009 dans les écoles primaires était relativement favorable à une saine alimentation. Plusieurs éléments positifs ont été notés, alors que d'autres laissaient place à l'amélioration. Sur le plan de l'offre alimentaire notamment, quoique les produits de faible valeur nutritive étaient assez peu répandus, la disponibilité de produits sains comme les produits céréaliers à grains entiers, les fruits et le lait, n'était pas assurée dans toutes les écoles. De plus, dans la majorité des cas, la qualité nutritionnelle globale de l'offre alimentaire au sein d'une même école était compromise par l'absence de certains éléments favorables à un dîner nutritif et équilibré, ou par l'accès à des aliments ou boissons de faible valeur nutritive. Une seconde édition de la même enquête, réalisée après une période de quelques années, permettra d'examiner si des progrès ont été accomplis depuis cette collecte de données, de même qu'évaluer si les acquis observés ont été maintenus.

TABLE DES MATIÈRES

LISTE DES FIGURES.....	XI
1 INTRODUCTION	1
2 METHODOLOGIE	3
2.1 Échantillon	3
2.1.1 Population cible	3
2.1.2 Plan d'échantillonnage.....	3
2.1.3 Échantillon à l'étude.....	4
2.2 Collecte de données	4
2.3 Analyses et présentation des résultats	5
3 RESULTATS	7
3.1 Organisation de l'offre alimentaire	7
3.1.1 Service de repas du midi	7
3.1.2 Formation du personnel du service alimentaire.....	8
3.1.3 Élaboration du menu.....	9
3.1.4 Mesures de soutien alimentaire.....	10
3.2 Composition de l'offre alimentaire	11
3.2.1 Repas du midi.....	11
3.2.2 Récréations.....	16
3.2.3 Événements spéciaux et campagnes de financement	16
3.2.4 Service de garde.....	18
3.3 Contexte du repas	21
3.3.1 Conditions de repas.....	21
3.3.2 Aménagement des lieux de repas	21
3.4 Actions reliées à la valorisation de l'alimentation	23
3.4.1 Comités sur l'alimentation.....	23
3.4.2 Activités de promotion de la saine alimentation.....	24
3.4.3 Implication des élèves dans des activités liées à l'alimentation	24
3.5 Appréciation de la qualité nutritionnelle globale de l'offre alimentaire au repas du midi	24
3.5.1 Indice d'accès à une offre alimentaire saine.....	25
3.5.2 Indice d'accès à une offre alimentaire défavorable à une saine alimentation	26
3.5.3 Qualité nutritionnelle globale de l'offre alimentaire au repas du midi	26
4 CONSTATS ET ANALYSE	29
5 CONCLUSION.....	33
RÉFÉRENCES.....	35
ANNEXE 1 : COMPOSITION DE L'ÉCHANTILLON FINAL	37
ANNEXE 2 : NOMBRE D'ÉCOLES INVESTIGUÉES À L'AIDE DES DIFFÉRENTES MÉTHODES DE COLLECTES DE DONNÉES	41
ANNEXE 3 : MÉTHODES DE COLLECTE DE DONNÉES ET VARIABLES EXAMINÉES	45

LISTE DES FIGURES

Figure 1	Moments de la journée pendant lesquels des aliments étaient offerts aux élèves des écoles primaires.....	7
Figure 2	Type de service de repas utilisé dans les écoles primaires servant des repas le midi (N = 60).....	8
Figure 3	Formation des responsables des services alimentaires (N = 58).....	9
Figure 4	Type de menu utilisé dans les écoles primaires offrant un service de repas (N = 58).....	9
Figure 5	Répartition des catégories de personnel responsables de l'élaboration du menu dans les écoles primaires (N = 58).....	10
Figure 6	Instances et personnel impliqués dans l'approbation du menu dans les écoles primaires (N = 58).....	10
Figure 7	Mesures de soutien alimentaire offertes dans les écoles primaires offrant du soutien alimentaire (N = 28).....	11
Figure 8	Boissons offertes sur l'heure du midi dans les écoles primaires (N = 56).....	12
Figure 9	Types de mets offerts au menu du jour dans les écoles primaires (N = 56).....	13
Figure 10	Aliments d'accompagnements offerts sur l'heure du dîner dans les écoles primaires (N = 56).....	14
Figure 11	Collations offertes dans les écoles primaires offrant des aliments aux récréations et au dîner (N = 14).....	16
Figure 12	Proportion d'écoles ayant offert les différents types d'aliments lors d'au moins un événement spécial (N = 82).....	17
Figure 13	Proportion d'écoles ayant offert les différents types d'aliments pour la vente par les élèves lors d'une campagne de financement (N = 53).....	18
Figure 14	Aliments offerts en tant que dépannage, soutien alimentaire et collations au service de garde (N = 49).....	19
Figure 15	Aliments et boissons offerts lors d'occasions spéciales au service de garde (N = 67).....	20
Figure 16	Aliments cuisinés ou préparés lors d'activités de cuisine au service de garde (N = 43).....	20
Figure 17	Endroits où le repas du midi était consommé dans les écoles primaires (N = 82).....	22
Figure 18	Commodités disponibles dans les lieux de repas dans les écoles primaires.....	22
Figure 19	Proportion d'écoles où les différentes personnes participaient à au moins un comité dédié à l'alimentation (N = 33).....	23
Figure 20	Accès à une offre alimentaire saine dans les écoles offrant un service de repas (N = 56).....	27

Figure 21	Éléments favorables à une saine alimentation présents dans les écoles primaires offrant un service de repas (N = 56)	27
Figure 22	Accès à une offre alimentaire défavorable à une saine alimentation dans les écoles offrant un service de repas (N = 56)	27
Figure 23	Éléments défavorables à une saine alimentation présents dans les écoles primaires offrant un service de repas (N = 56)	28

1 INTRODUCTION

L'environnement scolaire est reconnu pour avoir une influence importante sur les comportements alimentaires des enfants, l'école étant leur principal milieu de vie après la famille⁽¹⁾. Selon la *Vision de la saine alimentation pour la création d'environnements favorables à la santé*⁽²⁾ proposée par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec (MSSS), les établissements d'éducation doivent faire preuve d'exemplarité en matière d'alimentation. Cette exemplarité se traduit par la présence de pratiques et d'une offre alimentaires des plus favorables à la saine alimentation et cohérentes avec les messages transmis en classe. D'ailleurs, le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) a rendu publique en janvier 2008 la Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif intitulée *Pour un virage santé à l'école*⁽³⁾. Cette politique vise à aider le milieu scolaire à offrir aux élèves un environnement favorable à l'adoption d'un mode de vie sain.

L'environnement alimentaire en milieu scolaire désigne l'ensemble des conditions dans lesquelles une personne ou un groupe de personnes a accès aux aliments, les choisit et les consomme à l'intérieur de l'école. On identifie généralement quatre dimensions de cet environnement⁽⁴⁾ :

- Politique : les structures organisationnelles de l'offre alimentaire (ex. : politiques alimentaires, personnes responsables de l'élaboration du menu, temps alloué pour manger);
- Physique : la composition et les caractéristiques de l'offre alimentaire et des lieux de repas (valeur nutritive, variété et qualité sensorielle des aliments servis, aménagement des lieux de repas et commodités disponibles, etc.);
- Socioculturel : les normes sociales et les messages véhiculés en matière d'alimentation (ex. : valeur accordée à la saine alimentation, activités éducatives et campagnes de promotion de la saine alimentation)
- Économique : l'accessibilité économique de l'offre alimentaire (ex. : prix des repas servis aux élèves, mesures de soutien alimentaire).

Jusqu'à maintenant, aucune étude n'avait tenté de décrire l'environnement alimentaire des élèves dans les écoles à l'échelle de la province. L'*Enquête sur l'offre alimentaire et d'activité physique dans les écoles du Québec* a permis de recueillir des données à ce sujet et de documenter l'environnement alimentaire en milieu scolaire.

Lors de cette enquête, la collecte de données a été réalisée par le biais d'observations directes de l'offre alimentaire et du contexte de repas, complétées par des entrevues auprès des membres des directions d'école, des responsables du service alimentaire et des responsables du service de garde. Elle s'est déroulée entre octobre 2008 et juin 2009, soit au cours de l'année et demie suivant le début de l'implantation du volet alimentation de la Politique-cadre du MELS dans les écoles en janvier 2008.

Le présent document rapporte les résultats issus des données recueillies auprès des écoles primaires spécifiquement. Il vise à présenter de façon descriptive la situation au moment de l'enquête en regard de certains éléments issus des quatre dimensions de l'environnement

alimentaire en milieu scolaire, avec un accent particulier donné à la composition de l'offre alimentaire observée. Les résultats sont regroupés de la façon suivante : 1) organisation de l'offre alimentaire; 2) composition de l'offre alimentaire; 3) contexte de repas; et 4) actions reliées à la valorisation de l'alimentation.

Un tel portrait a pour but de soutenir le réseau de santé publique québécois et les acteurs en milieu scolaire dans leurs efforts pour améliorer la qualité de l'offre alimentaire et des conditions de repas offertes aux élèves et pour valoriser la saine alimentation à l'école. Plus particulièrement, il peut intéresser les professionnels et les intervenants qui travaillent à promouvoir une saine alimentation en milieu scolaire, puisqu'il facilite l'identification des cibles d'intervention. Ces résultats provinciaux peuvent aussi servir de référence pour les écoles désirant se comparer sur une base qualitative à d'autres établissements de même type (écoles primaires ou secondaires). À plus long terme, ce premier portrait permettra de suivre l'évolution de l'environnement alimentaire dans les écoles du Québec.

2 MÉTHODOLOGIE

L'*Enquête sur l'offre alimentaire et d'activité physique dans les écoles du Québec* visait à recueillir des données auprès d'un échantillon représentatif d'écoles primaires et secondaires (publiques et privées) du Québec. Ce rapport présente les résultats du volet « alimentation » de l'enquête et qui se rapportent aux écoles primaires.

2.1 ÉCHANTILLON

Sur les 2 037 écoles primaires et secondaires admissibles à l'enquête, 207 écoles francophones publiques et privées y ont participé. Ces dernières incluaient 85 écoles primaires et 122 écoles secondaires, situées dans 11 des 17 régions administratives de la province.

2.1.1 Population cible

La population à l'étude était composée de l'ensemble des écoles francophones du Québec. Sur 1 736 écoles primaires francophones, 1 596 écoles étaient admissibles à l'enquête. Les écoles anglophones et autochtones, les centres de formation professionnelle et les écoles à vocation particulière ne faisaient pas partie de la population cible. Par ailleurs, les écoles de petite taille, soit celles de moins de 40 élèves, ont aussi été soustraites de l'enquête puisqu'elles rejoignent peu d'élèves et que l'offre alimentaire y est potentiellement restreinte. De plus, pour des considérations d'ordre financier, seules les écoles facilement accessibles par voie routière ont été incluses.

2.1.2 Plan d'échantillonnage

Pour obtenir un échantillon représentatif tout en minimisant les déplacements des agents de recherche, un plan d'échantillonnage à deux degrés a été retenu. Au premier degré, les régions administratives ont été regroupées en trois strates selon la zone géographique : métropolitaine, périphérique et éloignée. La taille d'échantillon des régions dans chacune des strates était variable. Ainsi, ont été sélectionnées : 1) les quatre plus grandes régions administratives métropolitaines, soit la Capitale-Nationale, Montréal, la Montérégie et Laval; 2) cinq des neuf régions périphériques (aléatoirement), soit l'Outaouais, le Bas-Saint-Laurent, la Mauricie, l'Estrie et le Centre-du-Québec, et enfin; 3) deux des trois régions éloignées, soit l'Abitibi-Témiscamingue et la Gaspésie. La probabilité de sélection d'une des régions périphériques et éloignées est proportionnelle au nombre d'écoles admissibles existant dans cette région.

Au deuxième degré, les écoles ont été sélectionnées de façon aléatoire dans ces 11 régions administratives. Le nombre d'écoles sélectionnées par région est proportionnel au nombre d'écoles existant dans chacune des régions échantillonnées. Cette probabilité inégale de sélection des écoles est prise en compte par un facteur de pondération appliqué lors des analyses.

2.1.3 Échantillon à l'étude

Sur les 1 596 écoles primaires admissibles à l'enquête, 85 écoles situées dans les 11 régions administratives mentionnées ci-haut ont été visitées. Cet échantillon, sur lequel porte le présent rapport, est représentatif des écoles primaires francophones du Québec, à l'exception de celles issues de la Commission scolaire de Montréal (une des trois commissions scolaires présentes dans la région de Montréal) qui n'ont pas participé à l'enquête¹, et de celles exclues de la population cible.

L'annexe 1 illustre le processus de constitution de l'échantillon final de d'écoles primaires pour l'enquête. Parmi les écoles de l'échantillon initial (N = 122), 30 ont refusé de participer à l'étude, deux ont été exclues et cinq n'ont pas pu être rejointes. Parmi les écoles participantes (N = 85), 71 provenaient de la banque initiale et 14 provenaient de banques de remplacement. Aucune différence significative n'a été observée entre les écoles issues de l'échantillon initial et de l'échantillon de remplacement sur le plan de l'effectif scolaire, des indices de défavorisation (indice du milieu socio-économique et indice du seuil de faible revenu) et du réseau scolaire (privé ou public). Cependant, il a été observé qu'un nombre significativement plus élevé d'écoles provenant des régions périphériques et rurales étaient issues des banques de remplacement.

2.2 COLLECTE DE DONNÉES

Dans le cadre du volet « alimentation » de l'enquête, des agents de recherche (nutritionnistes et technicien(ne)s en alimentation) ont visité les écoles participantes de la mi-octobre 2008 à la mi-juin 2009. Une entrevue a été réalisée auprès d'un représentant de la direction pour chaque école et d'autres méthodes de collecte de données ont été utilisées selon la situation prévalant dans les différentes écoles (ex. : présence d'un service de repas, présence d'un service de garde). L'annexe 2 présente le nombre d'écoles pour lesquelles des données ont été recueillies à l'aide des différentes méthodes de mesure.

