

# **Quelques exemples de pratiques prometteuses en alimentation scolaire dans les communautés autochtones**

**Table de discussion « penser en dehors de la boîte à lunch »  
Wendaké 4 juin 2015**

## INTRODUCTION

Lors de la table de discussion "penser en dehors de la boîte à lunch" pour un programme universel de saine alimentation scolaire chez les Premières Nations, Métis et Inuits organisée par Club des petits déjeuners du Canada et le Réseau pour une alimentation durable, 13 participants provenant de 11 organisations dont la commission scolaire de Kativik, le Conseil en Éducation des Premières Nations - CEPN, le centre de santé de Manawan, la commission de la santé et des services sociaux de Québec et Labrador et Québec en forme, pour ne citer que ceux-là, ont eu l'occasion de partager sur des pratiques prometteuses au sein des programmes alimentaires scolaires dans les communautés autochtones.

L'objectif de cette rencontre, était de permettre aux participants de répondre aux questions suivantes: À quoi un programme universel d'alimentation scolaire pourrait et devrait ressembler dans les communautés autochtones? Quelles sont les étapes nécessaires pour y arriver? Ces pratiques furent une source d'inspiration lors de cette conversation.

## NOUVEAU BRUNSWICK : UN LEADERSHIP COMMUNAUTAIRE FORT

*Présenté par Cheyenne Mary : infirmière travaillant à temps partiel pour les autochtones et conseillère de programme dans l'organisme Canadian Feed the Children. Elle travaille en étroite collaboration avec quatre communautés autochtones du Nouveau-Brunswick pour gérer les programmes d'alimentation scolaire. Sa présentation a porté sur les pratiques prometteuses en alimentation scolaire dans les communautés autochtones du Nouveau-Brunswick.*

Au Nouveau-Brunswick, le gouvernement provincial à travers la politique 711 révisée en 2008 sur la nutrition et l'amélioration de l'alimentation scolaire qui s'applique à tous les districts scolaires et écoles publiques de la province, a défini sa stratégie à travers une approche globale de la santé en milieu scolaire, une valeur nutritive maximale, moyenne et minimale.

Canadian Feed the Children un organisme dont la mission est de réduire l'impact de la pauvreté sur les enfants, travaille avec des partenaires locaux à l'échelle internationale et au Canada pour améliorer le bien — être des enfants et de l'autonomie de leurs familles et des communautés incluant auprès des premières nations. L'objectif du programme pour les premières nations est de doter les enfants et jeunes de fondations solides au sein de leurs communautés pour se construire un avenir prospère. Leur programme alimentaire scolaire est implanté dans 3 communautés : Tobique, Eel Ground, Elsipotog et intègre des composantes au niveau de l'école et de la communauté. Lire la présentation complète.

## **L'école et la communauté « *main dans la main* »**

À l'école, le programme comprend le petit déjeuner, le diner et la collation; un jardin communautaire d'apprentissage, un programme de chef étudiant, champion pour l'alimentation saine chez les parents et les enfants. Au niveau de la communauté, le programme alimentaire scolaire intègre les aspects suivants : mentorat communautaire pour la saine alimentation, le transport collectif; les cuisines collectives; les produits/aliments frais (Fresh for less box); les événements communautaires (incluant les festivals, les Pow Wow, etc.).

## **L'évaluation des programmes omniprésente**

Les programmes alimentaires scolaires sont évalués sur une base régulière, les informations suivantes sont collectées, analysées pour permettre d'améliorer les programmes en place :

- Nombre d'enfants auxquels sont servis des repas sains à l'école
- Nombre de repas dans le menu contenant les 4 groupes alimentaires requis
- Nombre d'activités scolaires dédiées à l'éducation nutritionnelle y compris l'apprentissage du jardinage
- Nombre d'évènements communautaires intégrant les pratiques de saine alimentation

## **Les facteurs clés de succès**

Les facteurs clés de succès des programmes alimentaires scolaires sont essentiels pour assurer la qualité de ces derniers :

- Des repas conformes, nutritifs, savoureux et culturellement appropriés
- Une expérience d'apprentissage manuelle pour les élèves
- Un coordonnateur à temps partiel dédié au programme (membre de la communauté)
- Des occasions d'apprentissage sur la nutrition et la saine alimentation pour les cuisiniers scolaires
- Des installations adéquates et suffisantes pour la préparation de la nourriture
- Une composante de l'éducation en matière de nutrition pour les élèves et les familles
- Des champions au sein de la communauté.

## **Un programme universel de saine alimentation scolaire pour contrer l'insécurité alimentaire: le modèle de programme de Canadian Feed the Children Canada**

Ce modèle gravite autour de 3 axes d'intervention:

- L'engagement au sens large des parents et de la communauté au sujet des menus de l'école, des lignes directrices pour les allergies, etc.
- La mise en place d'une programmation pour l'alimentation en milieu scolaire

- La création d'objectifs à court et à long terme pour le programme en collaboration avec une équipe engagée dans la communauté qui croit en la valeur du programme.

