



La sécurité alimentaire se cultive sur les bancs d'école



CES DERNIÈRES ANNÉES, l'aide alimentaire dans les écoles s'est consolidée. Des millions de collations, de petits déjeuners et de dîners plus tard, le temps est venu de s'interroger. Le don de la nourriture en milieu scolaire transmet-il des valeurs et des comportements dans la tête de l'enfant quant à l'autonomie alimentaire de leurs parents? Dans les institutions d'enseignements, les lieux sont-ils bien adaptés à la sécurité alimentaire? Nos jeunes ont-ils le temps de bien manger, de goûter, de s'initier au rituel de la nourriture de toutes les couleurs? L'autonomie alimentaire peut-elle être assumée par l'école en collaboration avec les parents et d'autres acteurs communautaires, économiques, politiques et sociaux?

Autant de questions qui soulèvent beaucoup d'autres questions encore, et auxquelles cette publication propose des opinions, des pistes de réflexions et le ferment d'une vision.

Nous avons donné la parole à un directeur d'école, un enfant, des parents, un enseignant et divers intervenants. Nous vous invitons à enrichir ce débat qui pétrira l'école, les enfants et les parents. D'aujourd'hui et de demain.

Qu'entend-on par sécurité alimentaire?

Notre vision de la sécurité alimentaire s'inspire de la définition proposée par l'ONU.

La sécurité alimentaire existe lorsque toute une population a accès en tout temps et en toute dignité à un approvisionnement alimentaire suffisant, nutritif et à un coût raisonnable, lorsque les individus jouissent d'un pouvoir d'achat adéquat et lorsqu'ils ont accès à une information simple et fiable qui leur confère des habiletés et leur permette de faire des choix éclairés.

Le point sur l'aide alimentaire dans les écoles

Mesures alimentaires - Ministère de l'Éducation du Québec

Depuis 1991, le ministère de l'Éducation du Québec finance le programme de la mesure alimentaire dans les écoles primaires et secondaires de milieux socio-économiquement défavorisés, en vue de répondre aux besoins des élèves. Ce programme repose sur la prise en charge locale des problèmes du milieu. Ainsi, les organismes communautaires des quartiers ciblés collaborent avec les commissions scolaires et les directions d'écoles pour la mise en œuvre de ce programme, géré par les commissions scolaires. Certaines d'entre elles, comme la Commission scolaire de Montréal, prévoient une contribution minimale et symbolique des parents de façon à «maintenir» leur responsabilité à l'égard de leurs enfants.

La mesure alimentaire du ministère de l'Éducation se traduit par la distribution de petits déjeuners et de repas chauds dans les écoles de milieux défavorisés. Depuis 1991, un budget annuel de quelque quatre millions de dollars est consacré à cette mesure sur l'île de Montréal.

En 1998-99, 59 écoles primaires (24 469 élèves) et 22 écoles secondaires (13 802 élèves, soit environ 20% du total des élèves inscrits au secondaire) ont bénéficié de ce programme. Exceptionnellement cette année, le Ministère a injecté 1 344 953 dollars supplémentaires dans le cadre de ce programme sur l'île de Montréal.

En principe, la mesure alimentaire doit également offrir des activités et des ateliers d'éducation populaire en alimentation à l'intention des parents et des familles.

Dans les faits, ce volet n'a presque jamais été développé depuis 10 ans, faute de budget.

Collations - Conseil scolaire de l'île de Montréal

Depuis quelque 20 ans, le Conseil scolaire de l'île de Montréal consacre une partie de son budget en collations pour les élèves des écoles primaires défavorisées, lesquelles touchent 30% des 112 720 élèves inscrits au niveau primaire. En 1998-99, sur un total de 335 écoles primaires à Montréal, le Conseil scolaire a financé des collations (pommes, bagel, muffin, jus, etc.) pour 36 978 élèves dans 94 écoles. Le budget annuel des collations à Montréal s'élève à quelque 1 182 000 \$. «Exceptionnellement cette année, dit Marcel St-Jacques, coordonnateur, le Conseil scolaire a ajouté un budget supplémentaire de 548 580 \$ pour que les écoles défavorisées puissent offrir les collations tout au long de l'année scolaire, cinq jours par semaine, ce que ne permettait pas le budget annuel initial». Pour éviter de créer des situations embarrassantes (toi, tes parents sont pauvres ...), la mesure des collations s'applique universellement dans les écoles désignées.

