



# Les bienfaits des programmes d'alimentation scolaire



## Pour en savoir plus

Pour nous soutenir  
[sainealimentationscolaire.ca](http://sainealimentationscolaire.ca)

Twitter  
[@C4HSchoolFood](https://twitter.com/C4HSchoolFood)

Facebook  
[Coalition for Healthy  
School Food](https://www.facebook.com/CoalitionforHealthySchoolFood)

LinkedIn  
[La Coalition pour une saine  
alimentation scolaire \(Canada\)](https://www.linkedin.com/company/la-coalition-pour-une-saine-alimentation-scolaire-canada)



La Coalition pour une saine  
alimentation scolaire est le plus  
grand réseau d'alimentation  
scolaire au Canada.

## Qu'est-ce que la Coalition pour une saine alimentation scolaire ?

Nous sommes le plus grand réseau d'alimentation scolaire du Canada avec plus de 265 organisations membres à but non lucratif de chaque province et territoire. Nous plaillons pour la création d'un programme universel d'alimentation scolaire à frais partagés, qui permettrait à tous les élèves de la maternelle au secondaire 5 (12e année) d'avoir un accès quotidien à des aliments sains à l'école. En s'appuyant sur les programmes existants dans tout le pays, notre vision est que toutes les écoles serviront un jour un repas ou une collation saine à peu de frais, ou gratuitement, pour les élèves.

À terme, ces programmes comprennent la littératie alimentaire et serviront des aliments culturellement appropriés, locaux et durables dans toute la mesure du possible. Consultez nos principes directeurs pour savoir à quoi ressemble le programme alimentaire scolaire idéal.

Notre mission consiste à collaborer avec des partenaires dans tout le Canada afin de :

- ✓ **Plaider en faveur d'un programme universel de saine alimentation scolaire à frais partagés, à l'échelle du Canada;**
- ✓ **Renforcer les engagements pris par les provinces et les territoires, les gouvernements locaux et les communautés scolaires ; et**
- ✓ **Soutenir la reproduction, le réseautage et le partage des meilleures pratiques pour les milliers de programmes et de modèles diversifiés d'alimentation scolaire au Canada.**

## Contexte

Le Canada est le seul pays du G7 à ne pas avoir de programme d'alimentation scolaire universel, et nous nous classons 37e sur 41 parmi les pays les plus riches du monde lorsqu'il s'agit de fournir une alimentation saine aux enfants. En tant que 10e économie mondiale et pays du G7 dont la population croît le plus rapidement, nous pouvons contribuer au bien-être de nos enfants et de nos jeunes et obtenir des effets à long terme sur la santé et l'économie en mettant en œuvre le plus rapidement possible un programme d'alimentation dans les écoles.

## Les bienfaits des programmes d'alimentation scolaire



# Les bienfaits des programmes d'alimentation scolaire

## La santé

### Les programmes d'alimentation scolaire :

- ✓ Augmentent la consommation d'aliments sains des enfants (légumes frais, fruits, céréales complètes et protéines d'origine végétale).
- ✓ Favorisent les habitudes alimentaires des enfants tout au long de leur vie (indépendamment du revenu, de leur milieu social et de leur situation familiale).
- ✓ Réduisent les risques de maladies chroniques chez les élèves et améliorent leur développement physique.
- ✓ Renforcent les connaissances en matière d'alimentation.
- ✓ Permettent aux écoles de modéliser et de mettre en pratique le **Guide alimentaire canadien**.
- ✓ S'inscrivent dans le prolongement naturel de la Stratégie en matière de saine alimentation et de la Politique alimentaire pour le Canada.

Le fardeau économique et le coût évitable des maladies liées à la nutrition au Canada sont estimés à 13,8 milliards de dollars par an. Ce chiffre changerait si nos enfants et nos jeunes suivaient le **Guide alimentaire canadien**.

## Les femmes et les familles

### Les programmes d'alimentation scolaire :

- ✓ Soutiennent les familles qui éprouvent des difficultés à introduire des aliments sains peu transformés dans l'alimentation de leurs enfants et de leurs jeunes pour diverses raisons. Cette tâche est d'autant plus difficile pour les parents qui travaillent de longues heures.
- ✓ Soutiennent les enfants qui n'ont pas accès à une alimentation saine.
- ✓ Allègent le budget familial, notamment en raison de l'augmentation du coût des aliments.
- ✓ Réduisent la nécessité pour les parents de recourir à des aliments malsains, prêts-à-manger et hautement transformés.
- ✓ Bénéficient aux femmes, qui consacrent beaucoup de temps à la préparation des repas pour l'école.