Les représentants de la direction, les responsables des services alimentaires et des responsables des services de garde ont été questionnés sur les aspects suivants : organisation de l'offre alimentaire, offre alimentaire lors des récréations et d'évènements spéciaux, aliments vendus lors des campagnes de financement, modes de préparation des aliments et actions reliées à la valorisation de l'alimentation à l'école.

Les agents de recherche ont également réalisé des observations directes des lieux où les aliments étaient servis et consommés le midi dans les écoles, de même que des garde-manger, des réfrigérateurs et des congélateurs des services de garde. Cette collecte a permis de documenter l'offre d'aliments et de boissons, l'aménagement des lieux et les conditions de repas.

¹ La représentativité des écoles de la région de Montréal doit donc être nuancée étant donné que la Commission scolaire de Montréal comprend plusieurs écoles dont la clientèle provient de milieux défavorisés et multiculturels.

L'annexe 3 détaille les variables examinées à l'aide des différentes méthodes de mesure utilisées. Les questionnaires utilisés pour l'enquête sont disponibles à l'adresse suivante : <http://www.usherbrooke.ca/feps/personnel/professeurs/morin-pascale/>.

2.3 ANALYSES ET PRÉSENTATION DES RÉSULTATS

L'objectif du rapport étant de dresser un portrait global de la situation au Québec, les résultats présentés sont essentiellement de nature descriptive et permettent des estimations provinciales et non par région ou par école. Les proportions rapportées tiennent compte d'un facteur de pondération qui permet d'interpréter les données comme étant représentatives de l'ensemble des écoles primaires du Québec comprises dans la population cible. L'école est donc utilisée comme unité d'analyse. La majorité des données étaient de type catégorique (ex. : repas préparés sur place ou livrés prêts à consommer, présence ou non de menu du jour). La présence d'associations entre des variables d'intérêt (ex. : prix du menu du jour et niveau de défavorisation, temps pour manger et nombre de périodes de repas) a été vérifiée à l'aide d'inférences statistiques (test t, khi-carré).

Les proportions d'écoles dont le dénominateur est inférieur à 30 sont présentées en nombre absolu plutôt qu'en proportion afin de ne pas donner une fausse impression de représentativité lorsque le nombre d'écoles est relativement petit.

Dans ce document, les résultats sont présentés selon quatre catégories thématiques. Ainsi, dans une même section, on peut retrouver des résultats issus de diverses méthodes de collecte de données. D'autre part, le nombre d'écoles concernées peut varier entre les différentes sections, et parfois à l'intérieur d'une même section, puisque ce ne sont pas toutes les écoles qui présentaient les composantes examinées. Par exemple, sur les 85 écoles primaires sondées, 60 offraient un service de repas et 76 disposaient d'un service de garde.

3 RÉSULTATS

3.1 ORGANISATION DE L'OFFRE ALIMENTAIRE

Les résultats rapportés dans cette section sont issus en partie d'entrevues réalisées auprès des représentants des directions scolaires (N = 85), notamment les résultats qui ont trait aux caractéristiques des écoles comme la proportion d'élèves dînant à l'école, l'offre d'un service de repas, le type de gestion du service alimentaire, l'offre d'un service de garde et l'offre de mesures de soutien alimentaire. Les résultats sur le type de service de repas (ex. : préparation sur place, préparation dans un centre de production externe), sur le type de menu, sur la formation du personnel du service alimentaire et ceux sur les personnes responsables de l'élaboration et de l'approbation du menu proviennent d'entrevues menées auprès des responsables du service alimentaire (N = 58).

La figure 1 présente les moments de la journée durant lesquels de la nourriture était servie dans les écoles primaires. On observe que plus des deux tiers des écoles sondées offraient un service de repas le midi, soit par la distribution de boîtes à lunch ou par l'opération d'un service alimentaire de type cafétéria. Dans 86 % des cas, le repas du midi était offert sur une base quotidienne, soit cinq fois par semaine.

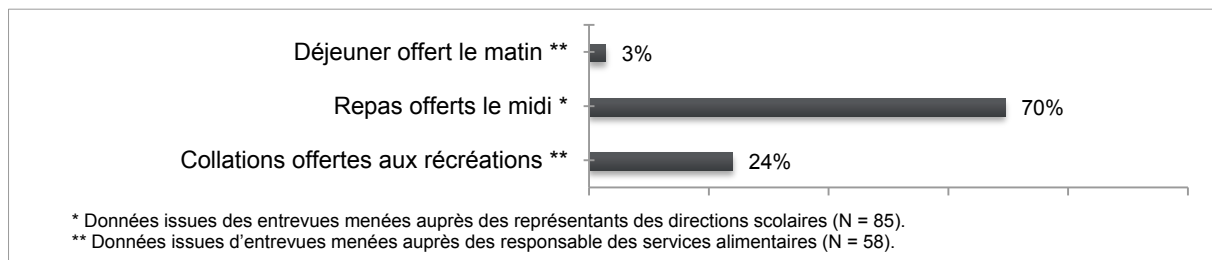


Figure 1 Moments de la journée pendant lesquels des aliments étaient offerts aux élèves des écoles primaires

En plus du dîner, le quart des écoles offrant un service de repas le midi servaient des collations² tous les jours à la récréation (figure 1). On remarque également que le déjeuner était rarement offert. Par ailleurs, 89 % des écoles hébergeaient un service de garde et 11 % d'entre elles (N = 79)³ y servaient des collations une fois les classes terminées. Soulignons qu'une seule école disposait de distributeurs automatiques.

3.1.1 Service de repas du midi

Dans les écoles sondées (N = 85), en moyenne 70 % des élèves dînaient à l'école, incluant ceux qui apportaient un lunch de la maison. Cette proportion variait toutefois grandement d'une école à l'autre, de sorte que dans certaines écoles, la totalité des élèves dînaient à l'école, alors que dans d'autres cas, tous les élèves quittaient l'école sur l'heure du dîner. Dans les régions métropolitaines, significativement plus d'élèves dînaient à l'école que dans

² D'autres écoles n'offrant pas de service de repas le midi pouvaient elles aussi servir des collations aux récréations, même si elles ne sont pas représentées dans ces données.

³ Les « N » rapportés correspondent au dénominateur, alors que les « n » correspondent au numérateur.

les régions périphériques ou éloignées. Soulignons que les écoles situées en région métropolitaine n'avaient pas davantage tendance à offrir un service de repas.

Dans 79 % des écoles servant des repas le midi (N = 60), la gestion du service de repas était assumée par une entreprise privée tel qu'un service de traiteur ou un concessionnaire alimentaire. Dans les autres cas, le service de repas était géré par l'école elle-même ou par la commission scolaire, soit dans 17 % des écoles, ou il était géré par un autre organisme, soit dans 5 % des écoles.

Dans 71% des écoles, les repas étaient cuisinés dans un centre de production et ils étaient soit livrés prêts à consommer (souvent dans des boîtes individuelles), soit réchauffés à l'école au moment du service. Les repas étaient cuisinés sur place dans près du tiers des écoles. La répartition des types de service de repas utilisés dans les écoles est détaillée à la figure 2.

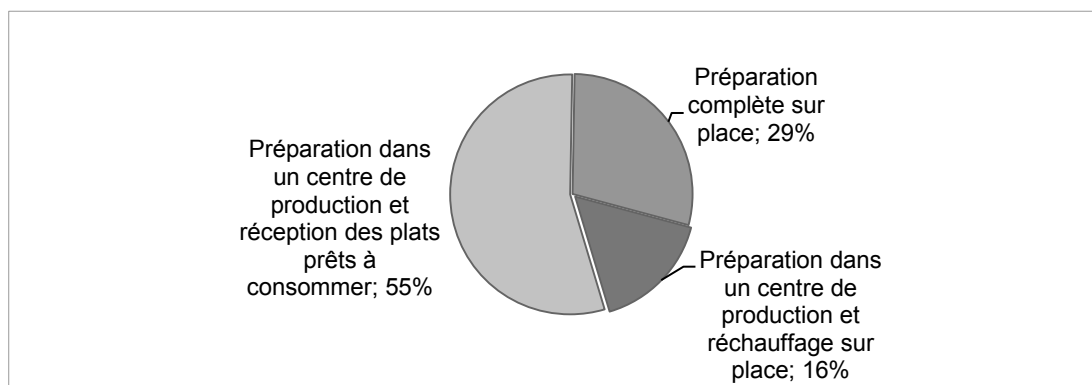


Figure 2 Type de service de repas utilisé dans les écoles primaires servant des repas le midi (N = 60)

3.1.2 Formation du personnel du service alimentaire

Parmi les responsables de service alimentaire interrogés, lesquels étaient employés par le traiteur ou concessionnaire alimentaire ou bien par l'école elle-même, 41 % étaient en poste dans l'école depuis au moins cinq ans. La formation des responsables de services alimentaires est détaillée à la figure 3. On remarque que près de la moitié d'entre eux (46 %) possédaient une formation en hygiène et salubrité reconnue par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) et qu'à peine plus du tiers (35 %) était formé dans le domaine de la restauration ou de la nutrition.

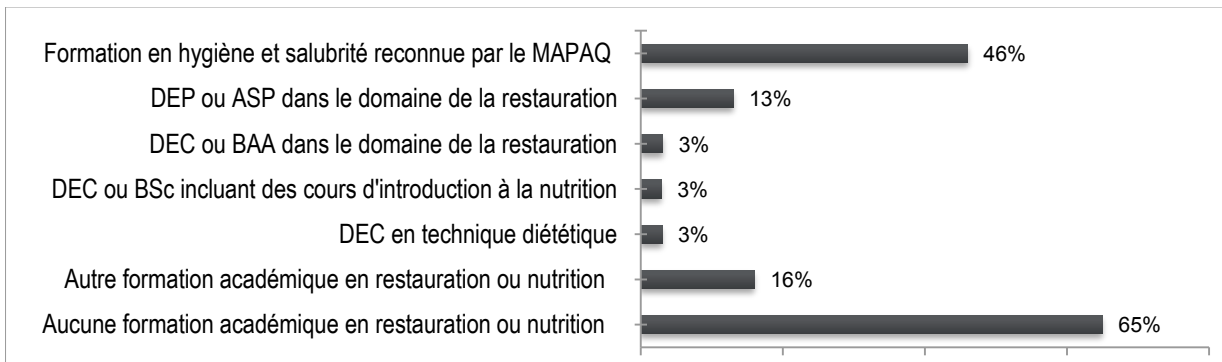


Figure 3 Formation des responsables des services alimentaires (N = 58)

Outre le responsable du service alimentaire, un employé était formé comme manipulateur ou gestionnaire en hygiène et salubrité dans seulement 38 % des services alimentaires.

3.1.3 Élaboration du menu

Dans 58 % des écoles dont le service alimentaire a fait l'objet d'une observation (N = 56), le menu du jour était constitué d'une entrée, d'une assiette principale, d'une boisson et d'un dessert. Le prix du repas variait de 3,00 \$ à 6,00 \$ et se situait en moyenne à 4,16 \$. Aucun lien n'a été observé entre le prix du menu du jour et les caractéristiques de l'école, telles que le niveau de défavorisation et la situation géographique (métropolitaine, périphérique ou éloignée).

Comme l'illustre la figure 4, les entrevues avec les responsables du service alimentaire ont révélé que la structure de menu la plus répandue était le menu cyclique se répétant après une période minimale de quatre semaines. Précisons que dans le cas du menu non cyclique, celui-ci est modifié après un certain temps, sans qu'il y ait une structure de rotation selon laquelle les mets du menu de la période précédente reviennent à intervalle régulier.

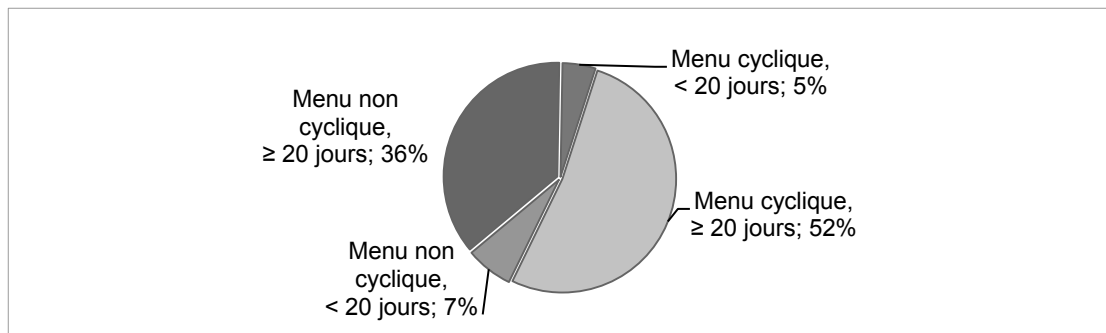


Figure 4 Type de menu utilisé dans les écoles primaires offrant un service de repas (N = 58)

Les figures suivantes détaillent la répartition des personnes impliquées dans l'élaboration et l'approbation du menu. De façon générale, c'est le responsable du service alimentaire qui était chargé de l'élaboration du menu (figure 5). Cette tâche était effectuée par une

nutritionniste dans seulement une des écoles visitées. D'autres personnes pouvaient également être responsables de l'élaboration du menu, dans la plupart des cas le personnel du traiteur ou concessionnaire alimentaire.

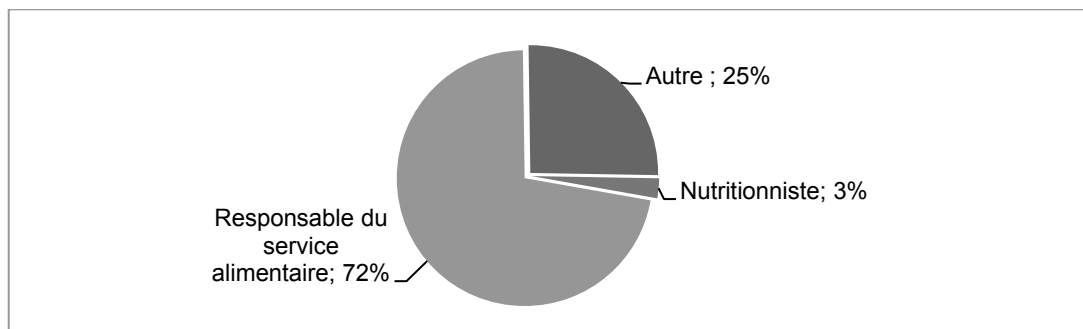


Figure 5 Répartition des catégories de personnel responsables de l'élaboration du menu dans les écoles primaires (N = 58)

Par ailleurs, la tâche d'approbation du menu était souvent réalisée par plusieurs catégories de personnel. Une nutritionniste y participait dans deux écoles sur cinq (figure 6).