Découpage des secteurs défavorisés

Le découpage des zones défavorisées se fait tous les cinq ans en fonction des données socio-démographiques tirées du recensement de Statistiques Canada. Ainsi, à Montréal, 123 zones, soit 30% des 409 zones sont désignées comme des quartiers défavorisés. Le ministère de l'Éducation utilise la classification officielle du Conseil scolaire de l'île de Montréal pour allouer des sommes annuelles aux écoles les plus défavorisées.

Zoom sur la réflexion d'un directeur d'école

Robert Paquin est directeur de l'école primaire Laurendeau-Dunton, qui accueille 600 élèves issus autant de milieux favorisés que défavorisés, à Ville Lasalle. Père de 4 enfants.

Personnellement, je crois que lorsqu'on distribue des petits déjeuners aux enfants de milieux défavorisés, on ne règle pas vraiment le problème à la source, i.e. les parents. Dans deux, quatre ou dix ans, on va être à la même place. Il y a une vérité-préjugé pas politiquement correct, qui dit que les gens sont sur le bien-être social de génération en génération. Les enfants des familles défavorisées grandissent dans l'idée que c'est normal de finir sur le bien-être social. La société a tendance à en prendre trop large; la société est formée par les familles, mais c'est pas le rôle de la société de former ou de remplacer les familles.

Dans certaines écoles défavorisées où j'ai travaillé, l'école offrait des petits déjeuners,



de l'aide aux devoirs, et les parents bénéficiaient des services de garde à 5\$. Dans des contextes comme celui-là, on prend la place des parents, et au bout du compte, on les déresponsabilise. Moi je pense que parallèlement aux mesures alimentaires, il faut sensibiliser les parents à l'importance de veiller eux-mêmes à prendre soin de leurs enfants et à bien les nourrir.

Des années durant, j'ai entendu des enseignants dire aux parents : «Madame, faites-vous en pas, on va s'organiser avec ça, on va régler le problème». C'est vrai qu'il n'existe pas de cours pour devenir parent, c'est vrai que les enfants n'arrivent pas avec un mode d'emploi. Mais être parent, ça s'apprend et les parents se doivent d'assumer leur rôle. Depuis trois ans, j'ai vendu dans mon école l'idée de responsabiliser les parents : quand les enseignants viennent me parler d'un problème, je les invite presque systématiquement à contacter le parent et à en discuter avec lui. Avec le temps, nous avons réussi à établir une très bonne com-

munication avec les parents. De plus, ça enlève de la pression sur l'école, puisque de toutes façons, quand t'en prends trop large, tu perds de l'efficacité. Les parents sont les premiers éducateurs des enfants, or la société les a mis de côté, en cours de route.

Pour réussir le grand défi de convaincre les parents à réinvestir leur rôle, il ne faut pas être agressant, et tout est dans la façon de le dire. Au lieu d'imposer des solutions, nous leur présentons des suggestions. Au chapitre de la sécurité alimentaire, nous travaillons ensemble, l'infirmière, les enseignants et moi, pour leur suggérer des recettes avec des aliments sains et bon marché.

«Les parents sont les premiers éducateurs des enfants, or la société les a mis de côté, en cours de route.»

«Il n'y a pas de solutions faciles, mais si on ne s'attaque pas à la responsabilisation des parents, on va rater le coche à plusieurs points de vue et hypothéquer l'autonomie des futures générations.»

Parole de professeur

Jocelyne Myre enseigne depuis 8 ans au niveau primaire. Depuis l'an dernier, elle travaille à l'école Jeanne-Leber à Pointe St-Charles.

J'ai trop souvent vu au cours de mes années d'enseignante, des élèves qui devaient se contenter pour dîner d'un sandwich au beurre d'arachides ou d'une simple tranche de fromage entre deux morceaux de pain blanc. Ça faisait vraiment pitié. Grâce à la mesure alimentaire, les enfants ont désormais un repas chaud et équilibré tous les midis et ils mangent des aliments variés. Mais l'environnement des repas me laisse perplexe.

Entourés de 125 enfants, les enfants au primaire doivent manger en 20 ou 30

minutes tout au plus, dans un brouhaha constant, parce que les trois heures précédentes ils étaient en classe et qu'ils devaient bien se tenir. Ils sont un peu enrégimentés, constamment baignés de monde et de bruit, alors le ton monte de temps à autre et le rendement l'après-midi laisse parfois à désirer. On a beau dire, les repas chauds servis à l'école ne remplacent pas toujours l'oxygène d'une marche vers un repas chaud à la maison, avec maman. Des fois ça n'a pas très bien été pour l'enfant le matin, alors c'est bon d'avoir une coupure le midi.

