

# Création d'environnements alimentaires sains

DANS LE SECTEUR DES LOISIRS



## Le projet

- L'Association canadienne des parcs et loisirs (ACPL) collabore avec Santé Canada pour favoriser la mise en place d'environnements alimentaires sains dans le secteur des loisirs.
- Cette ressource fournit quelques exemples d'initiatives prises par des communautés à travers le Canada en vue de créer des environnements alimentaires plus sains.
- En partageant ces expériences, nous pouvons collectivement apprendre, nous adapter et faire progresser nos efforts en vue de créer des communautés plus saines à l'échelle nationale.



# Collations saines mensuelles au travail

Ateliers, nourriture et événements spéciaux dans le comté de Richmond, en Nouvelle-Écosse

## L'initiative

Le service de développement communautaire et de loisirs du comté de Richmond, en Nouvelle-Écosse, a reçu une subvention pour le bien-être qui lui a permis de mener, tout au long de l'année, diverses activités sur le bien-être. L'une des activités a consisté à offrir chaque mois des collations saines au personnel de tous les sites municipaux. Cette activité a lieu le dernier lundi de chaque mois quand un membre du comité de bien-être choisit la collation. Le fait de choisir à tour de rôle les collations permet de servir chaque mois une collation différente.

## Succès et enseignements

Succès et enseignements 😊

L'initiative a suscité des réactions positives de la part de l'ensemble du personnel, en particulier des personnes travaillant à l'extérieur du bâtiment administratif municipal. De plus, cette initiative a contribué à renforcer le sentiment d'appartenance à l'équipe dans son ensemble.

Le comité s'efforce de maintenir un environnement inclusif et équitable pour tous les membres, en continuant de proposer chaque mois des activités axées sur le bien-être, et ce, jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de financement.

---

## Partenaires

Le service administratif municipal, le conseil municipal, le comité de bien-être au travail et l'Association of Municipal Administrators, Nova Scotia (AMANS).

---

## Personne-ressource

Shannon Mury  
smury@richmondcounty.ca



# Live 5-2-1-0

## Élaboration d'une politique globale en matière de saine alimentation, South Dundas (Ontario)

### L'initiative

Ce service de loisirs, situé dans la petite communauté de South Dundas (Ontario), connaissait les lignes directrices élaborées en Colombie-Britannique et les a promues et suivies dans ses programmes récréatifs pour les enfants.

LIVE 5-2-1-0 fournit quatre lignes directrices simples pour élever des enfants en bonne santé :

- 5 - Consommer au moins cinq légumes et fruits par jour
- 2 - Limiter le temps passé devant un écran à deux heures par jour
- 1 - Jouer activement au moins une heure par jour
- 0 - Ne consommer aucune boisson sucrée

Le service des loisirs a déclaré que cet excellent programme était facile à suivre et qu'il aimerait qu'un programme similaire soit mis en place dans tout l'est de l'Ontario.

---

### Personne-ressource

Melissa Friolet  
mfriolet@southdundas.com



# Lignes directrices en matière de nutrition

**La création d'un manuel pour le programme de cuisine, d'un contenu pour le programme de cuisine, de directives d'achat et d'attentes en matière de cuisine à Surrey (Colombie-Britannique)**