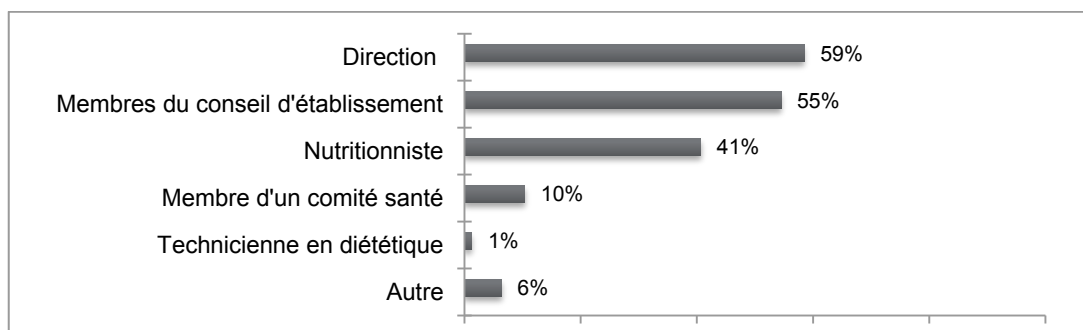


Figure 6 Instances et personnel impliqués dans l'approbation du menu dans les écoles primaires (N = 58)

Enfin, soulignons que 58 % des responsables de services alimentaires ont rapporté acheter certains aliments provenant de producteurs régionaux.

3.1.4 Mesures de soutien alimentaire

Parmi l'ensemble des écoles (N = 85), environ le tiers (32 %) offraient des mesures de soutien alimentaire sur une base régulière, principalement sous la forme de collations ou de déjeuners (figure 7⁴). Ce type de mesures permet aux élèves, quel que soit leur statut socioéconomique, un accès gratuit ou à peu de frais à des aliments. Les écoles qui offraient des mesures de soutien alimentaire étaient significativement plus nombreuses à être situées dans un milieu défavorisé que celles ne dispensant pas ce soutien. Le financement de ces mesures provenait d'organismes sans but lucratif (OSBL) locaux (n = 17), d'OSBL

⁴ Les proportions dont le dénominateur (« N ») est inférieur à 30 sont présentées en nombre absolu (n) plutôt qu'en proportion afin de ne pas donner une fausse impression de représentativité lorsque le nombre d'écoles est relativement petit.

provinciaux (ex. : Club des petits déjeuners) (n = 7), de l'école elle-même (n = 5) et d'autres sources (n = 3).

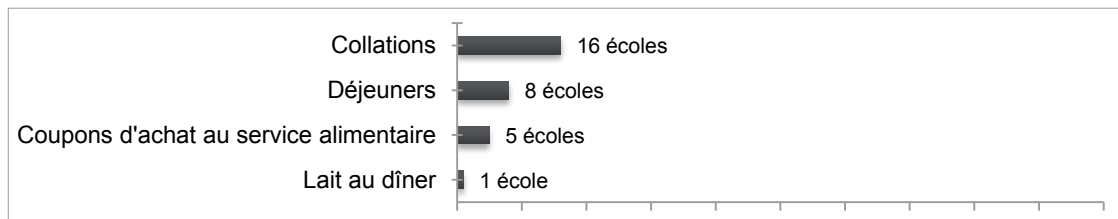


Figure 7 Mesures de soutien alimentaire offertes dans les écoles primaires offrant du soutien alimentaire (N = 28)

De plus, environ les deux tiers (62 %) de l'ensemble des écoles disposaient d'une petite réserve d'aliments de dépannage afin de pallier les imprévus tels que l'oubli d'un lunch ou d'une collation, une boîte à lunch peu garnie, la faim ou l'apparition d'un malaise physique chez un élève.

Du dépannage alimentaire était également disponible dans plus de la moitié (54 %) des services de garde (N = 76). Son financement provenait d'une seule ou de plusieurs sources : de l'école hébergeant le service de garde dans 31 % des cas, d'OSBL locaux dans 12 % des cas, et d'autres sources locales dans 60 % des cas (ex. : organisme communautaire).

3.2 COMPOSITION DE L'OFFRE ALIMENTAIRE

3.2.1 Repas du midi

Les résultats sur la composition de l'offre d'aliments et de boissons au repas du midi, soit les mets principaux, ainsi que les aliments et boissons disponibles au comptoir du service alimentaire ou distribués sous forme de boîtes à lunch, proviennent d'observations directes réalisées dans les écoles visitées offrant un service de repas (N = 56). Les entrevues avec les responsables du service alimentaire (N = 58) ont permis de documenter l'offre de certains aliments au menu au cours de l'année scolaire, ainsi que de préciser les modes de préparation des aliments.

Boissons

Le jour de la collecte de données, toutes les écoles offrant des repas le midi servaient des boissons; la majorité (59 %) offrait un ou deux choix de boisson. Le tiers des écoles offraient de l'eau en bouteille, 80 % offraient des jus de fruits ou de légumes et 85 % offraient du lait ou ses substituts. Il convient toutefois de souligner que dans 15 % des écoles, le lait nature ne faisait pas partie des boissons proposées. Par ailleurs, aucune école ne servait des boissons gazeuses ordinaires ou diètes, ou des boissons caféinées (café, thé, boissons énergisantes) aux élèves. Toutefois, d'autres types de boissons sucrées étaient offerts dans 11 % des écoles, par exemple des boissons à saveur de fruit, du thé glacé ou du chocolat chaud. La figure 8 présente le détail des boissons offertes aux élèves au dîner le jour de l'enquête.

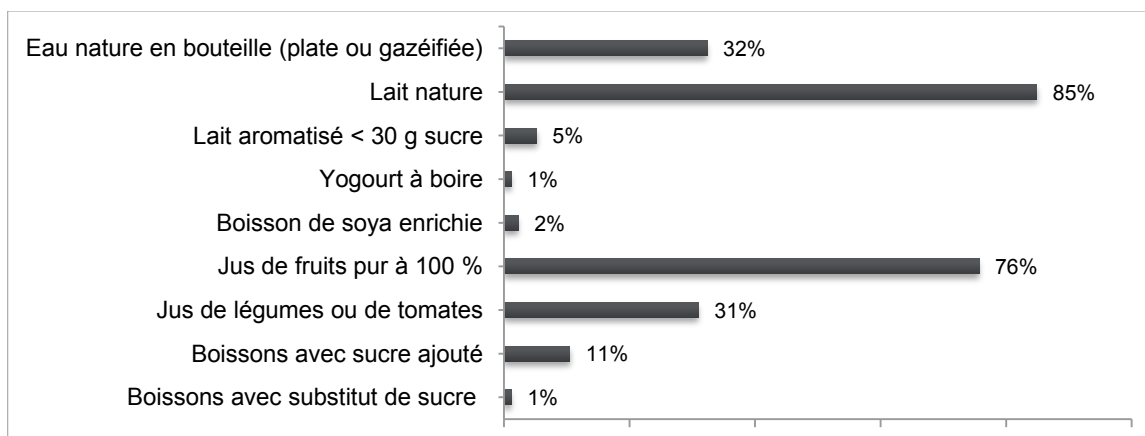


Figure 8 Boissons offertes sur l'heure du midi dans les écoles primaires (N = 56)

Mets principaux

L'ensemble des écoles dont le service de repas a fait l'objet d'une observation proposait un menu du jour à leurs élèves. Ce dernier formait un repas complet composé d'un mets principal accompagné d'une entrée, d'une boisson et d'un dessert dans 58 % des cas. Environ le tiers des écoles (29 %) proposaient en plus du menu du jour, un mets à la carte comme du spaghetti ou un sandwich par exemple, auquel des items pouvaient être ajoutés à l'unité. Les mets à la carte sont souvent offerts plusieurs fois par semaine, ou même à tous les jours, comme alternative au menu du jour.

Le jour de l'enquête, 21 % des écoles offrant un service de repas proposait au moins un mets composé de charcuterie ou de friture au menu du jour ou à la carte. La figure 9 présente les types de mets proposés au menu du jour le midi de la visite. On observe que les plats de viande et substituts, par exemple du ragoût de boulettes ou des brochettes de poulet, étaient les types de mets offerts dans la plus forte proportion d'écoles. Précisons que des compléments comme du riz, des pommes de terre et des légumes étaient ajoutés à ces mets pour former l'assiette principale. De plus, l'offre de sandwiches froids ou chauds composés de viande ou de ses substituts, comme des fajitas au poulet ou un sous-marin au jambon et fromage, était assez répandue. C'était également le cas pour les mets composés de pâtes ou de céréales avec viande et substituts, tel que des nouilles chinoises au poulet ou un spaghetti sauce à la viande.

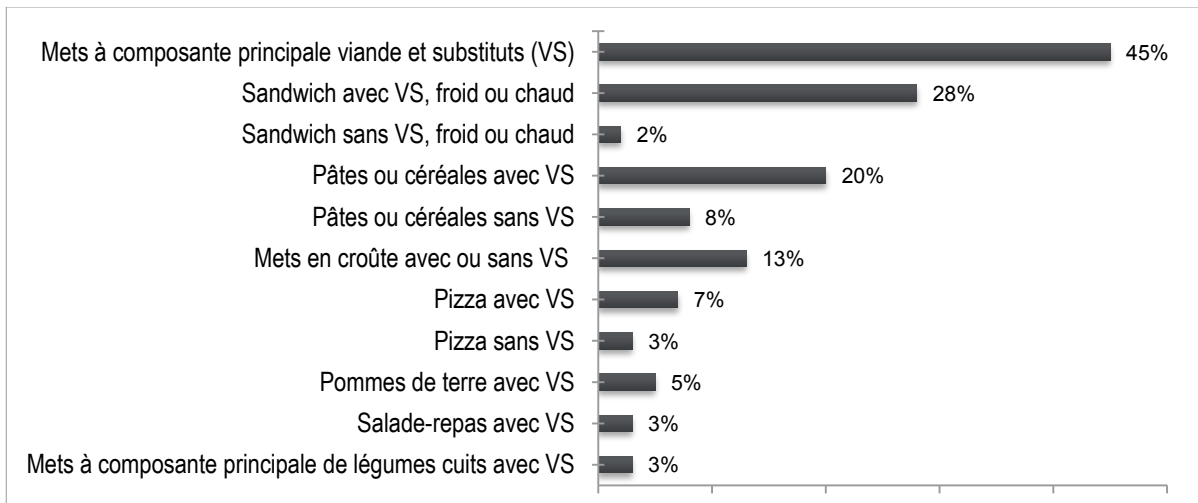


Figure 9 Types de mets offerts au menu du jour dans les écoles primaires (N = 56)

Par ailleurs, il a été observé que dans 17 % des écoles, au moins un des mets au menu du jour était composé charcuteries (ex. : pizza garnie avec pepperoni, saucisses italiennes avec riz) ou de friture (ex. : *egg rolls* avec mets chinois, coquilles frites pour tacos); plus spécifiquement 9 % des écoles dans le cas des charcuteries et 8 % dans le cas de la friture. De plus, parmi les écoles servant des mets principaux composés de produits céréaliers au menu du jour (N = 39), 20 % incluaient un produit céréalier à grains entiers dans au moins un des mets offerts, par exemple des fajitas faites de tortillas de blé entier. D'autre part, dans 85 % des écoles, l'ensemble des mets proposés au menu du jour comprenait au moins une demi-portion du Guide alimentaire canadien (GAC) de viande et substituts.

Quant aux plats disponibles à la carte dans certaines écoles (N = 19), il s'agissait le plus souvent de mets non frits ou sans charcuterie (n = 11), par exemple du spaghetti à la viande, un sandwich chaud au poulet ou une salade-repas au thon, et de sandwichs et sous-marins froids sans charcuterie (n = 8), comme un sandwich au jambon, aux œufs ou au poulet. Deux écoles offraient un mets à la carte composé de charcuterie et aucune école n'offrait de mets à la carte composé de friture (ex. : poutine, burger de poulet frit) le midi de l'observation.

En complément aux données issues de l'observation directe de l'offre alimentaire le jour de l'enquête, les entrevues menées avec les responsables des services alimentaires (N = 58) révèlent qu'au cours de l'année scolaire, 35 % des écoles servaient, de façon occasionnelle ou régulière⁵, des produits commerciaux préalablement frits comme des bâtonnets de poisson pané ou des croquettes de poulet. Par ailleurs, toujours sur la base de ces entrevues, 39 % des écoles avaient proposé au moins un mets principal incluant du poisson au cours des cinq jours précédant l'enquête et 16 % avaient inclus des légumineuses ou du tofu au menu.

⁵ Les données recueillies ne permettent pas de distinguer l'offre occasionnelle de l'offre régulière de ces aliments.

Aliments d'accompagnement

Les aliments d'accompagnement correspondent à l'ensemble des aliments qui ne font pas partie des mets principaux décrits à la section précédente. Ils pouvaient être servis dans l'assiette principale pour accompagner les mets principaux offerts au menu du jour, comme des crudités servies avec une lasagne et du riz servi avec un sauté de poulet et légumes. Ou alors, ils étaient offerts seuls pour compléter l'assiette principale ou un lunch, tel qu'une soupe, du pain ou un dessert.

Le midi de la collecte de données (N = 56), aucune école ne servait d'aliments frits (ou préalablement frits) en accompagnement, comme des pommes de terre frites et des rondelles d'oignon. La figure 10 présente les aliments d'accompagnement recensés. On constate notamment qu'une forte majorité d'écoles offraient des légumes. Soulignons toutefois que parmi les écoles qui offraient au moins un choix de mets principal au menu du jour, 62 % offraient un légume en complément au mets principal en quantité équivalente à une portion du Guide alimentaire canadien. Moins de la moitié des écoles servaient des fruits ou des produits à base de fruits. Pourtant, 59 % des écoles offraient au moins deux choix de desserts. En fait, ce sont les desserts à base de produits céréaliers (ex. : galette à l'avoine, pain aux bananes) qui étaient les plus répandus; on en retrouvait dans 76 % des écoles.

