Gouvernement du Canada
Government of Canada

AMÉLIORATION DES COMPÉTENCES CULINAIRES

Aperçu des pratiques prometteuses au Canada et à l'étranger

[Études de cas]

Canada

Les rapports, *Amélioration des compétences culinaires : Synthèse des données probantes et des leçons pouvant orienter l'élaboration de programmes et de politiques* and *Amélioration des compétences culinaires : Aperçu des pratiques prometteuses au Canada et à l'étranger* sont disponibles sur l'internet à l'adresse suivante :
http://www.santecanada.gc.ca

These two reports are also available in English at the following website:
http://www.healthcanada.gc.ca

« La Stratégie pancanadienne intégrée en matière de modes de vie sains » est disponible à l'adresse suivante :
http://www.phac-aspc.gc.ca/hl-vs-strat/index-fra.php

The Integrated Pan-Canadian Healthy Living Strategy is also available in English on the internet at the following address:
http://www.phac-aspc.gc.ca/hl-vs-strat/index-eng.php

Cette publication peut-être reproduite sans autorisation dans la mesure où la source est indiquée en entier.

© Sa Majesté la Reine du Chef du Canada, 2010
No de catalogue : 978-1-100-95294-9
ISBN : H164-123/2-2010F-PDF

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS [1]

SOMMAIRE [4]

INTRODUCTION [7]

MÉTHODOLOGIE [11]

APERÇU DES ÉTUDES DE CAS [14]

Colombie-Britannique : *Food Skills for Families* [15]

Alberta : *Collective Kitchens Coordinator Training* [21]

Saskatchewan : *Kids Kitchen* [25]

Manitoba : *Kids in the Kitchen* [29]

Ontario : *Programme des conseillers communautaires en alimentation* [33]

Québec : *Petits cuistots — Parents en réseaux* [38]

Nouveau-Brunswick : *Healthy Cooking, Healthy Kids* [44]

Nouvelle-Écosse : *Strive for Five at School!* [47]

Île-du-Prince-Édouard : *What's for Dinner?* [52]

Terre-Neuve-et-Labrador : *Food and Fun Camp Program* [56]

Yukon : *Tantalus School Food Program* [61]

Territoires du Nord-Ouest : *Kids in the Kitchen* [65]

Nunavut : *Healthy Foods North* [70]

Royaume-Uni : *What's Cooking?* [75]

Australie : *Stephanie Alexander Kitchen Garden* [79]

CONCLUSION [83]

ANNEXE A : AUTRES ÉTUDES DE CAS [85]

RÉFÉRENCES [90]

REMERCIEMENTS

Le présent document, intitulé *Amélioration des compétences culinaires : aperçu des pratiques prometteuses au Canada et à l'étranger* a été rédigé par Cathy Chenhall M.H.Sc., Dtp du Groupe des modes de vie sains (GMVS) du Réseau pancanadien de santé publique (www.phn-rsp.ca/About_f.html), en collaboration avec le Groupe fédéral-provincial-territorial sur la nutrition. Anne Adair, du Bureau de la politique et de la promotion de la nutrition de Santé Canada, a rédigé les sections présentant les études de cas provenant d'autres pays.

Groupe de travail sur la collaboration stratégique

Le Groupe de travail sur la collaboration stratégique (GTCS) a contribué à la définition de l'optique générale de ce rapport; il a formulé des avis et commentaires tout au long du projet.

Voici une liste des membres du GTCS :

Glendora Boland
Conseillère provinciale en nutrition, ministère de la Santé et des Services communautaires, gouvernement de Terre-Neuve-et-Labrador

Kathy Cassels
Directrice générale, *Directorate of Agencies for School Health* BC (DASH BC)

Meghan Day
Gestionnaire en alimentation saine et en sécurité alimentaire, *Population and Public Health*, ministère des Services de santé de la Colombie-Britannique

Elsie DeRoose
Nutritionniste territoriale, ministère de la Santé et des Services sociaux, Territoires du Nord-Ouest

Caroline Dubeau
Directrice, Mois de la nutrition,
Les diététistes du Canada

Ann Ellis
Conseillère en nutrition, Bureau de la politique et de la promotion de la nutrition, Santé Canada