## L'initiative

Lorsque le personnel des centres de loisirs a offert de nouveau des programmes culinaires pour enfants au sein de ces centres, l'équipe municipale chargée de la promotion de la santé s'est associée à l'autorité sanitaire de Fraser pour définir les pratiques exemplaires. L'autorité sanitaire de Fraser a fourni des données accablantes, reçues après la pandémie, qui soulignent à quel point les enfants et les jeunes souffrent d'une mauvaise image corporelle, d'une alimentation perturbée et, en général, d'une relation négative avec la nourriture. Plus important encore, la prévalence des troubles alimentaires était deux fois plus élevée que chez les enfants diabétiques. Ensemble, l'autorité sanitaire de Fraser et la ville de Surrey ont élaboré un manuel de programme à l'intention du personnel qui cuisine avec les enfants ou leur fournit des aliments ou des collations. Ce manuel s'éloigne de l'éducation nutritionnelle restrictive et normative habituelle et se concentre davantage sur l'exploration des aliments et les approches nutritionnelles tenant compte des traumatismes et axées sur la compassion. De plus, ce manuel comprend une perspective axée sur l'équité et l'inclusion culturelle. L'équipe a consulté [LIVE 5-2-1-0](#) en ce qui concerne la modification de documents et elle a donné des conseils sur le guide d'achat pour le personnel et le programme d'études.

Une subvention a été accordée par le fonds Community-University Engagement Support (CUES) de l'Université de la Colombie-Britannique (UBC), en partenariat avec LIVE 5-2-1-0. Le financement a permis de mettre en place ces documents dans le cadre du programme parascolaire MYzone pour les enfants âgés de 8 à 12 ans et d'intégrer davantage de possibilités de cuisiner pour les enfants inscrits dans les sept sites de la ville de Surrey. MYzone, lauréat du Provincial Award for Program Excellence décerné par la BC Recreation & Parks Association, est un programme extrascolaire amusant et flexible qui commence en octobre et se poursuit pendant la majeure partie de l'année scolaire dans certains centres de loisirs de Surrey.

## Succès et enseignements

L'équipe a créé un ensemble de lignes directrices sur la nutrition comprenant un programme de cuisine, un manuel pour le cours de cuisine, des lignes directrices relatives aux achats pour les programmes, ainsi que les attentes en matière culinaire à afficher dans toutes les cuisines des centres de loisirs. On y trouve également le guide d'achat du ministère de la Santé pour les écoles de Fraser Health et le Guide alimentaire canadien, qui fait partie du programme. Chaque leçon est basée sur un élément du guide alimentaire. Les lignes directrices sont en cours de création et de commercialisation par l'équipe du marketing de la ville. Ces lignes directrices seront présentées au personnel en mai 2024 et en juin 2024, au cours d'une première phase de déploiement. Ensuite, il sera possible de modifier les documents pendant l'été et de les présenter de nouveau au cours de la nouvelle année scolaire.

### Partenaires

Fraser Health, [LIVE 5-2-1-0](#)

---

### Personne-ressource

Amber Defne Quan  
[amber.quan@surrey.ca](mailto:amber.quan@surrey.ca)



# Initiative pour des collations saines pendant le camp d'hiver/camp de jour en été de Baker Lake

Prendre des mesures à l'égard des aliments fournis lors de réunions, d'ateliers et d'autres événements  
Baker Lake (Nunavut)

## L'initiative

Lorsque Nathan Annanaut est devenu coordonnateur des loisirs pour le petit hameau urbain de Baker Lake, au Nunavut, il s'est mis à la recherche de sources de financement extérieures qui permettraient aux jeunes de Baker Lake ayant couru et joué sur le terrain de jeu intérieur de manger des aliments sains.

En collaboration avec la Recreation Parks Association of Nunavut (RPAN), le hameau organise un camp de jour d'été pour plus de 150 jeunes âgés de 5 à 12 ans et un camp d'hiver pour 50 à 75 jeunes (l'autre moitié joue au hockey)! L'horaire des deux camps est de 9 h à 16 h, du lundi au vendredi. En outre, le centre de loisirs est ouvert après l'école, soit de 16 h à 22 h. Nathan a trouvé des fonds auprès d'entreprises locales et d'entreprises transitoires/saisonnnières de la région de Baker Lake, telles que des camps d'exploration minière. Grâce à ces fonds, il a pu acheter des collations saines, comme des céréales, des barres céréalières et des fruits. L'initiative de collation saine, qui en est à sa deuxième année, est financée par Forum Energy Metals Corp. L'initiative bénéficie aussi de rabais et de dons de fruits provenant du magasin Northern Store de la localité. En ce qui concerne l'activité physique, le hameau de Baker Lake organise des activités récréatives, tandis que la RPAN trouve des fonds auprès de ses partenaires pour former les jeunes animateurs aux premiers secours, à la manière de travailler avec les jeunes et aux jeux permettant de briser la glace.