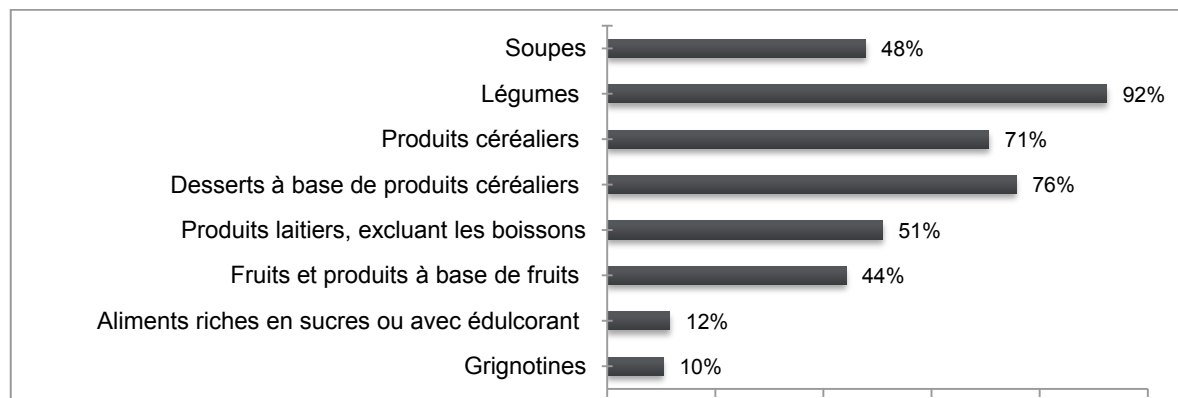


Figure 10 Aliments d'accompagnements offerts sur l'heure du dîner dans les écoles primaires (N = 56)

Une analyse plus détaillée du choix d'aliments d'accompagnement offerts au dîner révèle que parmi les écoles proposant des légumes soit en complément au mets principal ou seuls (N = 52), 52 % en servaient cuits, 48 % en servaient sous forme de crudités, 35 % en servaient en salade et 35 % servaient des pommes de terre. Si l'on exclut les pommes de terre, seulement 29 % des écoles offrant des légumes proposaient deux formes de légumes ou plus, parmi les légumes cuits, les salades et les crudités. Il a également été observé que des légumes autres que des pommes de terre étaient servis en complément de l'ensemble des mets principaux du menu du jour dans 80 % des écoles.

En complément aux observations réalisées le midi de l'enquête, les entrevues menées auprès des responsables des services alimentaires révèlent qu'au cours de l'année scolaire, 74 % des écoles offraient un légume avec tous les mets principaux servis. D'autre part, 11 % des écoles offraient des pommes de terre frites de façon régulière ou occasionnelle⁶ au menu du midi.

Pour ce qui est des écoles offrant des produits céréaliers en accompagnement (N = 40), seulement 35 % proposaient au moins un produit céréalier à grains entiers. Les produits céréaliers offerts dans la plupart des écoles étaient le pain blanc (52 %) et les craquelins faits de farines ou de grains raffinés (51 %), tels que les biscuits sodas originaux.

Lorsque des produits laitiers autres que sous forme de boissons (lait ou yogourt à boire) étaient offerts en accompagnement (N = 29), on retrouvait dans la plupart des cas du yogourt ou du fromage frais aromatisé de type dessert (n = 18).

Quant aux fruits et produits à base de fruits offerts dans certaines écoles (N = 25), on les retrouvait dans la plupart des cas sous forme de fruits frais (n = 16) et en conserve ou compote (n = 15). Onze écoles offraient des fruits sous deux formes différentes.

Les desserts ou collations à base de produits céréaliers présents dans certaines écoles (N = 42) étaient dans la plupart des cas des biscuits ou des galettes (62 %) ou d'autres desserts ou collations à base de produits céréaliers sans fruit de type commercial ou faits d'ingrédients maison, tels que des muffins et des gâteaux (41 %).

Selon les entrevues menées auprès des responsables des services alimentaires, les desserts et collations à base de produits céréaliers offerts dans le plus grand nombre d'écoles étaient les galettes et biscuits (89 %); et les muffins et pains aux fruits (ex. : pain aux bananes) ou aux légumes (ex. : pain aux courgettes) (88 %). Ces produits étaient généralement de type commercial, c'est-à-dire achetés prêts à manger ou préparés à partir d'un mélange commercial. Parmi les écoles offrant des galettes et biscuits (N = 50), 50 % en servaient uniquement de type commercial et 24 % en servaient à la fois de type commercial et d'autres faits d'ingrédients maison. Quant aux muffins et pains aux fruits ou aux légumes offerts dans certaines écoles (N = 49), 53 % en servaient uniquement de type commercial et 14 % en servaient à la fois de type commercial et d'autres faits d'ingrédients maison.

Par ailleurs, peu d'écoles (n = 6) offraient d'autres desserts ou collations riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre comme de la gelée aromatisée, des friandises ou du chocolat. Peu d'écoles (n = 6), également, offraient des grignotines, telles que des croustilles, des bretzels, du maïs soufflé ou des noix.

⁶ Les données recueillies ne permettent pas de distinguer l'offre occasionnelle de l'offre régulière de ces aliments.

Sur la base des données obtenues auprès des responsables du service alimentaire, la plupart des écoles utilisaient deux types de matières grasses lors de la préparation des aliments, que ce soit les mets principaux ou les aliments d'accompagnement offerts le midi et lors des récréations. En général, seulement 22 % des écoles n'utilisaient que de l'huile végétale ou de la margarine non hydrogénée. En revanche, 39 % utilisaient de la graisse végétale, 37 % utilisaient de la margarine hydrogénée, 16 % utilisaient du beurre et 10 % utilisaient du saindoux.

3.2.2 Récréations

Les entrevues avec les responsables du service alimentaire ont permis de recueillir des données sur les aliments et boissons offerts lors des récréations dans les écoles qui servaient des collations à cette occasion en plus d'offrir un service de repas le midi (N = 14).

La figure 11 présente les collations proposées dans les écoles qui servaient des aliments et boissons à la récréation en plus d'en offrir au repas du midi. On remarque que toutes ces écoles offraient des fruits et légumes en guise de collation et que la plupart proposaient d'autres aliments nutritifs. Précisons qu'aucune école ne servait de charcuteries ou d'aliments frits et que très peu d'écoles offraient des pâtisseries ou d'autres aliments riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre comme des friandises, du chocolat et de la gelée aromatisée.

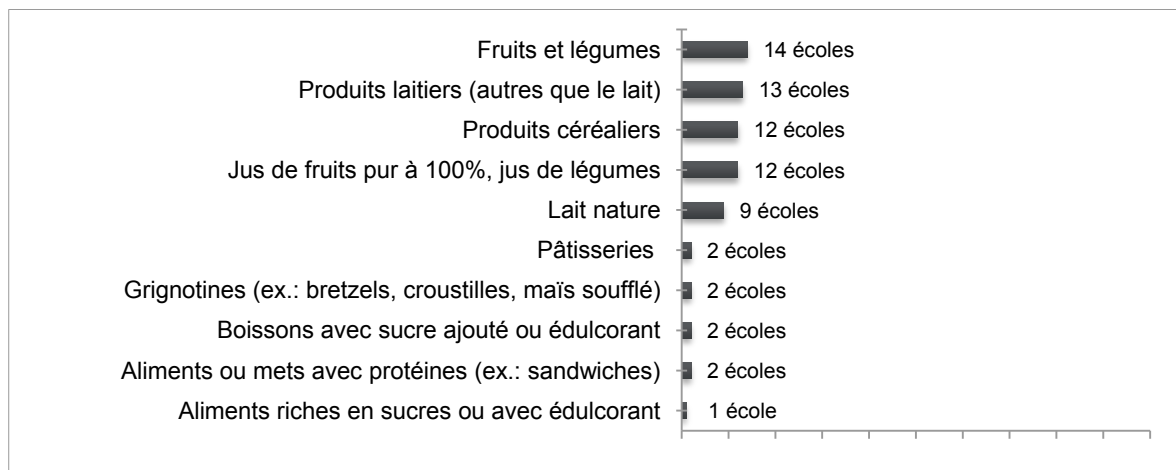


Figure 11 Collations offertes dans les écoles primaires offrant des aliments aux récréations et au dîner (N = 14)

3.2.3 Événements spéciaux et campagnes de financement

Les données relatives aux aliments et boissons offerts par l'école lors d'événements spéciaux et pour la vente dans le cadre d'activités de financement proviennent d'entrevues réalisées auprès des représentants des directions d'école (N = 85).

Les événements spéciaux, les campagnes de financement et les levées de fonds organisés par les écoles impliquent souvent le service ou la vente d'aliments. Les écoles organiseront par exemple un déjeuner champêtre ou une épluchette à la rentrée scolaire, un goûter pour

la fête de Noël, etc. Également, des aliments peuvent faire partie des produits vendus lors de campagnes de financement organisées pour financer la fondation de l'école, une équipe sportive ou une activité spéciale.

Les entrevues menées auprès des représentants des directions scolaires (N = 85) révèlent que des événements spéciaux agrémentés d'aliments avaient été organisés dans presque toutes les écoles (97 %), en moyenne trois fois au cours de la dernière année scolaire. De plus, près des deux tiers des écoles (63 %) avaient organisé une campagne de financement impliquant la vente d'aliments par les élèves.

Les figures 12 et 13 présentent le type d'aliments et de boissons offert lors d'événements spéciaux et vendus lors de campagnes de financement organisées par l'école, tel que rapporté par les représentants des directions scolaires. On constate que plusieurs écoles avaient offert des aliments favorables à une saine alimentation dans le cadre d'événements spéciaux, tels que des fruits et légumes, des boissons faites à base de jus de fruits purs à 100 % (ex. : jus de fruits, frappés aux fruits, barbotines faites de jus de fruits) ou des jus de légumes, et des produits laitiers (figure 12). En revanche, plusieurs écoles avaient offert des aliments riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre (ex. : bonbons, friandises chocolatées), des pâtisseries, des charcuteries ou des boissons sucrées.

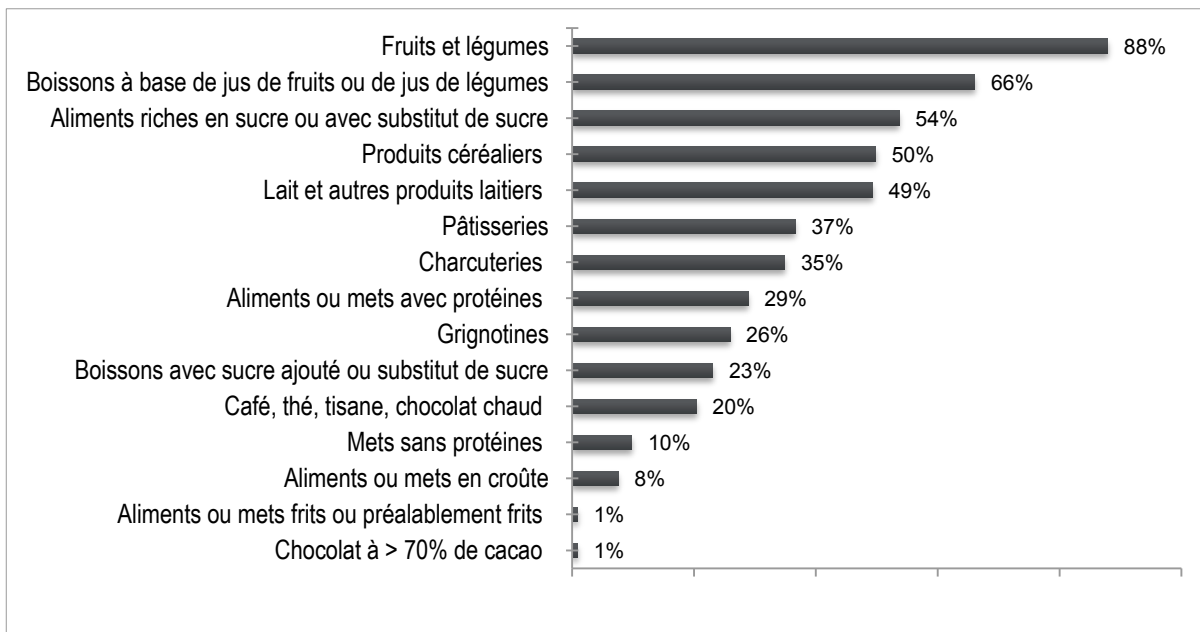


Figure 12 Proportion d'écoles ayant offert les différents types d'aliments lors d'au moins un événement spécial (N = 82)

En complément aux résultats présentés à la figure 12, des analyses révèlent que 70 % des écoles avaient offert les types d'aliments suivants en plus d'autres types d'aliments, lors de *tous* les événements spéciaux réalisés au cours de l'année : des aliments riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre, des pâtisseries, des boissons sucrées, des charcuteries ou des aliments frits. Une seule école toutefois n'avait offert *que* ce type d'aliments lors des événements spéciaux qu'elle avait réalisés.

La figure 13 révèle que lors de campagnes de financement, plusieurs écoles également avaient offert des aliments de faible valeur nutritive pour la vente, tels que les aliments riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre et les pâtisseries.