«Les enfants sont souvent survoltés à l'heure des repas. Ils n'ont jamais une minute de silence, ça crie toujours dans leur tête»

Les enfants sont souvent survoltés à l'heure des repas, ils n'ont jamais une minute de silence, ça crie toujours dans leur tête.

On a aussi parfois l'impression que l'école est une garderie bien pratique pour certains parents. Qu'il s'agisse de bouffe, d'habillement,

de devoirs ou de leçons, les parents relèguent de plus en plus de responsabilités à l'école et au système. Or les enfants ont absolument besoin de l'attention, du support, de l'implication et de la présence des parents.

La sécurité alimentaire a besoin d'un bouche à bouche

Avec son quart de siècle d'expérience en tant que diététiste-nutritionniste communautaire, Françoise Sauvé partage avec nous sa vision de la sécurité alimentaire dans les écoles. Madame Sauvé travaille au CLSC Lasalle.

Trouvez-vous que les jeunes dans les écoles mangent dans un environnement approprié?

F.S. : L'éducation et la sécurité alimentaire vont de pair avec le temps et l'espace, deux notions qui font défaut dans nos écoles. Au cégep, tout l'environnement nutritionnel est déficitaire à cause des sérieux problèmes de grilles horaires qui ne prévoient aucune pause pour le dîner. Dans les écoles secondaires, il y a des cafétérias, mais les activités parascolaires coïncident avec ... l'heure du dîner. Dans certaines écoles secondaires, on voit même des écriteaux et des affiches qui disent « Défense de fumer, de boire et de manger. »

On met la bouffe dans le même panier que la cigarette! Imaginez le message qu'on transmet aux jeunes. Quant aux écoles primaires, les enfants y mangent souvent dans des conditions lamentables qu'aucun adulte n'accepterait. Et puis,

il faut tenir compte du fait que l'appétit d'un enfant au primaire est très variable. Si une journée ça n'a pas bien été le matin, il n'aura pas envie de manger; par contre s'il est dans une bonne cafétéria, avec un choix d'aliments et un bon encadrement, il y a plus de chance qu'il mange que s'il n'avait qu'un maigre sandwich dans sa boîte à lunch.

... en donnant des repas et des déjeuners dans des populations ciblées, c'est un cataplasme sur une jambe de bois.

Ce qu'on fait présentement, en donnant des repas et des déjeuners dans des populations ciblées, c'est un cataplasme sur une jambe de bois. Il faut voir plus loin. Faute d'espace adéquat, on fait manger les petits bouts de chou dans des casernes de pompiers, des sous-sol d'église et des gymnases de fortune, où le bruit est tel qu'il engendre du stress et noue carrément l'estomac des enfants. Enfin, le temps alloué au repas est très court : les enfants lents n'ont pas le loisir de manger à leur rythme tandis que les autres bouffent à toute vapeur pour aller jouer dehors. Le plaisir de manger est complètement évacué. On envoie des messages contradictoires à nos enfants. D'un côté on leur dit que c'est important de déjeuner, et de l'autre on ne leur donne ni le temps ni l'envie de le faire.

Quelles dimensions voyez-vous dans l'acte de manger?

F.S. : Il y a une notion psycho-sociale dans l'acte de manger : il véhicule

des valeurs et une résonance symboliques. Nous ne sommes pas des autos qui se nourrissent de carburant.

Le système digestif est tributaire des émotions et par ricochet, de l'appren-

tissage. Manger est aussi un geste de socialisation et de partage.

Comment améliorer la sécurité alimentaire dans les écoles?

F.S. : En manquant de vision, on cautionne les problèmes. Qui plus est, la situation actuelle risque de générer chez les jeunes des problèmes nutritionnels et des troubles alimentaires.

Il nous faut faire des choix de société, adopter des politiques sociales et économiques, mais on prétexte toujours le manque d'argent, dans les officines politiques. De l'argent pour le béton, y en a tout le temps, alors pourquoi c'est toujours dans l'éducation et la sensibilisation qu'il n'y en a jamais?

Les directions de santé publique doivent adopter des mesures qui ont des dimensions sociales, de façon à fournir des environnements qui permettent au parent d'aller travailler tout en se prévalant de ses responsabilités à l'égard de ses enfants. C'est urgent de mettre en place dans nos écoles tous les moyens appropriés pour prévenir les maladies de demain : diabète, maladies cardio-vasculaires, cancer, ostéoporose, etc. D'ores et déjà, nos adolescentes boivent de moins en moins de lait, et comme nos gouvernements planifient à courte vue, on verra les répercussions dans 20 ou 30 ans. En Europe, ils mettent en œuvre des programmes auprès des enfants obèses parce qu'ils ont compris que ça coûte infiniment moins cher de s'en occuper aujourd'hui que de laisser le problème dégénérer.