Saskia Jarvis
Analyste en politiques, Division de la santé des collectivités, Agence de la santé publique du Canada

Holly Kerr
Conseillère et nutritionniste en santé publique, ministère de la Promotion de la santé de l'Ontario

Sarah Lambert
Coordonnatrice, Santé en milieu scolaire, Consortium conjoint sur la santé en milieu scolaire

Craig Larsen
Directeur général, Alliance pour la prévention des maladies chroniques du Canada (APMCC)

Amanda MacNaughton
Conseillère en affaires scientifiques et réglementaires, Politiques en matière d'alimentation et de nutrition, Produits alimentaires et de consommation du Canada (PACC)

Patricia Martz
Gestionnaire de projet, Santé et Mieux-être Alberta

Lisa Mawani
Analyste en politiques, Division de la santé des collectivités, Agence de la santé publique du Canada

Shannon Olson
Nutritionniste, Bureau de la politique et de la promotion de la nutrition, Santé Canada

Victoria Smith
Nutritionniste principale par intérim, Direction générale de la santé des Premières nations et des Inuits, Santé Canada

Sharon Zeiler
Présidente du GTCS
Directrice, Éducation en matière de diabète et nutrition, Association canadienne du diabète

Principaux répondants

L'auteure désire remercier les principaux répondants suivants qui ont généreusement fait part de leurs idées à l'occasion d'entretiens téléphoniques et examiné les premières versions des études de cas :

Connie Abram, Mary Clifford et Susan Ross
Association canadienne du diabète, région du Pacifique Colombie-Britannique : *Food Skills for Families*

Suzanne Galesloot
Services de Santé Alberta, zone de Calgary Alberta : *Collective Kitchens Coordinator Training*

Tony Bairos
École Bishop Klein

Robin Hartl
Good Food Inc., CHEP
Saskatchewan : *Kids Kitchen*

Pat Burgera Krawchuk
Producteurs laitiers du Manitoba
Manitoba : *Kids in the Kitchen*

Elizabeth Smith
Centre des ressources en nutrition, Association pour la santé publique de l'Ontario
Ontario : *Programme des conseillers communautaires en alimentation*

Lucie Leduc
Les ateliers cinq épices
Québec : Petits cuistots — Parents en réseaux

Cheryl Parrish
La Cuisine éducative Mapleton inc.
Nouveau-Brunswick : *Healthy Cooking, Healthy Kids*

Caroline Whitby
Annapolis Valley Health Promoting Schools Program
Nouvelle-Écosse : *Strive for Five at School!*

Barb Lundrigan
East Kings Community Coalition et *Main Street Family Centre*
Île-du-Prince-Édouard : *What's for Dinner?*

Jill Wheaton
Central Health — Health Promotion and Wellness
Terre-Neuve-et-Labrador : *Food and Fun Camp Program*

Gisela Larkin
École Tantalus
Yukon : *Tantalus School Food Program*

Heather MacKenzie
Food First Foundation
Territoires du Nord-Ouest : *Kids in the Kitchen*

Renata Rosol, Jennifer Wakegijig, Mary Ugyuk et Lynn Kanguaq
Nunavut : *Healthy Foods North*

Kevin Naylor
Food Standards Agency
Royaume-Uni : *What's Cooking?*

Ange Barry
Stephanie Alexander Kitchen Garden Foundation
Australie : Programme *Stephanie Alexander Kitchen Garden*

SOMMAIRE

Les choix et les comportements alimentaires, et par conséquent la santé nutritionnelle, sont influencés par un certain nombre de déterminants individuels, collectifs et politiques complexes et inter reliés[1]. De plus en plus de recherches confirment l'existence d'une relation entre les compétences culinaires et les choix alimentaires chez les enfants et les adolescents.

Les études de cas présentées dans ce rapport proviennent de treize (13) programmes canadiens et deux (2) programmes étrangers visant à améliorer les compétences culinaires chez les enfants et les familles. Nous avons sélectionné des programmes innovateurs qui fournissent des leçons pertinentes et variées en matière d'amélioration des compétences culinaires. Certains d'entre eux visent en outre l'acquisition de connaissances relatives à la saine alimentation chez les enfants et les familles, dans une optique d'amélioration de la santé.