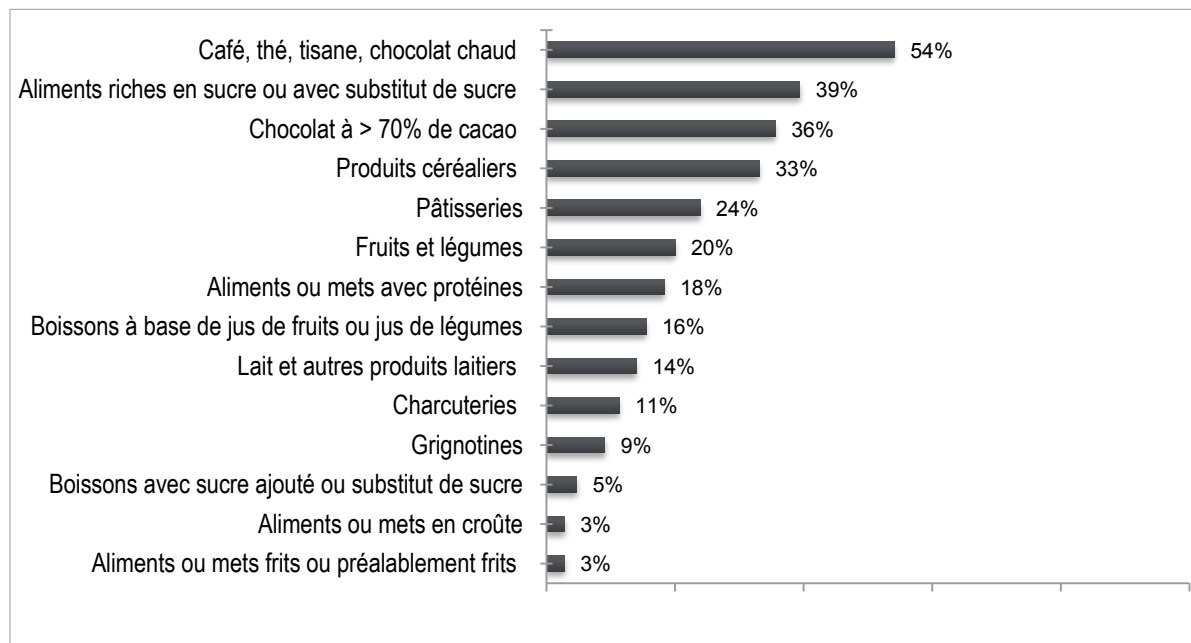


Figure 13 Proportion d'écoles ayant offert les différents types d'aliments pour la vente par les élèves lors d'une campagne de financement (N = 53)

3.2.4 Service de garde

Les aliments et boissons servis dans certains services de garde en tant que dépannage occasionnel, comme soutien alimentaire régulier au déjeuner, au dîner et aux récréations, ainsi que ceux servis comme collation en fin d'après-midi après les classes ont été recensés à partir de l'observation des garde-mangers, des réfrigérateurs et des congélateurs des services de garde offrant des aliments dans de telles occasions (N = 50). Les responsables de l'ensemble des services de garde (N = 76) ont été interrogés sur les aliments et boissons offerts lors d'occasions et d'activités spéciales.

Dépannage, soutien alimentaire et collations

Les observations réalisées dans les services de garde offrant des aliments comme dépannage, soutien alimentaire ou collation (N = 50) révèlent que dans 58 % d'entre eux, des mets principaux étaient offerts comme dépannage ou comme mesure de soutien alimentaire. Parmi ces services de garde (N = 29), la plupart proposaient des mets principaux non frits sans croûte ni charcuteries (n = 27), comme du spaghetti à la viande, des salade-repas, et des assiettes froides composées d'un sandwich sans charcuteries, de crudités et de fromage. Les sandwichs, sous-marins et croissants composés de charcuteries (ex. : bologne, salami, simili-poulet) ne figuraient pas parmi les mets proposés, tout comme

les aliments frits ou préalablement frits, soit la poutine, les burgers de poulet frit, et les bâtonnets de poisson pané, par exemple.

La figure 14 décrit les types d'aliments offerts comme dépannage, soutien alimentaire ou collations. On observe que les aliments prédominants étaient les fruits et les produits à base de fruits, les produits laitiers et les desserts ou collations à base de produits céréaliers. Quelques services de garde offraient des aliments riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre comme les friandises glacées, les tartinades et la gelée aromatisée.

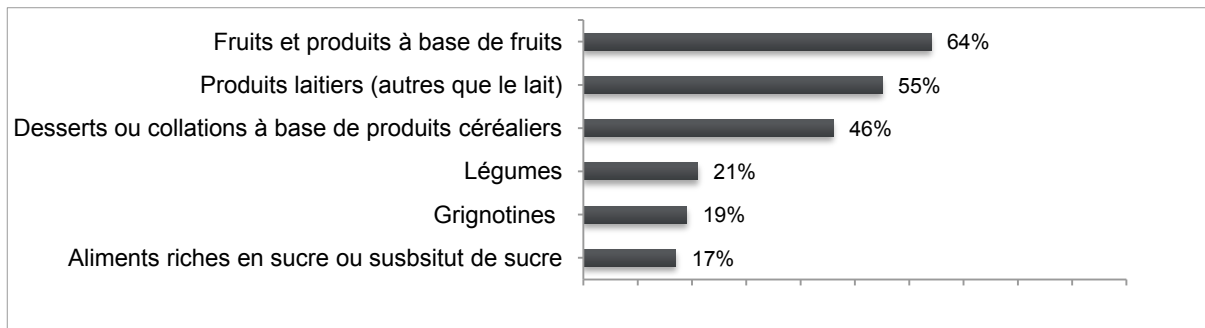


Figure 14 Aliments offerts en tant que dépannage, soutien alimentaire et collations au service de garde (N = 49)

Plus spécifiquement, les services de garde offrant des fruits et produits à base de fruits en guise de dépannage, de soutien alimentaire ou de collations (N = 31) les servaient pour la plupart sous forme entière (78 %) en conserve ou en compote (75 %), et plus rarement sous forme séchée (16 %). Quant à ceux qui offraient des produits laitiers (N = 27), la plupart servaient du yogourt et du fromage frais aromatisé de type dessert (n = 18), ou du fromage (n = 14). Ceux offrant des desserts et collations à base de produits céréaliers (N = 23) proposaient surtout des barres tendres (n = 13) et des biscuits ou galettes (n = 11) de type commercial ou faits d'ingrédients maison.

Des boissons étaient également offertes en guise de dépannage, de soutien alimentaire ou de collations dans 75 % des services de garde (N = 37). Des jus de fruits purs à 100 % et du lait nature étaient offerts dans respectivement 84 % et 58 % des cas. Aucun service de garde n'offrait de boissons gazeuses, alors que 8 % offraient des boissons avec sucre ajouté.

Activités et occasions spéciales

Des aliments peuvent être offerts aux élèves inscrits au service de garde lors d'occasions spéciales (ex. : Saint-Valentin, Noël, anniversaire), de dégustations ou dans le cadre d'activités de cuisine.

Parmi les responsables des services de garde interrogés (N = 76), 88 % ont affirmé que des aliments avaient été offerts aux élèves lors d'occasions spéciales au cours de la dernière année. Tel qu'illustré à la figure 15, les aliments prédominants lors de ces occasions étaient les aliments riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre : bonbons, chocolat, crème glacée, etc. On remarque que d'autres aliments de faible valeur nutritive comme les

pâtisseries, les boissons sucrées, la friture et les charcuteries étaient offerts dans un certain nombre de services de garde.

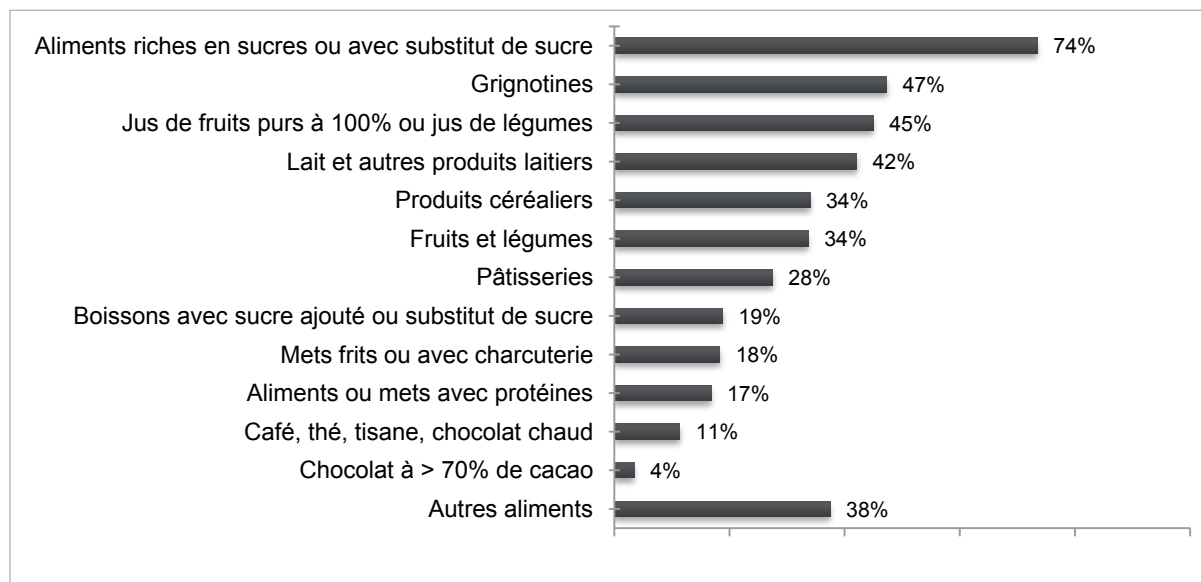


Figure 15 Aliments et boissons offerts lors d'occasions spéciales au service de garde (N = 67)

La figure 16 présente les aliments qui avaient été cuisinés ou préparés dans les services de garde lors d'activités de cuisine ou d'art culinaire au cours du mois précédant l'enquête. On remarque que ce sont les fruits et les légumes, et les produits céréaliers (ex. : muffins, galettes, carrés aux dattes) qui étaient les plus répandus. D'autre part, des aliments riches en sucre, soit du fudge ou des friandises par exemple, avaient fait l'objet d'une activité de cuisine dans plusieurs services de garde.

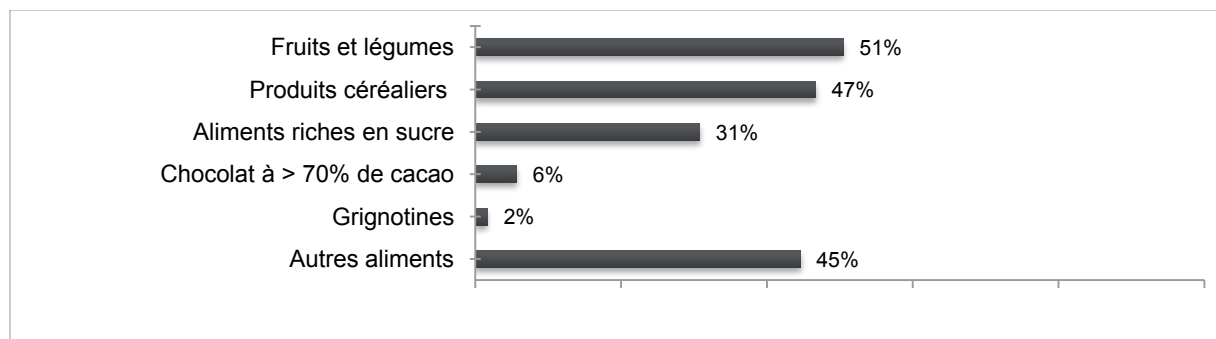


Figure 16 Aliments cuisinés ou préparés lors d'activités de cuisine au service de garde (N = 43)

Quant aux séances de dégustation réalisées dans certains services de garde (N = 9), les aliments proposés étaient principalement des fruits et légumes (n = 7), et dans une moindre mesure des aliments riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre (n = 1), du chocolat contenant au moins 70 % de cacao (n = 1), des grignotines (n = 1) et des aliments d'autres types (n = 4).

Enfin, soulignons que dans 24 % des services de garde, les responsables ont rapporté que des aliments (de valeur nutritive non définie) avaient été offerts aux élèves en guise de récompense pour des comportements exemplaires au cours de la dernière année.

3.3 CONTEXTE DU REPAS

Le contexte du repas du midi a été documenté à l'aide d'observations de la période de la prise de repas des écoles visitées (N = 82), incluant celles qui n'offraient pas de service de repas. Cette section inclut les résultats sur les conditions de repas, telles que la durée du repas, la propreté des tables et la luminosité des lieux de repas. Certaines caractéristiques de l'aménagement des lieux sont également rapportées : le type de local où sont consommés les repas, la présence de commodités comme des fontaines d'eau et des fours à micro-ondes, et le type de vaisselle utilisé.

3.3.1 Conditions de repas

Dans 64 % des écoles (N = 85), l'heure du midi était divisée en plus d'une période, en moyenne deux, pendant lesquelles des groupes d'élèves se succédaient dans une ou plusieurs salles pour dîner. Le nombre d'élèves par période de repas variait de huit à 200 élèves et la moyenne était de 53.

Dans les écoles visitées (N = 82), le temps moyen utilisé par les groupes de dîneurs pour consommer leur repas était de 35 minutes, mais cette période allait d'aussi peu que huit minutes à 94 minutes. En fait, pour 16 % des écoles, les élèves prenaient moins de 20 minutes pour manger, excluant le temps passé à faire la file pour acheter un repas ou faire réchauffer un lunch. Ceci peut s'expliquer par l'absence de locaux permettant de faire manger un grand nombre d'enfants au même moment, ce qui nécessite d'accommoder plusieurs groupes de dîneurs à l'intérieur de la période de repas et de réduire le temps alloué à chacun des groupes. D'ailleurs, dans les écoles où les élèves dînaient en moins de 20 minutes, le nombre de périodes de repas était significativement plus élevé.

Des lieux propres et bien éclairés sont d'autres conditions qui peuvent rendre le moment du repas plus convivial. Or, dans la grande majorité des écoles visitées, les tables étaient propres (91 %), et ce, pour l'ensemble des périodes de dîner, et les locaux de repas laissaient pénétrer la lumière naturelle (94 %).

3.3.2 Aménagement des lieux de repas

Tel qu'illustré à la figure 17, la cafétéria et le service de garde constituaient les principaux lieux de repas dans les écoles primaires visitées (N = 82). Une salle multifonctionnelle ou le gymnase faisait office de salle à manger dans plus du tiers des écoles.