## Succès et enseignements

Selon Nathan, « beaucoup d'enfants ont la possibilité de manger des aliments sains qu'ils n'ont habituellement pas à la maison. Le régime alimentaire de la plupart des habitants du Nord est devenu malsain. De plus, ces personnes mènent une vie sédentaire. Nous essayons de leur apprendre à prendre un bon départ dans la vie et à conserver un mode de vie sain grâce à une alimentation saine et à un mode de vie actif. »

Le prix de la nourriture est très élevé au Nunavut, car tout est transporté par avion vers le nord. Il s'est également avéré difficile de trouver des espaces de stockage pour les aliments sains et les jus.

« C'est un plaisir de voir les sourires et les visages heureux des enfants lorsqu'ils mangent et qu'ils ont quelque chose dans l'estomac. »

### Les partenaires

La RPAN, Forum Energy Metals Corp. et Northern Store

### Personne-ressource

Nathan Annanaut  
[recreation@bakerlake.ca](mailto:recreation@bakerlake.ca)



# Politique sur les saines habitudes de vie – Ma Ville ma Santé

Révision de la politique sur les saines habitudes de vie et être innovant dans nos pratiques au Québec

## L'initiative

En 2010, un regroupement sur les saines habitudes de vie a vu le jour sur le territoire financé par Québec en forme et la Fondation Chagnon. De là a découlé une concertation locale afin de mettre en place des initiatives sur la saine alimentation et l'activité physique. La politique sur les SHV est née en 2014 de cette concertation. 10 ans plus tard, cette politique est à réviser et nous voulons innover.

---

## Succès et enseignements

Résolution qui interdit la sollicitation des Cies de boissons énergisantes dans les parcs de la ville et interdiction de vente dans les bâtiments municipaux, mise en place d'espaces verts comestibles qui donnent accès à des légumes frais tout l'été aux citoyens et ce dans des endroits accessibles et gratuitement, ajout d'une offre alimentaire saine dans les événements de la ville, retrait des machines distributrices dans les bâtiments municipaux, etc.

L'agriculture urbaine reste un défi d'adhésion sociale car certains citoyens et élus ont peur de ce que cela pourrait avoir l'air, l'accès à une saine alimentation est parfois considéré comme des choix individuelles et les milieux ne voient pas comment leur implication peut changer les choses.

Ce fut un très beau projet de concertation et la révision à venir sera tout aussi intéressante à piloter.

---

## Les partenaires

CISSSS-MO, écoles du territoire, organisme en sécurité alimentaire, organismes sportifs, Sportium, Complexe sportif Delson-Sainte-Catherine, CPE.

---

## Contact

Marie-Helene Lemieux  
[marie-helene.lemieux@vdsc.ca](mailto:marie-helene.lemieux@vdsc.ca)

# La création d'environnements alimentaires sains dans les milieux récréatifs



## Rapport sur la saine alimentation dans les installations récréatives, Loisirs N.-B. – pièce jointe

Le Groupe de travail pour une saine alimentation dans les installations récréatives a été créé en 2016. Il vise à appuyer le mouvement de saine alimentation dans les lieux de loisirs par la communication, la recherche et le développement des ressources. L'analyse provinciale des environnements alimentaires dans ces lieux avait pour objectif principal de recueillir des renseignements de base sur les choix d'aliments et de boissons disponibles dans les installations récréatives du Nouveau-Brunswick. Cette ressource constitue un bon modèle pour ceux et celles qui souhaitent effectuer une analyse des environnements alimentaires dans les lieux de loisirs.