La [Fondation Rockefeller](#) et le [Center for Good Food Purchasing](#) ont constaté que si les programmes de repas scolaires aux États-Unis coûtent 18,7 milliards de dollars par an, ils génèrent près de 40 milliards de dollars de bénéfices en termes de santé humaine et d'économie.

## Pratiques environnementales durables

### Les programmes d'alimentation scolaire :

- ✓ Aident les élèves à se familiariser avec les systèmes alimentaires et à prendre des actions environnementales positives.
- ✓ Aident les élèves à développer un goût pour les fruits et légumes frais et les protéines d'origine végétale et le gibier (en accord avec un régime qui émet peu de gaz à effet de serre).
- ✓ Stimulent l'approvisionnement alimentaire des institutions publiques, désormais considéré comme un « changement de donne » important pour soutenir et promouvoir des systèmes alimentaires plus durables.
- ✓ Facilitent la réduction et la gestion des déchets alimentaires.



© Gustave Le - Boîte à Lunch

## Rendements et résultats scolaires

### Les programmes d'alimentation scolaire :

- ✓ Améliorent les résultats scolaires et l'assiduité et diminuent les retards et les taux d'abandon.
- ✓ Améliorent la capacité d'attention des élèves, leur vigilance et leurs résultats aux tests de mathématiques, de lecture et à d'autres tests standardisés.
- ✓ Améliorent les comportements interpersonnels, la discipline et la coopération des élèves.

Une [évaluation du Toronto District School Board](#) a montré que les élèves qui prennent un repas le matin la plupart du temps affichent une augmentation d'au moins 10 % de leurs compétences, notamment en matière de travail scolaire indépendant, d'initiative et de résolution des conflits, et qu'ils sont plus susceptibles d'obtenir leur diplôme de fin d'études secondaires.

«[Re-imagining School Feeding](#)» (Repenser l'alimentation scolaire), un document du Groupe de la Banque mondiale, commence son rapport par « Les pays doivent donner la priorité à l'apprentissage, et pas seulement à la scolarisation. Les enfants doivent être en bonne santé, et non affamés, si l'on veut que les possibilités d'apprentissage correspondent à la capacité d'apprendre ».

Une [étude](#) du programme suédois de repas scolaires a démontré que les élèves participant au programme pendant toute la durée de leur scolarité primaire ont des revenus supérieurs de 3 % au cours de leur vie.

## La santé mentale et le bien-être

### Les programmes d'alimentation scolaire :

- ✓ Réduisent les problèmes de comportement, notamment l'intimidation, les comportements agressifs, la violence, l'anxiété et la dépression.
- ✓ Favorisent l'amélioration du bien-être mental, de la confiance et de l'estime de soi lorsqu'ils sont mis en œuvre de manière universelle, inclusive, adaptée à la culture et non stigmatisante.

## Croissance économique et création d'emplois

### Les programmes d'alimentation scolaire :

- ✓ Créent des emplois et des opportunités connexes pour les travailleurs des services alimentaires et les producteurs locaux de produits alimentaires.
- ✓ Soutiennent des systèmes alimentaires locaux plus forts et plus résistants, ainsi que les économies rurales.

Une [analyse préliminaire](#) montre que si 1,6 milliard de dollars par an étaient consacrés à l'alimentation, et si le Canada prenait modèle sur le Brésil où 30 % de ces fonds sont consacrés à l'agriculture locale pour soutenir les exploitations familiales, le programme pourrait contribuer à hauteur de 4,8 milliards de dollars aux achats nationaux de nourriture d'ici à 2029.

Un investissement dans les programmes alimentaires scolaires stimulerait la création d'emplois. [Si l'on prend l'exemple des États-Unis](#), les quelque 62 000 emplois nécessaires à la mise en œuvre d'un programme solide au Canada pourraient stimuler la création de 207 700 nouveaux emplois.

D'autres données et références sont disponibles sur la page [L'impact de la Coalition pour une saine alimentation scolaire](#).