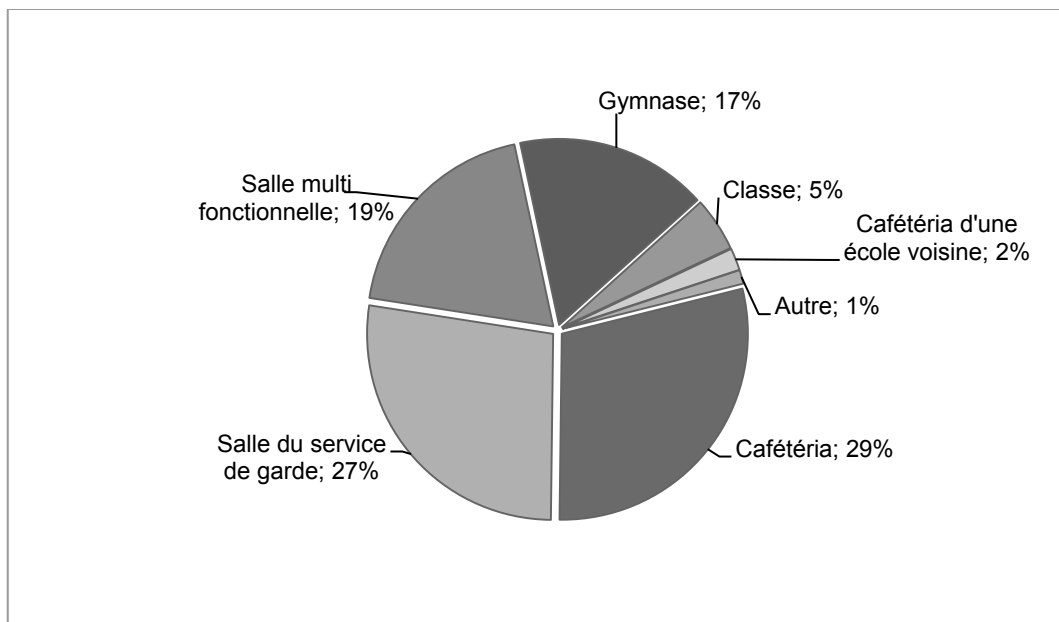


Figure 17 Endroits où le repas du midi était consommé dans les écoles primaires (N = 82)

La figure 18 illustre différentes commodités présentes sur les lieux de repas.

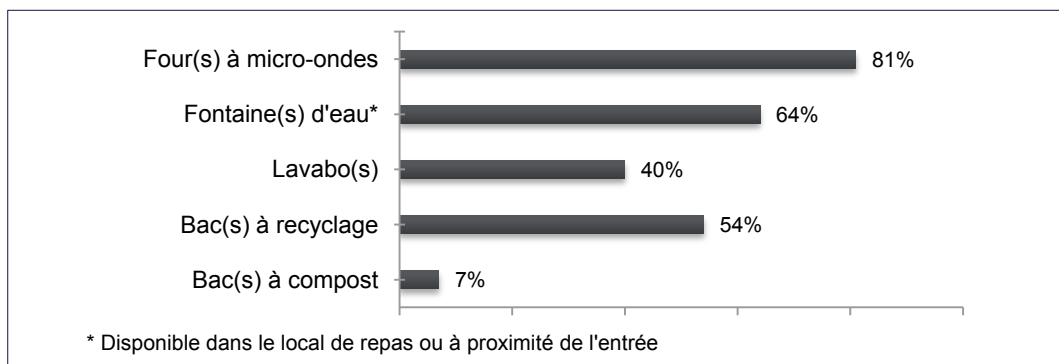


Figure 18 Commodités disponibles dans les lieux de repas dans les écoles primaires

Dans les écoles qui disposaient d'au moins un four à micro-ondes (N = 66), le nombre moyen d'élèves par four présent dans la salle à manger était de 17. En fait, 73 % des écoles disposaient du ratio minimum recommandé d'un four à micro-ondes pour 25 élèves⁽⁵⁾.

On remarque également qu'à peine plus de la moitié des écoles disposaient de bacs à recyclage dans le local de repas et que les bacs à compost étaient rarement présents (figure 18). Par ailleurs, un peu moins de la moitié des écoles dont le service alimentaire a fait l'objet d'une observation utilisaient de la vaisselle (44 %) ou des couverts (45 %) réutilisables.

3.4 ACTIONS RELIÉES À LA VALORISATION DE L'ALIMENTATION

Cette section décrit certaines actions reliées à la valorisation de l'alimentation à l'école. Les résultats portant sur la présence de comités sur l'alimentation proviennent des entrevues réalisées auprès de représentants de la direction des écoles (N = 85) alors que les données sur l'implication des élèves dans certaines activités liées à l'alimentation ont été recueillies auprès des responsables des services alimentaires (N = 58). Les responsables des services de garde (N = 76) ont pour leur part fourni des données sur la mise en œuvre de certaines activités éducatives de promotion de la saine alimentation réalisées au service de garde, telles que les séances de dégustation et les activités d'initiation à l'art culinaire.

3.4.1 Comités sur l'alimentation

Certaines écoles mettent sur pied des comités pour s'occuper des questions d'alimentation à l'école et ce, soit de façon ponctuelle, par exemple pour organiser des activités lors du mois de la nutrition, ou de façon régulière au cours de l'année scolaire. Les résultats ont révélé que de tels comités en alimentation étaient en place dans seulement 39 % des écoles sondées. Dans le cas des comités permanent spécifiquement, on en retrouvait dans 20 % des écoles.

Parmi les écoles où l'on retrouvait au moins un comité ponctuel ou permanent, la moitié (47 %) disposaient que de comités ponctuels créés pour organiser des activités sporadiques en lien avec l'alimentation. Les autres écoles disposaient d'un comité permanent uniquement (35 %), ou de comités à la fois permanents et ponctuels (18 %).

En ce qui concerne la composition des comités, la figure 19 révèle que des enseignants et des représentants de la direction participaient à au moins un comité ponctuel ou permanent sur l'alimentation dans plus de 80 % des écoles disposant d'un tel comité. Des parents y participaient dans à peine plus du tiers des écoles et les employés du service alimentaire, quant à eux, dans une école sur cinq.

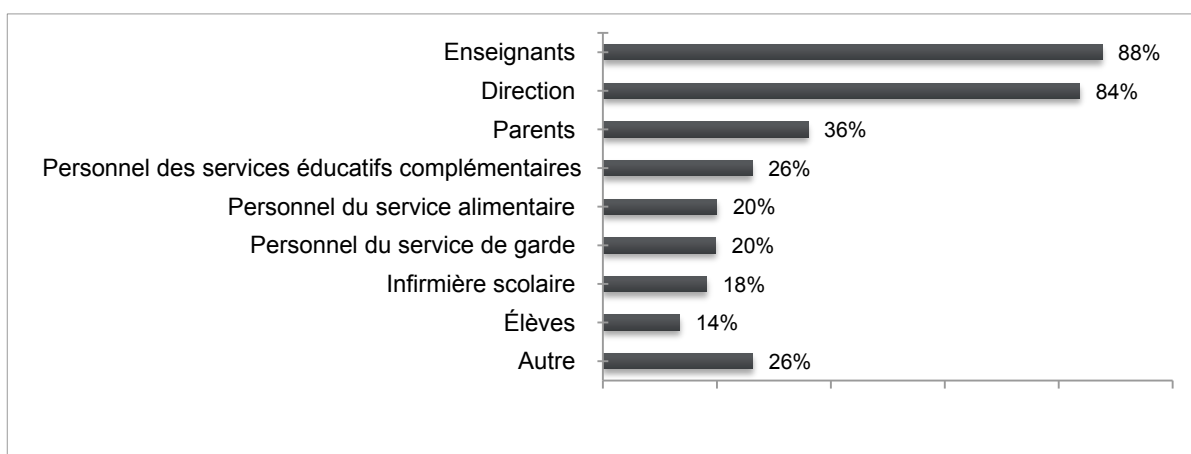


Figure 19 Proportion d'écoles où les différentes personnes participaient à au moins un comité dédié à l'alimentation (N = 33)

3.4.2 Activités de promotion de la saine alimentation

Des exemples d'activités éducatives et promotionnelles en saine alimentation pouvant avoir lieu dans les écoles incluent : un atelier de cuisine, une sortie éducative dans une ferme, une séance de dégustation, une conférence, etc. Lors de l'enquête, seules les activités réalisées dans le cadre du service de garde ont été examinées.

Parmi les services de garde (N = 76), 12 % avaient organisé des dégustations au cours du mois précédant l'enquête, et 57 % avaient réalisé des activités de cuisine ou d'art culinaire avec les élèves. Notons que les aliments préparés n'étaient pas nécessairement de bonne valeur nutritive (voir figure 16, section 3.2.4).

3.4.3 Implication des élèves dans des activités liées à l'alimentation

Les élèves sont parfois sollicités pour participer aux activités liées à l'alimentation qui ont lieu dans leur école, comme l'élaboration du menu et l'opération du service de repas, par exemple.

Comme illustré précédemment à la figure 19, un élève siégeait au comité sur l'alimentation de l'école dans 14 % des écoles disposant d'un tel comité. Par ailleurs, 58 % des responsables du service alimentaire avaient consulté les élèves lors de la planification des menus de l'année scolaire afin de connaître leurs préférences et leurs suggestions et 9 % avaient organisé des séances d'appréciation des mets au cours du mois précédant l'enquête, afin de mieux ajuster les menus aux goûts des jeunes. Enfin, 28 % des services alimentaires recevaient de l'aide bénévole de la part d'élèves.

3.5 APPRÉCIATION DE LA QUALITÉ NUTRITIONNELLE GLOBALE DE L'OFFRE ALIMENTAIRE AU REPAS DU MIDI

Les résultats présentés précédemment à la section 3.2 traitent de l'offre alimentaire par le biais de la prévalence de différentes variables qui composent cette offre pour l'ensemble des écoles primaires disposant d'un service de repas. Par exemple, la proportion d'écoles qui offraient différents types de mets ou d'accompagnements au repas du midi. Ces données, lorsqu'examinées de façon isolée les unes des autres, présentent un portrait fragmenté de l'offre alimentaire et ne permettent pas d'en apprécier sa qualité globale au sein d'une même école. Des indices de la qualité de l'offre ont donc été développés afin de synthétiser les données observées sur les aliments et boissons servis aux élèves au repas du midi et de mieux caractériser l'offre alimentaire en milieu scolaire québécois.

Deux indices, dont un portant sur l'accès à une offre alimentaire saine et l'autre sur l'accès à une offre alimentaire défavorable à une saine alimentation, ont été élaborés à partir des variables de l'enquête. Deux questions ont orienté le développement des indices : 1) était-il possible pour un élève de se composer un dîner nutritif et équilibré? et 2) dans quelle mesure un élève se faisait-il proposer des aliments de faible valeur nutritive au repas du midi? Les critères utilisés pour les deux indices sont basés sur les principes d'une saine alimentation et sont inspirés des recommandations du Guide alimentaire canadien (GAC) et des orientations de la Politique-cadre du MELS qui concernent l'offre alimentaire.

Il est important de noter que les analyses portent sur les aliments et boissons servis aux élèves au repas du midi le jour de l'observation. Les données étant de nature transversale, elles ne tiennent pas compte de la variété des aliments offerts au cours d'une semaine ou d'un trimestre scolaire. Les indices ne représentent donc que la qualité de l'offre alimentaire de la journée en question. Néanmoins, ils donnent une idée globale de l'offre alimentaire au menu du midi dans les écoles primaires.

3.5.1 Indice d'accès à une offre alimentaire saine

L'indice d'une offre alimentaire saine visait à évaluer la possibilité de se procurer un repas nutritif et équilibré. La base de l'indice était d'abord l'accès, dans le mets principal ou dans les accompagnements, à au moins un aliment de chacun des quatre groupes alimentaires du GAC : légumes et fruits; produits céréaliers; lait et substituts; et viande et substituts. Ces quatre critères de base ont ensuite été précisés pour permettre une appréciation plus fine de la qualité l'offre alimentaire.

D'abord, lorsque la quantité d'aliments servie avait été notée lors de l'observation, la présence d'au moins une portion du GAC a été incluse au critère, à l'exception du groupe des viandes et substituts. Pour ce groupe, les portions recommandées pour les enfants de 4 à 8 ans et ceux de 9 à 13 ans sont différentes, nous avons donc fixé le critère à une demi-portion, ce qui suffit au besoin des plus jeunes élèves du primaire.

Quelques ajustements ont également été apportés aux quatre critères afin qu'ils soient mieux adaptés à la réalité des menus, aux composantes de la Politique-Cadre, ainsi qu'à la nature des données recueillies. D'abord, le critère ciblant la présence d'un aliment du groupe du lait et substitut a été circonscrit à la présence de lait nature à boire à cause de la valeur nutritive supérieure de ce dernier relativement aux autres produits laitiers. Le lait nature est aussi de qualité nutritive supérieure aux autres boissons telles que le jus de fruits. Ensuite, puisque les produits céréaliers faits de grains entiers devraient être privilégiés et que plus d'un produit céréalier peut être offert au menu d'un même dîner, il a été convenu qu'il devait y avoir au moins un produit céréalier fait de grains entiers parmi ceux offerts au menu. Par ailleurs, les assiettes principales incluent souvent un féculent qui peut être sous forme de produit céréalier ou sous forme de pommes de terre. Ainsi, la présence de pommes de terre a été considérée comme répondant au critère ciblant la présence d'un aliment du groupe des produits céréaliers.

En somme, l'indice d'accès à une offre alimentaire saine a été défini par la présence des quatre éléments suivants :

1. du lait nature comme boisson;
2. des légumes (légume cuit, crudités, salade de légumes) ou des fruits (frais, en compote ou en conserve) offerts en accompagnement, ou au moins une portion de légume offert en compléments au mets principal, ou au moins une portion de légumes ou de fruits dans un mets principal;
3. au moins une demi-portion du Guide alimentaire canadien de viande, volaille, œufs, poisson, fruits de mer ou de substituts de la viande (ex. : légumineuses, tofu);

4. des produits céréaliers faits de grains entiers en accompagnement (pain, craquelins, pâtes alimentaires, riz, couscous ou salade de produits céréaliers à grains entiers), ou au moins une portion de produits céréaliers faits de grains entiers dans un mets principal, ou des pommes de terre offertes en accompagnement.