Une société qui croit en ses enfants met des sous là où il faut : dans les infrastructures, dans les repas chauds et équilibrés, dans les politiques à longue vue et dans l'éducation des parents.

Une journée dans la vie de « Garde manger pour tous »

Lundi 26 avril. Le chef Michel et son adjoint se lèvent aux aurores pour préparer de quoi réchauffer le cœur et le ventre de 558 enfants qui fréquentent quatre écoles primaires dans la Petite Bourgogne et St-Henri. Une autre équipe va les assister tantôt à la coupe des légumes et aux fourneaux. Peu avant midi, une trentaine de personnes se dirigent vers les écoles pour emmener les enfants vers les sept points de service : sous-sol d'église, caserne des pompiers, maison des jeunes, parce qu'il n'y a pas toujours l'espace nécessaire dans les écoles pour une salle à manger. Arrivés à destination, la grande famille de *Garde manger* sert avec sourires, clins d'oeils et enthousiasme, des repas colorés, équilibrés et tout chauds. Repus, les enfants accompagnent ensuite les moniteurs de *Garde manger pour tous* vers les parcs environnants où des activités et des jeux les divertiront jusqu'à l'heure du retour à l'école.

«Au-delà de l'assiette, dit Ghislaine Théoret, directrice générale de *Garde manger pour tous*, il se passe beaucoup de choses,

vous savez. Pour plusieurs personnes qui travaillent chez nous, *Garde manger* a été une occasion inespérée de développement personnel et leur a donné le souffle pour se reprendre en main. Quand on a commencé il y a sept ou huit ans, certains parents ne voulaient pas payer le 50 sous du repas, mais les chefs d'équipe ont fait un remarquable travail pour conscientiser les parents et leur redonner de la dignité. Notre travail donne un répit aux familles, surtout celles qui ont trois ou quatre enfants». Ghislaine Théoret est consciente qu'il faudra penser à long terme à aider les parents à s'aider. «Mais pour les enfants de parents qui ont décroché, ventre affamé n'a pas d'oreilles».

Garde manger pour tous a aussi le souci écologique. Au lieu d'utiliser des assiettes et des ustensiles jetables, ils ont choisi de faire la vaisselle. Et devinez quoi? C'est plus rentable et ... la nourriture a bien meilleur goût pour les enfants!

Garde manger pour tous : 931-8830

Votre opinion nous intéresse

Vous souscrivez ou non au point de vue éditorial de notre publication? Vous voulez y réagir? Pourquoi ne pas nous faire part de vos commentaires ou de vos suggestions?

Nous portons une attention toute particulière à chacun des commentaires reçus.

Voici nos coordonnées :

Direction de la santé publique
de Montréal-Centre

A/s de François Thérien ou
de Lise Bertrand

1301, Sherbrooke Est
Montréal H2L 1M3

Tél. : (514) 528-2400, poste 3469

Courriel : lbertran@santepub-mtl.qc.ca

L'éducation alimentaire réinventée

À l'aube du 3^e millénaire, *Les Cuisines des Parents* révolutionnent le volet éducation qui faisait un long dodo depuis 10 ans, faute de sous et de volonté politique. Avec un peu beaucoup de créativité, conjuguée à de l'ingéniosité, du cœur au ventre et un brin d'audace, *Les Cuisines des Parents* ont concocté une recette inédite sur l'île de Montréal. On y intègre l'estime de soi, le travail d'équipe, l'expression de l'inspiration, le renforcement des apprentissages scolaires, l'efficacité personnelle et le plaisir à la tonne, dans la grande assiette de l'éducation alimentaire. Outre les ateliers de cuisine-nutrition, les 800 repas quotidiens destinés aux cafétérias de deux écoles ainsi que le *Club des dégustateurs*, *Les Cuisines des Parents* viennent de créer le *Club des jardiniers*. Pour en apprendre davantage sur ces projets, ne manquez pas d'assister au Colloque du mois de novembre (voir p.6).

Les Cuisines des Parents : 596-7248



Hymne à l'éducation alimentaire

«J'ai appris des tas de choses aux ateliers de nutrition, dit Karine Guillotte, 9 ans et demi, comment faire à manger, mais aussi des recettes pour célébrer la St-Valentin, comme une brochette de fruits, trempée dans du jus de cerises. C'est super bon. Un jour j'ai même râpé des épinards pour faire les cheveux d'un bonhomme monté avec toutes sortes de légumes : concombres, carottes, céleris. C'était pas grave si le bonhomme était croche. Parfois, je dis à maman : si tu me laisses pas t'aider, j'apprendrai jamais».