Pour plus d'information, communiquez avec Cheyenne Mary

à [cmery@canadianfeedthechildren.ca](mailto:cmery@canadianfeedthechildren.ca)

## **NUNAVIK : LES SAINES HABITUDES DE VIE COMME CHEVAL DE BATAILLE!**

*Présenté par Léa Laflamme, nutritionniste à la Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik – RRSSSN.*

Au Nunavik, la régie régionale de la santé et des services sociaux s'est donnée comme mission de promouvoir les saines habitudes de vie auprès de la communauté y compris des jeunes en âge scolaire. Différents outils de promotion ont été créés et diffusés dans les écoles et autres milieux (ex : CLSC, maisons de la famille), on peut citer le guide alimentaire du Nunavik; la trousse d'éducation sur le guide alimentaire, des feuillets d'information sur la nutrition et des recettes simples et imagées.

### **La nutrition au centre de la promotion**

Sur la côte de l'Ungava, il y a un nutritionniste qui travaille pour le centre de santé Tulattavik qui visite les écoles au moins une fois par année pour faire des activités de promotion de la nutrition avec les jeunes, niveau primaire et secondaire. La régie coordonne également des activités du mois de la nutrition et offre du financement aux écoles et aux autres organisations pour l'organisation d'activités pendant ce mois.

Les travailleurs locaux de santé, les coordonnateurs de cuisine collective et les maisons de la famille (certains de ces travailleurs vont faire des activités de nutrition à l'occasion dans les écoles) bénéficient de formation sur la nutrition et les cuisines collectives. Les cuisines collectives de la région dont certaines incluent des jeunes d'âge scolaire dans leurs activités reçoivent aussi de la régie régionale de la santé et des services sociaux du soutien pour leur démarrage et leur fonctionnement.

### **De grandes choses pour l'avenir!**

Il n'existe pas de table intersectorielle pour les saines habitudes de vie pour le Nunavik cependant... un groupe de travail sur la sécurité alimentaire régional et intersectoriel est sur le point de se former. L'équipe de prévention et promotion de la santé de la RRSSSN se rencontre également chaque mois pour bien arrimer les activités de promotion/prévention qui s'organisent dans la région. Le programme « *viens on va jouer à vivre!* » où deux jeunes modèles vont visiter les écoles de la région pour promouvoir les saines habitudes de vie a été mis en place, pour le moment il est en attente d'une évaluation pour la prochaine année.

Pour plus d'information, veuillez communiquer avec Léa Laflamme à l'adresse [lea\\_laflamme@ssss.gouv.qc.ca](mailto:lea_laflamme@ssss.gouv.qc.ca)

## **LAC SIMON : ICI LE SERVICE TRAITEUR C'EST PLUS QU'UN BON REPAS ...**

*Présenté par Karen Morency – Nutritionniste au centre de santé de Lac Simon.*

### **L'entrepreneuriat pour favoriser la réussite scolaire**

Les noms des deux projets en entrepreneuriat de l'école Amik Wiche en disent long sur les bienfaits de la réussite scolaire : [les 3 lois de la réussite pour le secondaire 5 et les ateliers PCR pour l'adaptation scolaire](#)

Les 3 lois de la réussite que l'élève doit absolument observer sont les suivantes :

- réussir ses matières principales et avoir une moyenne générale de 60 %
- avoir moins de 5 % d'absences et de retards non motivés au cours de son année scolaire
- participer activement à toutes les activités de financement du comité entrepreneuriat pour le voyage de fin d'année

Les ateliers Persévérance + compétences = réussite (PCR) se fondent sur la philosophie entrepreneuriale, qui est une vision portée par la direction et l'équipe de l'école d'Amik Wiche, qui dirigent le temps d'enseignement et leurs tâches en ce sens.

### **Promouvoir le mieux-être de la communauté par l'implication des jeunes de l'école**

La mission de ce projet est de devenir une source de motivation pour tous les élèves du secondaire à venir (moins de décrochage scolaire); favoriser l'apprentissage par projet et apprendre dans l'action; démontrer les possibilités d'apprentissages de niveau postsecondaire et resserrer le partenariat entre les milieux de l'éducation, du travail et de tous les secteurs socioéconomiques de la communauté.

Le service de traiteur a comme philosophie de promouvoir le mieux-être de la communauté par l'implication des jeunes de l'école, ceux-ci étant la main d'œuvre des services. Par ce projet, les étudiants manipulent les aliments, découvrent des techniques de travail en cuisine et de nouvelles recettes, élaborent toujours des assiettes équilibrées et goutent à ces repas. Les jeunes sont confiants et font la promotion de l'assiette de façon positive. Plus les gens goutent plus ils peuvent développer leur goût d'une saine alimentation.

De plus, ces gens peuvent vivre la sensation d'avoir pris un repas en suivant les portions acceptables; ainsi les sensations de faim et satiété sont plus faciles à comprendre, ce qui aidera grandement à la qualité et la quantité alimentaire de chacun.