3.5.2 Indice d'accès à une offre alimentaire défavorable à une saine alimentation

Pour ce qui est d'évaluer dans quelle mesure les élèves se faisaient proposer des aliments de faible valeur nutritive, les critères qui ont été visés reposent essentiellement sur les principales composantes prioritaires de la Politique-Cadre qui concernent les types de produits alimentaires à éliminer de l'offre, soit : les aliments riches en gras saturés et trans, la friture, qui inclut les aliments frits et les aliments commerciaux préalablement frits, et les aliments et boissons avec sucre ajouté ou sucrés avec un substitut de sucre. Dans le cas des aliments riches en gras saturés et trans, ce critère a été circonscrit à la présence de charcuterie, car ces aliments constituent la seule variable qui ciblait des aliments particulièrement riches en gras saturés, et parce que les aliments riches en gras trans n'ont pas été spécifiquement examinés lors de l'enquête. Ainsi, l'indice d'une offre alimentaire défavorable à une saine alimentation comporte la présence de l'un ou l'autre des trois éléments suivants au repas du midi :

1. des boissons avec sucre ajouté (laits aromatisés avec plus de 30 g de sucre/250 ml, chocolat chaud, boissons gazeuses ordinaires ou autres boissons sucrées telles que des boissons énergisantes, les punches et cocktails de fruits, le thé glacé, etc.) ou des boissons sucrées avec un substitut de sucre (boissons gazeuses diètes et autres);
2. des aliments de faible valeur nutritive et riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre (ex. : friandises, gommes, pastilles, chocolat, friandises glacées, gelée aromatisée, fudge, tartinades sucrées)
3. des mets composés de charcuterie (ex. : saucisse, pepperoni, bologne, bacon, simili-poulet) ou de friture (ex. : poisson frit, poulet frit, *egg rolls*, coquille à tacos, poutine) ou des aliments frits en accompagnement (pommes de terre frites, rondelles d'oignon, croustilles frites ou *egg rolls*).

3.5.3 Qualité nutritionnelle globale de l'offre alimentaire au repas du midi

Idéalement, les écoles devraient viser à offrir à la fois tous les éléments favorables et aucun des éléments défavorables à une saine alimentation mentionnés ci-haut. Le jour de l'enquête, c'était le cas pour 32 % des écoles servant des repas le midi.

Les analyses réalisées à l'aide des indices élaborés montrent que la moitié des écoles (52 %) offrant un service de repas présentaient l'ensemble des éléments favorables identifiés (figure 20).

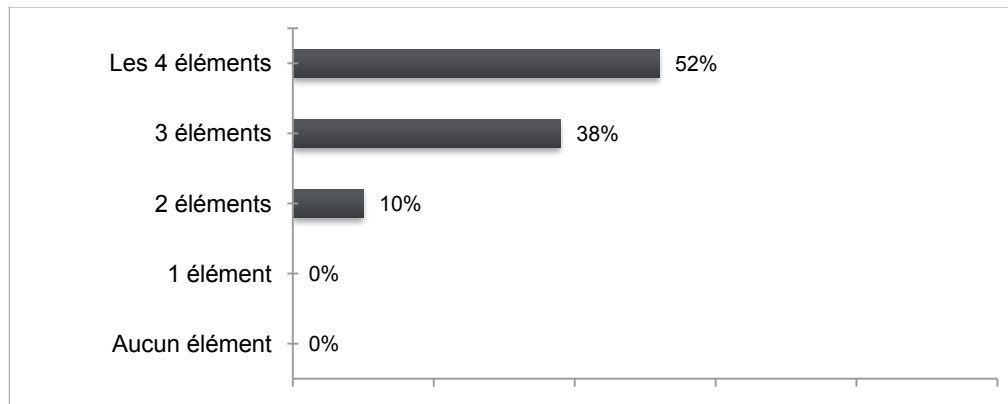


Figure 20 Accès à une offre alimentaire saine dans les écoles offrant un service de repas (N = 56)

Seulement la moitié des écoles offraient les quatre éléments favorables à une alimentation saine principalement en raison du fait que plusieurs écoles ne servaient pas de féculent sous forme de produit céréalier à grains entiers ou sous forme de pommes de terre au menu du midi. La figure 21 présente les proportions d'écoles offrant les différents éléments favorables à une saine alimentation le jour de l'enquête.

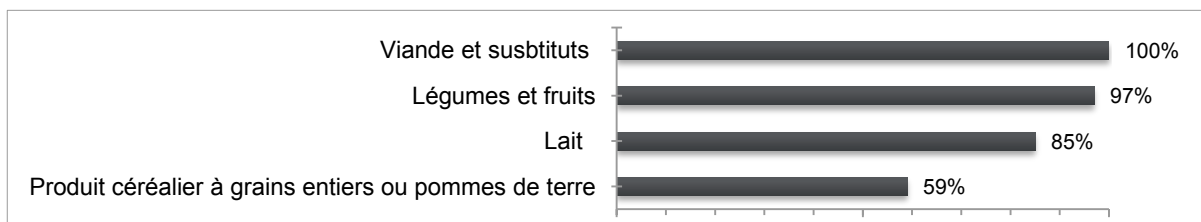


Figure 21 Éléments favorables à une saine alimentation présents dans les écoles primaires offrant un service de repas (N = 56)

En ce qui concerne l'offre d'aliments défavorables à une saine alimentation, 37 % des écoles servaient de la friture ou des aliments et boissons de faible valeur nutritive et riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre. La figure 22 présente la proportion d'écoles présentant aucun, un, deux ou les trois éléments défavorables à une saine alimentation.

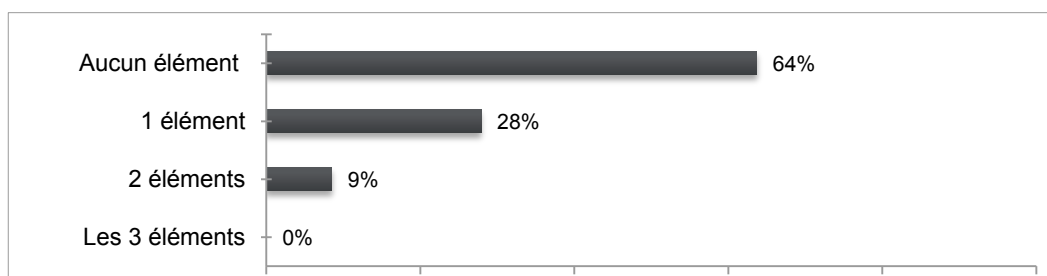


Figure 22 Accès à une offre alimentaire défavorable à une saine alimentation dans les écoles offrant un service de repas (N = 56)

La figure 23 présente les proportions d'écoles offrant les différents éléments défavorables à une saine alimentation le jour de l'enquête.

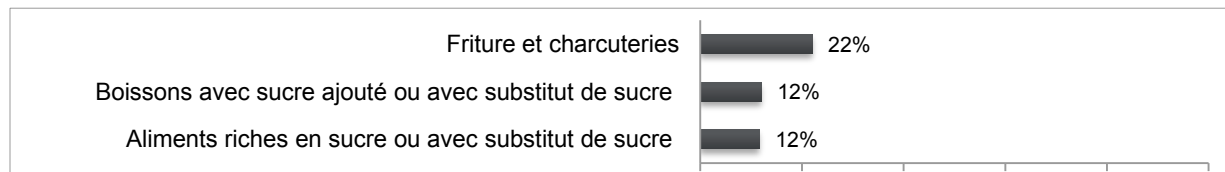


Figure 23 **Éléments défavorables à une saine alimentation présents dans les écoles primaires offrant un service de repas (N = 56)**

4 CONSTATS ET ANALYSE

Le portrait brossé dans les pages qui précèdent est basé sur des données recueillies en 2008-2009, lors des débuts de la mobilisation entourant la création d'environnements favorables à de saines habitudes de vie en milieu scolaire. Cet état de situation devrait contribuer à orienter la poursuite des actions.

De façon générale, l'environnement alimentaire dans lequel évoluent les élèves du primaire au Québec était relativement favorable à une saine alimentation. Plus spécifiquement, l'**organisation de l'offre alimentaire** répondait en partie aux principes de la Vision de la saine alimentation⁽²⁾ qui suggèrent que les menus soient variés et de bonne qualité nutritive, et que les règles d'innocuité, d'hygiène et salubrité soient respectées. En fait, dans la majorité des écoles disposant d'un service de repas à l'heure du dîner, le menu de l'année scolaire était cyclique sur plus de 20 jours, la durée qui est préconisée pour favoriser un choix de mets diversifié⁽⁵⁾. Toutefois, un plus grand nombre d'écoles pourraient bénéficier du soutien d'une personne formée en nutrition, telles une nutritionniste ou une technicienne en diététique, pour l'élaboration et l'approbation de leur menu. Par exemple, l'approbation du menu par une nutritionniste s'avère favorable à une adéquation nutritionnelle qui va au-delà des critères proposés par la politique alimentaire adoptée par l'école⁽⁵⁾. En outre, il serait souhaitable de faire une mise à niveau des connaissances en matière d'hygiène et de salubrité des responsables des services alimentaires, puisque moins de la moitié d'entre eux étaient formés sur le sujet.

En ce qui concerne la **composition de l'offre alimentaire**, la Politique-cadre⁽³⁾ préconise que celle-ci favorise une alimentation variée et soit généralement composée d'aliments de bonne valeur nutritive. Pour leur part, les aliments qui sont de faible valeur nutritive devraient idéalement être limités à quelques occasions particulières. À ce titre, l'offre alimentaire observée dans les écoles primaires du Québec offrant des repas le midi présentait plusieurs éléments positifs. Dans la majorité d'entre elles, les mets offerts étaient exempts de friture et de charcuterie, et des légumes étaient offerts en accompagnement. De plus, aucune école ne servait de boissons gazeuses, de boissons caféinées ou de pommes de terre frites le jour de l'enquête et l'offre d'aliments riches en sucre était peu répandue.

Certains éléments pourraient cependant être améliorés. Au regard de l'offre de boissons, 36 % des écoles ne disposaient pas de fontaine d'eau sur les lieux de repas, 15 % de celles disposant d'un service de repas n'offraient pas de lait nature et 11 % offraient des boissons avec sucre ajouté. Or, l'eau devrait être accessible en tout temps et l'on devrait retrouver du lait tous les jours au menu, alors que les boissons sucrées ne devraient pas être proposées aux élèves⁽⁵⁾. Ensuite, plus d'une école sur cinq offraient un mets principal composé de friture ou de charcuterie au menu du jour ou à la carte le midi de l'observation. De plus, la majorité des écoles utilisaient (uniquement ou conjointement avec des matières grasses plus saines) des matières grasses riches en gras hydrogéné (gras trans) ou saturé lors de la préparation des aliments. Les boissons avec sucre ajouté, les aliments frits et ceux contenant des gras saturés ou trans ne devraient pas faire partie de l'offre alimentaire habituelle des écoles⁽³⁾. De plus, parmi les écoles qui offraient des produits céréaliers en accompagnement le jour de l'enquête, 65 % offraient uniquement des produits faits de grains ou de farines raffinées. Les produits céréaliers qui sont faits de grains entiers devraient plutôt

être privilégiés⁽³⁾. Par ailleurs, l'offre de fruits et légumes mériterait d'être rehaussée : plusieurs écoles ne servaient pas une portion de légumes autre que des pommes de terre en complément au met principal offert au menu du jour, et plus de la moitié des écoles n'offraient pas de fruits le midi de l'observation. De plus, moins de la moitié des écoles avaient servi un repas de poisson au cours de la semaine précédant l'enquête et rares sont celles qui avaient servi un mets végétarien composé de légumineuses ou de tofu. Du poisson et des légumineuses ou du tofu sous différentes formes auraient avantage à être inclus au menu au moins une fois par semaine afin de favoriser une alimentation variée⁽⁵⁾.

Qualité nutritionnelle globale de l'offre alimentaire au repas du midi

Le jour de l'observation, à peine plus de la moitié des écoles (52 %) présentaient l'*ensemble* des éléments identifiés comme permettant aux élèves de se procurer un dîner sain. D'autre part, 64 % des écoles ne servaient pas de charcuterie, de friture ou de boissons ou aliments de faible valeur nutritive riches en sucre ou sucrés avec un substitut de sucre. La combinaison de ces deux composantes révèle qu'à peine le tiers des écoles (32 %) présentaient à la fois l'ensemble des éléments favorables et aucun des éléments défavorables à une saine alimentation.

Ensuite, en cohérence avec une orientation de la Politique-cadre⁽³⁾ et avec la dimension socioculturelle de la saine alimentation telle que proposée dans la Vision de la saine alimentation⁽²⁾, les écoles doivent favoriser un **contexte de repas** permettant aux jeunes de profiter des aspects sensoriels de leur repas dans une atmosphère agréable et propice à la sociabilité. Ainsi, la période de temps consacrée au dîner doit permettre aux élèves de manger sans se presser et avoir lieu dans un endroit où l'on retrouve l'équipement approprié à une salle à manger. Dans la plupart des écoles primaires du Québec, les élèves prenaient au moins vingt minutes pour manger, soit la durée minimale qui devrait être consacrée à la prise du repas⁽⁵⁾, et ce, dans des locaux propres et laissant pénétrer la lumière naturelle. De plus, la majorité des écoles disposaient d'au moins un four à micro-ondes dans la salle à manger et près des trois quarts d'entre elles respectaient la recommandation voulant qu'un four à micro-ondes soit disponible pour un maximum de 25 élèves⁷⁽⁵⁾. Par contre, bon nombre d'écoles ne disposaient pas de lavabo ou de fontaine d'eau sur les lieux de repas. L'ajout de ces équipements pourrait favoriser le lavage des mains et la consommation d'eau par les élèves⁽⁵⁾.

De plus, un peu moins de la moitié des écoles offrant un service de repas utilisaient de la vaisselle ou des couverts réutilisables, 7 % permettaient le compostage des restes de table, 54 % disposaient de bacs à recyclage dans les lieux de repas, et enfin, 58 % achetaient certains aliments provenant de producteurs régionaux. Les efforts mériteraient donc d'être poursuivis pour améliorer l'accord avec la dimension du développement durable de la Vision de la saine alimentation⁽²⁾, selon laquelle les pratiques entourant l'alimentation devraient notamment tenter de tenir compte des principes de respect de l'environnement et de soutien de l'économie locale.