Johanne Guillotte, mère de Karine, suit les ateliers de nutrition depuis quatre ans.

«Je m'ennuyais à la maison et c'était pas toujours évident de nourrir des enfants avec mon faible revenu. Mes enfants étaient traditionnels et difficiles et je cherchais des petits trucs pour leur faire découvrir d'autres aliments de façon à ce qu'ils se développent bien. À la fin de chaque atelier de *Les Cuisines des Parents*,

Parfois, je dis à maman: «Si tu me laisses pas t'aider, j'apprendrai jamais».

on nous remet les recettes de ce qu'on a préparé: elles sont simples à faire, économiques et très équilibrées. J'ai beaucoup cheminé là-dedans avec les enfants».

Brenda Hewitt accompagne sa fille Nancy, 7 ans, aux ateliers de nutrition, à l'école Jeanne-Leber. Dès son premier atelier, Brenda a été agréablement surprise de voir que Nancy voulait faire des choses elle-même, comme couper sa viande par exemple, des choses que sa fille de 17 ans

et son fils de 14 ans, ont mis beaucoup plus de temps à faire, parce qu'ils n'ont pas eu la chance de suivre ces ateliers. « À l'heure du souper, dit maman Brenda, Nancy aime faire les salades. Ça prend

un peu plus de temps, mais ça lui donne de l'autonomie ». Brenda quant à elle, a découvert qu'il existait différentes sortes de pommes aux différents goûts. Elle a aussi appris à apprécier le tofu, les différentes sortes de céréales et la valeur nutritive des différentes fèves, etc. « Dans les ateliers,

les enfants pratiquent les recettes en nous copiant, tout simplement. On pense souvent à tort que les enfants sont trop jeunes pour apprendre à faire à manger, on est porté à faire tout pour eux. À 8 ou 10 ans, les enfants ne sont plus intéressés à s'impliquer parce qu'on ne les a jamais intéressés ou motivés à préparer des repas».

Que dirait Brenda aux parents qui n'ont jamais assisté aux ateliers de nutrition?

« Je leur conseillerais d'aller au moins à un atelier, parce que ça donne beaucoup d'estime aux enfants. Je leur dirais qu'il n'est jamais trop tard pour apprendre des tas de choses, que ça apporte une satisfaction aux enfants et aux parents ».

Sortir de l'impasse : comprendre et agir au-delà de la faim

Les 9 et 10 novembre prochains

Ne manquez pas cette occasion de venir débattre d'enjeux majeurs touchant tous les volets de la sécurité alimentaire : production, distribution, consommation, réseautage, autonomie, etc. Organisé par les **Partenaires pour la sécurité alimentaire**, ce colloque réunira les acteurs et les intervenants visés de près ou de loin par la sécurité et l'autonomie alimentaire : milieu de l'éducation, de la santé et des services sociaux, de l'industrie agro-alimentaire, du mouvement communautaire et du monde municipal. Pour de plus amples renseignements, communiquer avec François Thérien, Direction de la santé publique de Montréal-Centre, au (514) 528-2400, poste 3414.

Courriel : ftherien@santepub-mtl.qc.ca

Des gestes plus grands que la panse

Une publication des Partenaires pour le développement de la sécurité alimentaire qui regroupent les organismes suivants : la Direction de la santé publique de Montréal-Centre, la Table de concertation sur la faim et le développement social, la Ville de Montréal, le département de nutrition de l'Université de Montréal, Centraide, Aliment'Action Saint-Michel, Bouffe-Action de Rosemont, Groupe-Ressources du Plateau Mont-Royal, Maison d'entraide Saint-Paul Émard, Comité de sécurité alimentaire de Lasalle.

Les opinions exprimées dans cette publication ne représentent pas nécessairement celle des organismes pour lesquels leurs auteurs travaillent.

Coordination : Lise Bertrand

Direction de la santé publique
1301 Sherbrooke, Est, Montréal, H2L 1M3
Téléphone : (514) 528-2400, poste 3469
Courriel : lbertran@santepub-mtl.qc.ca

Responsables de la publication :

Jean-Paul Faniel, Raquel Rivera et François Thérien

Rédaction et entrevues :

Marie-Paule Beyrouti

Infographie : Paul Cloutier

Dépôt légal : 2^e trimestre 1999.

Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque du Canada

ISBN 2-89494-193-5