## **Le service de traiteur c'est plus qu'un bon repas...**

Il permet de :

- Apprendre aux jeunes à cuisiner des repas complets et équilibrés
- Offrir un service courtois tout en s'amusant
- Avec l'expérience et la répétition de certaines recettes, les jeunes découvrent le côté facile de la cuisine
- Le résultat concret d'une recette réussie et délicieuse apporte fierté et confiance en soi
- Valoriser l'autonomie et la prise en charge et être fier du résultat accompli
- Travailler en équipe et communiquer, avec beaucoup d'apprentissages scolaires; mathématiques, et français dans lecture et multiplication de recettes, gestion du temps et du matériel, pensée environnementale...
- Apprendre à gérer de l'argent dans un but précis avec du travail et de l'effort soutenu...

### **La récompense au bout de l'effort**

À la fin de chaque service, ils s'aperçoivent du beau travail réalisé et que finalement, manger sainement c'est simple et bon! Ils pourront reproduire tout ceci dans leur famille parce qu'ils ont confiance en leurs capacités de le faire. De plus, ils font découvrir ces repas à énormément de gens de la communauté grâce aux contrats qu'ils reçoivent. Le service de traiteur améliore la santé nutritionnelle de la communauté par le choix des menus équilibrés de l'équipe de cuisine du centre de santé. Plus on goûte à des repas équilibrés, plus on les aime!

L'aspect « entreprise » du projet est très important, nos jeunes expérimentent le travail nécessaire pour accéder à un objectif très intéressant... De plus, cet argent reste dans l'économie locale du Lac Simon... Dans le but ultime de faire un très beau voyage pour découvrir le monde

### **Une distribution des rôles claire et efficace**

Les différents rôles au sein du projet entrepreneurial sont clairement définis pour concourir au succès de l'initiative.

### **Les Enseignants**

- Acheminer la soumission/facture au client
- Offrir des plages horaires pour la cuisine par l'entremise de leurs cours (même en échangeant des cours avec d'autres enseignants!!)
- Motiver et encadrer les élèves
- Le plus important : Cuisiner avec les élèves!!

### **La nutritionniste**

- Élaborer les menus et effectuer les achats d'aliments
- Déterminer les préparatifs du repas

- Transmettre des informations nutritionnelles, culinaires et de salubrité des aliments
- Cuisiner le plus souvent possible avec les élèves

La force du modeling dans nos interventions nous aide beaucoup pour des résultats positifs

### **Nos facteurs clés du succès**

La disponibilité des enseignants et de la nutritionniste, ainsi que la passion☺ et le positivisme de toutes les personnes impliquées dans le projet font une grande différence. La participation active de tous les élèves, afin qu'ils apprennent dans l'action est un facteur clé de succès. L'approche « faire avec les élèves » contribue énormément à l'amélioration de leurs habitudes de vie et celles de toute la communauté. La mobilisation de l'équipe de l'école, du secteur de la santé, de tous les secteurs de la communauté est un grand atout pour la réussite du projet.

L'hygiène, la salubrité et la qualité des aliments/repas sont très importantes, les élèves et les intervenants travaillent avec des recettes/menus simples (facilitant pour enseignants et élèves débutants). Le projet s'appuie aussi sur la stabilité et les affinités du personnel, il a débuté à petite échelle, et augmente progressivement chaque année.

### **Des comités d'école pour veiller au grain**

Dans chacune des écoles existe un comité d'école. À l'école Amik Wiche, il s'agit du comité École en santé (EES) et à l'école Amikobi, le comité saines habitudes de vie (SHV).

Les deux comités fonctionnent de façon assez similaire, soit une rencontre d'équipe par cycle de 9 jours pour EES et une réunion par mois pour SHV. Ces comités sont reconnus par les directions d'école qui libèrent leur personnel pour s'y impliquer, d'ailleurs ce rôle est inscrit dans leurs cahiers de charge.

Les rencontres d'équipe ont pour objectif d'élaborer un plan d'action annuel, et d'assurer la concrétisation des actions planifiées.

Les thèmes à discuter lors de ces rencontres sont larges et concernent autant l'élève, l'école que la communauté : l'alimentation, l'environnement et la sécurité, l'estime de soi, mode de vie physiquement actif, non usage du tabac, prévention alcool/drogue/jeu, relations harmonieuses et prévention de la violence, santé mentale, sexualité saine et responsable, sommeil, hygiène et santé buccodentaire.

### **Voici quelques exemples d'action issus des plans d'action :**

- Les défis du mois de la nutrition
- Le cross country
- Les activités du mois de l'activité physique (le MEPSE) : marchons courons, athlétisme...
- Veiller à ce que toute la nourriture servie dans l'école suive les recommandations du



GAC

- Projet de mentor active et acti leader...

Pour plus d'informations, Karen Morency à [karen.morency@anishnabe-lacsimon.ca](mailto:karen.morency@anishnabe-lacsimon.ca)