Voici la liste des études de cas incluses dans ce rapport :

Colombie-Britannique : *Food Skills for Families*
Alberta : *Collective Kitchens Coordinator Training*
Saskatchewan : *Kids Kitchen*
Manitoba : *Kids in the Kitchen*
Ontario : *Programme des conseillers communautaires en alimentation*
Québec : *Petits cuistots — Parents en réseaux*
Nouveau-Brunswick : *Healthy Cooking, Healthy Kids*
Nouvelle-Écosse : *Strive for Five at School!*
Île-du-Prince-Édouard : *What's for Dinner?*
Terre-Neuve-et-Labrador : *Food and Fun Camp Program*
Yukon : *Tantalus School Food Program*
Territoires du Nord-Ouest : *Kids in the Kitchen*
Nunavut : *Healthy Foods North*
Royaume-Uni : *What's Cooking?*
Australie : *Stephanie Alexander Kitchen Garden*

Les principaux répondants interviewés aux fins du présent rapport nous ont fourni des renseignements utiles fondés sur leur expérience au niveau de la conception, de la mise en œuvre et de l'évaluation de programmes visant l'acquisition de compétences culinaires. Nous avons regroupé leurs commentaires sous trois rubriques générales définies en fonction de l'intérêt des renseignements fournis pour l'élaboration de futurs programmes et politiques : encouragement à une participation ou à un engagement durable, leçons apprises (jusqu'à maintenant) et conseils aux autres collectivités.

Voici les principaux commentaires recueillis :

ENCOURAGEMENT À UNE PARTICIPATION OU À UN ENGAGEMENT DURABLE

- Consulter les particuliers, les représentants des groupes de parties intéressées, les membres des populations visées et les partenaires potentiels dans le but de recueillir des appuis et d'assurer la réussite continue des programmes.
- Établir des liens ou renforcer les liens existants avec diverses organisations gouvernementales, non gouvernementales ou communautaires en tenant compte des stratégies et priorités existantes en matière de financement.
- Transmettre la passion éprouvée pour le programme, expliquer sa raison d'être et démontrer sa valeur afin de recueillir des appuis.

LEÇONS

- Obtenir des appuis pour réduire au maximum les obstacles à la participation lors de la mise en œuvre et de l'évaluation du programme.
- Faciliter la mise en œuvre et l'évaluation du programme en favorisant l'accès à des services de soutien, des ressources et de la formation, au besoin.
- Prévoir le roulement inévitable des bénévoles dans la structure d'animation du programme tout en déployant tous les efforts requis pour les retenir.
- Offrir un appui suffisant en termes de ressources humaines et de contenu aux personnes qui mettent le programme en œuvre.
- Énoncer clairement les attentes au niveau de la coordination et de l'administration du programme, s'organiser et se préparer à recruter de nouveaux partenaires et à recueillir des fonds supplémentaires ou inattendus.
- Examiner les possibilités d'améliorer le programme pour renforcer la capacité communautaire et organisationnelle.
- Prévoir un plan d'évaluation dans le modèle global de mise en œuvre du programme pour s'assurer de disposer des données nécessaires à la durabilité du programme au moment opportun.
- Favoriser l'établissement de partenariats pour rejoindre au maximum les populations visées et assurer la durabilité des activités du programme.
- Faire participer les parents aux activités pour améliorer l'impact et les résultats du programme et favoriser un changement de comportement à long terme.
- Être ouvert aux avantages inattendus du programme; les programmes visant l'acquisition de compétences culinaires favorisent considérablement l'égalité, l'engagement et la création de conditions favorables à l'apprentissage (plus particulièrement en milieu scolaire) ainsi que la formation de solides réseaux de soutien social chez les populations visées à l'échelon communautaire.
- Offrir aux participants des occasions pratiques d'acquisition des compétences culinaires; encourager la découverte de nouveaux aliments en trouvant un juste équilibre entre les aliments et recettes familiers et nouveaux.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

- Il ne faut pas « réinventer la roue »; les programmes prometteurs ou couronnés de succès s'appuient sur des approches innovatrices ou adaptées en fonction de la réalité des collectivités visées.
- Il suffit de s'y mettre : il faut commencer doucement et augmenter graduellement les efforts tout en demeurant à l'écoute des participants et des parties intéressées.
- Il faut s'assurer que la mise en œuvre du programme respecte les normes de qualité établies tout en étant assez flexible pour répondre aux besoins communautaires.