### Rester actif, manger sainement

Mis au point en Colombie-Britannique, le programme Stay Active, Eat Healthy (Rester actif, manger sainement), qui repose sur des données probantes, vise à améliorer l'accès à des choix d'aliments et de boissons sains tout en limitant les choix malsains dans les installations récréatives municipales et communautaires. Les objectifs sont les suivants :

- soutenir les installations récréatives et jouer un rôle de premier plan dans la collectivité afin de promouvoir un mode de vie sain et actif en proposant des choix sains dans les distributeurs automatiques, les casse-croûte, les services alimentaires, les programmes et les événements au bénéfice des travailleurs et du public;
- faciliter les approches collaboratives entre l'industrie et le personnel des installations récréatives afin d'offrir et de promouvoir un plus large éventail de choix judicieux en matière de santé.



## Manger sainement dans les milieux récréatifs

En 2019, la ville de Temiskaming Shores a adopté un règlement administratif intitulé « Healthy Eating in Recreation Settings » (Manger sainement dans les milieux récréatifs) en collaboration avec son bureau local de santé publique. Ce règlement s'applique à tous les vendeurs de produits alimentaires dans les installations récréatives de la ville (arénas, et mini-golfs pendant la saison estivale).

## Tremplin Santé

La Fondation Tremplin Santé aide les camps d'été à faire la promotion des saines habitudes de vie auprès des jeunes de milieux socialement et financièrement défavorisés. Elle produit un certain nombre d'outils liés à une saine alimentation.

## Lignes directrices pour une saine alimentation dans les installations récréatives et sportives (2015)

Le document Healthy Eating in Recreation and Sport Settings Guidelines (2015) contient des lignes directrices visant à permettre aux personnes qui soutiennent des activités dans les installations récréatives et sportives, qui y travaillent ou qui y participent de modifier l'environnement alimentaire en vue de favoriser une saine alimentation.



## Boîte à outils pour une saine alimentation dans les milieux récréatifs

Grâce à Communities ChooseWell, un programme provincial qui inspire et soutient les champions locaux des modes de vie sains, les organismes et les administrations municipales de l'Alberta pour transformer leurs communautés en lieux où manger sainement et être actif sont des choix faciles pour tous, un certain nombre de ressources ont été produites à l'intention du secteur des loisirs :

o [Healthy Eating in Recreation Settings Toolkit](#) (Boîte à outils pour une saine alimentation dans les milieux récréatifs)

o [A Fresh Start: A Guide to Offering Healthy Food and Drink Options in Recreation Food Services](#) (Nouveau départ : un guide pour proposer des aliments et des boissons sains dans les services alimentaires récréatifs)

o [Using Traffic Light Labels to Promote Healthier Food Purchases Among Patrons in Recreational Facilities](#) (Utilisation d'étiquettes aux couleurs des feux de circulation pour promouvoir l'achat de produits alimentaires sains auprès des clients des installations récréatives)

o [Sharing a Meal: Connection and Community in Northeast Calgary](#) (Partager un repas : Connexion et communauté dans le nord-est de Calgary)

---

## Des aliments sains dans les installations récréatives

Document en ligne produit par l'Alberta Policy Coalition for Chronic Disease (APCCP), un organisme qui représente un large éventail de praticiens, de décideurs, de chercheurs et d'organismes communautaires qui se réunissent pour coordonner leurs efforts, produire des données probantes et plaider en faveur d'un changement de politiques pour réduire les maladies chroniques. Visitez le site : [Healthy Food in Recreational Facilities](#).

---

## Lignes directrices pour des aliments et des boissons sains lors d'événements publics

Le document [Healthier Food and Beverage Guidelines for Public Events](#) a été produit en collaboration par l'équipe du projet « Housing for Health » de l'Université de l'Alberta avec les services de nutrition d'Alberta Health Services. Il est également distribué en partenariat avec le programme Communities ChooseWell de l'Alberta Recreation & Parks Association.