⁷ Ce ratio s'appuie sur la présomption voulant que trois élèves sur quatre apportent leur lunch de la maison parmi lesquels un élève le fait réchauffer. L'offre de fours à micro-ondes doit donc être adaptée à la réalité propre à chaque école. Par exemple, elle devrait être plus élevée lorsque l'école ne dispose pas de service de repas et qu'un nombre élevé d'élèves apporte un lunch.

Finalement, la Politique-cadre⁽³⁾ recommande que des **activités de promotion de la saine alimentation** accompagnent l'offre d'aliments de bonne valeur nutritive à l'école afin d'encourager l'adoption de saines habitudes alimentaires par les élèves et d'en favoriser le maintien. L'enquête n'a pas recensé toutes les activités d'éducation et de promotion ayant eu lieu dans les écoles au cours de l'année scolaire pour favoriser la saine alimentation. Néanmoins, elle révèle qu'au cours du mois précédant la collecte de donnée, quelques services de garde avaient réalisé des séances de dégustations, et un peu plus de la moitié avaient réalisé des activités de cuisine ou d'art culinaire avec les élèves. La manipulation, la préparation et la dégustation d'aliments sains sont des exemples d'activités suscitant la participation active des élèves et qui contribuent à l'acquisition de connaissances, de compétences et de valeurs qui sont favorables aux saines habitudes alimentaires⁽⁵⁾.

D'autre part, les résultats révèlent que peu d'écoles disposaient d'un comité dédié à l'alimentation. Un tel comité, qui peut être issu du comité École en santé dans les écoles où l'on en retrouve un, peut servir à veiller à la qualité des aliments offerts, à la satisfaction de la clientèle et aux relations avec le responsable du service alimentaire⁽⁵⁾. De plus, à peine plus de la moitié des écoles offrant un service de repas avaient consulté les élèves lors de la planification des menus de l'année scolaire et 9 % avaient organisé des séances d'appréciation des mets au cours du mois précédant l'enquête, afin de mieux ajuster les menus aux goûts de leur clientèle. Cette consultation des élèves, même du niveau primaire, peut favoriser leur réceptivité à l'égard des mets proposés et renforcer les messages positifs sur la saine alimentation⁽⁵⁾. Enfin, le quart des services de garde avaient utilisé des aliments à titre de récompense au cours de la dernière année, une pratique qui n'est pas recommandée⁽⁵⁾. Quelle que soit sa valeur nutritive, donner à l'aliment le rôle de récompense en l'associant à des comportements souhaitables est inapproprié et défavorable à une relation saine avec la nourriture.

5 CONCLUSION

L'école d'aujourd'hui n'est plus uniquement un lieu d'enseignement : elle a évolué pour devenir le principal milieu de vie des jeunes après la famille. Elle est aussi un lieu de socialisation où l'élève acquiert des attitudes et des comportements de tout genre, dont des comportements alimentaires plus ou moins favorables à sa santé. En offrant un environnement alimentaire sain aux élèves, l'école contribue à contrer les effets de l'environnement obésogène actuel qui n'épargne pas les jeunes, en leur offrant la possibilité et le goût de bien manger.

Jusqu'à maintenant, nous devons nous baser sur des données partielles et souvent subjectives pour apprécier la qualité de l'environnement alimentaire en milieu scolaire au Québec. Les données présentées dans le présent rapport révèlent que la situation prévalant en 2008-2009 était relativement favorable à une saine alimentation chez les élèves du primaire. Plusieurs points positifs ont été notés, alors que d'autres laissaient place à l'amélioration.

Notamment, plusieurs ajustements pourraient être apportés sur le plan de la qualité de l'offre alimentaire au repas du midi, si ce n'est pas déjà fait. Quoique les produits de faible valeur nutritive comme les aliments et boissons riches en sucre, les aliments frits et les charcuteries étaient assez peu répandus, la disponibilité de produits sains comme les produits céréaliers à grains entiers, les fruits et le lait, n'était pas assurée dans toutes les écoles. De plus, dans la majorité des cas, la qualité globale de l'offre alimentaire au sein d'une même école était compromise par l'absence de certains éléments favorables à un dîner nutritif et équilibré, ou par l'accès à des aliments ou boissons de faible valeur nutritive. Des efforts pourraient donc être dirigés vers une augmentation du nombre d'écoles qui offrent aux élèves l'ensemble des principaux éléments qui leur permettent et les encouragent à opter pour des repas sains.

En complément à l'amélioration de l'offre d'aliments et de boissons, certains aspects des autres dimensions de l'environnement alimentaire mériteraient d'être bonifiés. Par exemple, plusieurs écoles bénéficieraient de l'ajout de lavabos et de fontaines d'eau dans les salles à manger. Il existait également un besoin important de formation en matière d'hygiène et de salubrité chez le personnel œuvrant au sein du service alimentaire.

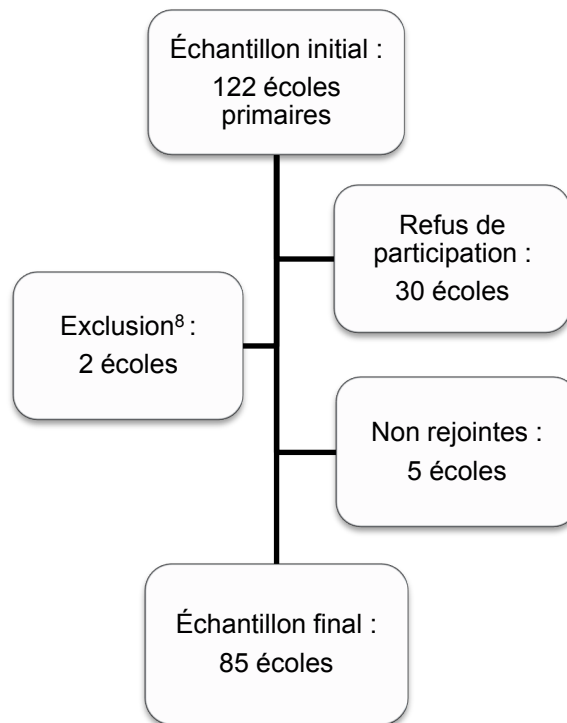
Une seconde édition de la même enquête, réalisée après une période de quelques années, permettra de suivre l'évolution de l'environnement alimentaire dans les écoles de la province à la suite de la mobilisation entourant la création d'environnements favorables à de saines habitudes de vie en milieu scolaire. On pourra notamment examiner si des progrès ont été réalisés depuis cette enquête, de même qu'évaluer si les acquis observés ont été maintenus.

RÉFÉRENCES

- (1) Wechsler H, Devereaux RS, Davis M, Collins J. (2000) Using the School Environment to Promote Physical Activity and Healthy Eating. *Preventive Medicine*; 31 (2) : S121-S137.
- (2) Ministère de la Santé et des Services Sociaux (2010). Vision de la saine alimentation – Pour la création d'environnements alimentaires favorables à la santé. Ministère de la Santé et des Services sociaux; [En ligne] <http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2009/09-289-10F.pdf> (consulté le 2011-07-28).
- (3) Ministère de l'Éducation du Loisir et du Sport (2007). Pour un virage santé à l'école. Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif. Ministère de l'Éducation, des Loisirs et du Sport; [En ligne] <http://www.mels.gouv.qc.ca/sections/viragesante/pdf/virageSante.pdf> (consulté le 2011-07-28).
- (4) Ministère de la Santé et des Services Sociaux (à paraître). Pour une vision commune des environnements favorables à la saine alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à la prévention des problèmes reliés au poids. Gouvernement du Québec; [En ligne] <http://publications.msss.gouv.qc.ca>.
- (5) Ministère de la Santé et des Services Sociaux (2008). Guide d'application du volet alimentation Pour un virage santé à l'école. Ministère de la Santé et des Services sociaux; [En ligne] <http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2008/08-289-01.pdf> (consulté le 2011-07-28).

ANNEXE 1 :
COMPOSITION DE L'ÉCHANTILLON FINAL

COMPOSITION DE L'ÉCHANTILLON FINAL

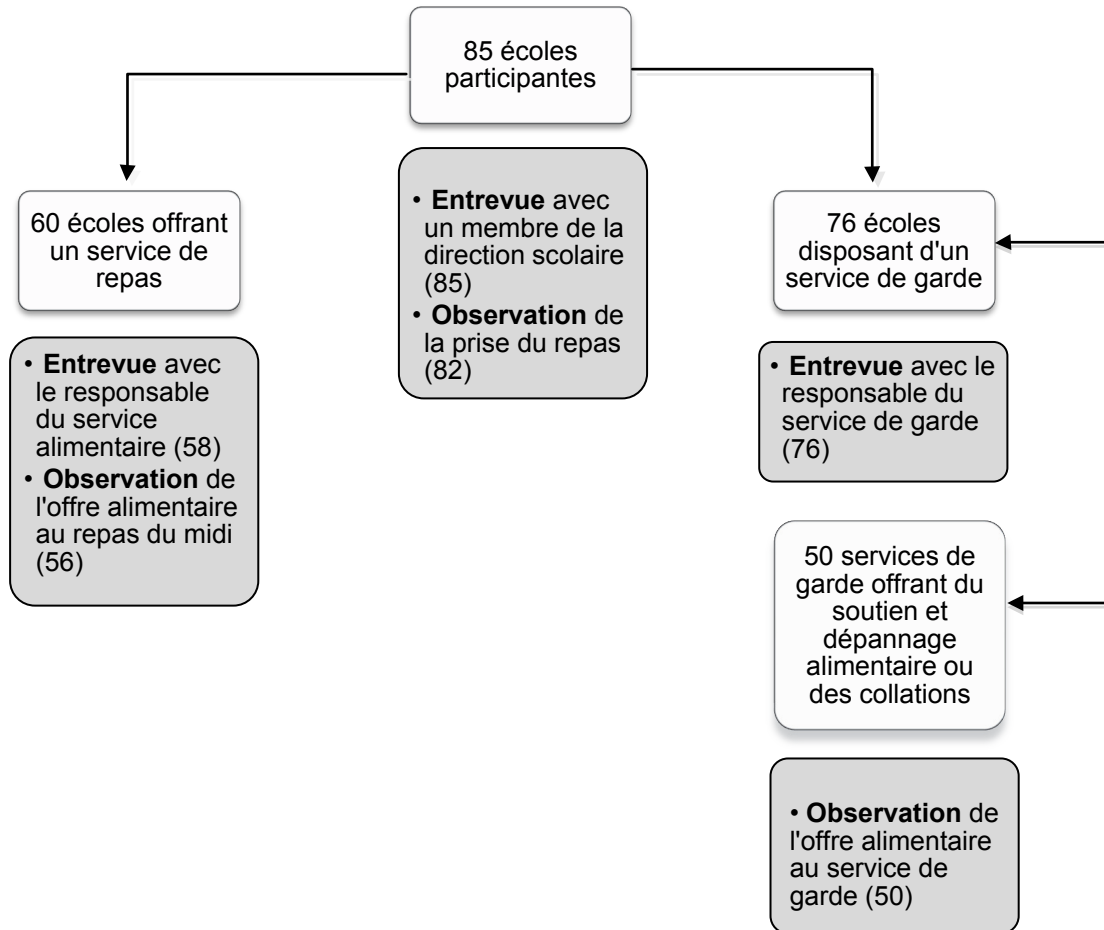


⁸ Il est à noter que suite à la composition de l'échantillon final, certaines écoles identifiées avaient les caractéristiques des critères d'exclusion. En conséquence, elles ont été exclues de l'échantillon final.

ANNEXE 2 :

**NOMBRE D'ÉCOLES INVESTIGUÉES À L'AIDE
DES DIFFÉRENTES MÉTHODES DE COLLECTES DE DONNÉES**

NOMBRE D'ÉCOLES INVESTIGUÉES À L'AIDE DES DIFFÉRENTES MÉTHODES DE COLLECTES DE DONNÉES



ANNEXE 3 :

**MÉTHODES DE COLLECTE DE DONNÉES
ET VARIABLES EXAMINÉES**

MÉTHODES DE COLLECTE DE DONNÉES ET VARIABLES EXAMINÉES

Méthode de collecte de données	Variables examinées
Entrevue auprès d'un représentant de la direction scolaire	<ul style="list-style-type: none"> • Mode de gestion du service alimentaire • Type de service de repas • Mesures de soutien alimentaire • Aliments et boissons offerts lors d'événements spéciaux et pour la vente dans le cadre d'activités de financement • Présence de comités sur l'alimentation et composition des comités
Entrevue auprès du responsable du service alimentaire	<ul style="list-style-type: none"> • Type de menu • Responsable de l'élaboration du menu • Responsable de l'approbation du menu • Formation du personnel du service alimentaire • Aliments et boissons offerts lors des récréations • Offre de certains aliments au menu au cours de l'année scolaire • Modes de préparation des aliments • Consultation des élèves lors de la planification des menus de l'année scolaire • Organisation de séances d'appréciation du menu • Bénévolat par des élèves au service alimentaire
Observation de l'offre alimentaire au repas du midi	<ul style="list-style-type: none"> • Prix du menu du jour • Mets principaux, aliments d'accompagnement et boissons servis à la ligne de service ou sous forme de boîte à lunch
Observation du contexte de la prise de repas	<ul style="list-style-type: none"> • Type de local de repas • Temps pris par les élèves pour manger • Propreté des tables • Présence de lumière naturelle • Présence de commodités : lavabos, fontaines d'eau, fours à micro-ondes, bacs à recyclage et à compost • Type de vaisselle utilisée
Entrevue auprès du responsable du service de garde	<ul style="list-style-type: none"> • Mise en œuvre de dégustations et d'activités culinaires et aliments offerts lors de ces occasions • Aliments et boissons offerts lors d'occasions spéciales • Offre d'aliments à titre de récompense
Observation de l'offre alimentaire au service de garde	<ul style="list-style-type: none"> • Aliments et boissons offerts dans le cadre de mesures de soutien alimentaire et de dépannage alimentaire au déjeuner, au dîner et aux collations et aliments et boissons servis comme collation après les classes



EXPERTISE
CONSEIL



INFORMATION



FORMATION

www.inspq.qc.ca



RECHERCHE
ÉVALUATION
ET INNOVATION



COLLABORATION
INTERNATIONALE



LABORATOIRES
ET DÉPISTAGE

Institut national
de santé publique

Québec