## Trousse pour la vente de produits santé dans les distributeurs automatiques. Manger sainement dans la collectivité.

La page [Healthier Vending Toolkit](#) fournit des ressources pour aider les centres de loisirs, les écoles secondaires, les établissements d'enseignement postsecondaire, les lieux de travail, les vendeurs et les groupes communautaires à proposer des aliments et des boissons sains dans leurs distributeurs automatiques. Ces ressources ont été élaborées par Alberta Health Services.

---

## Manger sainement dans le secteur des loisirs

La ressource en ligne [Healthy Eating in the Recreation Setting](#), produite par les Diététistes en santé publique de l'Ontario, offre la possibilité de créer de façon cohérente et plus efficace un environnement favorable et d'élaborer des politiques dans le secteur des loisirs dans les régions de santé publique de l'Ontario.

---

## Des aliments sains dans les installations récréatives

Produite par le Bureau du médecin-hygiéniste en chef du gouvernement du Nouveau-Brunswick, la trousse [Des aliments sains dans les installations récréatives](#) a pour but de sensibiliser et d'informer les gens et de leur fournir des ressources qui favoriseront la disponibilité de choix alimentaires sains dans les installations récréatives du Nouveau-Brunswick.



## Bien manger et participer

La trousse d'outils Making the Move to Healthy Choices: A Healthy Eating Toolkit for Recreation, Sport and community Food Service Providers est une ressource de Recreation Newfoundland and Labrador. L'objectif de cette trousse est de permettre aux fournisseurs de services alimentaires dans les installations récréatives, sportives et communautaires de proposer plus facilement des choix d'aliments et de boissons sains dans les installations et lors de tournois et d'événements. Elle comprend notamment des idées de repas et de collations santé, des stratégies pour promouvoir des choix santé, des considérations relatives à la salubrité alimentaire et des recettes.

## Manger sainement dans les installations récréatives de l'Île-du-Prince-Édouard : Trousse de démarrage

Le Comité de nutrition pour les enfants de la Fondation des maladies du cœur de l'Île-du-Prince-Édouard vise à collaborer avec les municipalités et les gestionnaires/exploitants d'installations pour offrir du soutien et faire connaître les pratiques exemplaires en vue de favoriser des environnements alimentaires sains dans les milieux récréatifs. Le Comité a produit le document Healthy Eating in PEI Recreation Settings : Action Starter Kit. Il a également produit le document Handbook for healthy eating in recreation facilities (Guide pour une alimentation saine dans les installations récréatives).



# Découvrez nos séances d'apprentissage en ligne (en anglais seulement)

Joignez-vous à nous pour célébrer le succès de nos trois séances d'apprentissage en ligne, axées sur la création d'environnements alimentaires sains dans le secteur des loisirs. Nos séances ont été animées par des conférenciers inspirants qui ont apporté des connaissances précieuses, ainsi qu'une plateforme interactive où les participants ont pu raconter leurs expériences personnelles et poser des questions. En plus d'offrir des possibilités de formation, ces séances ont favorisé un environnement de collaboration pour faire progresser les initiatives en matière d'alimentation saine.

## Establishing Healthy Food Environments

Découvrez ce que signifie offrir un environnement alimentaire sain, le rôle du secteur des loisirs et les ressources disponibles pour soutenir votre travail.

## Case Studies and Ask the Experts – Part I

Découvrez comment trois communautés créent des environnements propices à une alimentation saine dans le secteur des loisirs, écoutez les témoignages et bénéficiez de conseils qui pourraient vous aider dans votre propre cheminement.

## Case Studies and Ask the Experts – Part II

Nous souhaitons poursuivre la discussion et offrir davantage d'occasions de présenter les initiatives en matière d'alimentation saine en cours dans le secteur des loisirs au Canada. Nous examinerons les obstacles à la mise en œuvre d'initiatives en matière d'alimentation saine et les facteurs favorables à celle-ci.