Ce rapport présente un grand nombre de programmes prometteurs ou réussis visant l'acquisition de compétences culinaires dans le but d'orienter les efforts entourant l'élaboration de futurs programmes et politiques au Canada. Les études de cas reflètent la rapidité de réaction des programmes et des organismes responsables aux réalités, actifs et besoins des collectivités d'accueil et des populations visées. Comme en témoignent ces études de cas, peu importe l'approche sectorielle ou organisationnelle adoptée, les programmes d'amélioration des compétences culinaires visent avant tout l'amélioration de la santé nutritionnelle et de la santé globale de la population canadienne.

La concertation des efforts visant à évaluer les impacts à court et à long terme des programmes en place ne peut que favoriser la durabilité et la réussite des activités. La nécessité se fait aussi sentir d'apprendre par la pratique et de disposer de meilleures données probantes pour orienter les décisions entourant les futurs programmes et politiques.

INTRODUCTION

Les choix et les comportements alimentaires, et par conséquent la santé nutritionnelle, sont influencés par un certain nombre de déterminants individuels, collectifs et politiques complexes et inter reliés[1]. De plus en plus de recherches confirment l'existence d'une relation entre les compétences culinaires et les choix alimentaires chez les enfants et les adolescents.

Plusieurs changements dans les technologies, les systèmes alimentaires et, sur un plan plus global, dans l'environnement social, économique, physique et culturel ont été identifiés comme des facteurs ayant un impact sur la culture de la préparation des aliments au foyer, notamment :

- Une plus grande disponibilité des produits alimentaires (de base/crus et transformés).
- Une amélioration des technologies d'entreposage, de préparation et de cuisson des aliments qui réduit le niveau de connaissances et de compétences culinaires requis.
- Les exigences ou réalités de la participation au marché du travail en termes de temps et de moyens financiers.
- Une transformation des priorités et valeurs familiales.
- Une diminution des occasions d'acquérir des compétences culinaires, tant au foyer que dans le système public d'éducation[2-5].

On dispose de relativement peu de données quantifiables et généralisables permettant de confirmer l'état actuel des compétences culinaires et leur évolution chez les populations, les enfants et les familles. Les données à l'appui d'une relation directe entre la santé et les compétences culinaires sont tout aussi limitées[2, 6-9].

Bien que les interventions visant l'amélioration de ces compétences aient entraîné des résultats plutôt moyens, Wrieden[9] et d'autres[6, 8] sont d'avis qu'un certain nombre d'études indiquent bel et bien que de telles interventions représentent un point de départ vers l'amélioration des habitudes alimentaires. Ces auteurs reconnaissent toutefois la faible probabilité de changer radicalement des comportements alimentaires enracinés, surtout chez les adultes, en s'attaquant à seul obstacle à la fois (considéré isolément sans tenir compte du contexte global). Il est intéressant de souligner que ces deux lacunes en matière d'information n'ont pas empêché les discussions ou les préoccupations à cet égard dans le secteur public et le milieu universitaire au cours de la dernière décennie.

Les données de recherche sur l'achat et la consommation des aliments, tant à l'échelon national qu'international, confirment une transition des choix alimentaires et des habitudes de consommation. Ainsi, de plus en plus de gens appartenant à tous les sous-groupes de la population achètent, assemblent et consomment des aliments transformés, prépréparés ou prêts-à-servir sur une base quotidienne. Les résultats de plusieurs projets de recherche confirment que ces types d'aliments font désormais partie intégrante des habitudes alimentaires individuelles et familiales chez tous les sous-groupes de la population[6-8, 10, 11]. La normalisation de la consommation de ces types d'aliments est accompagnée d'un manque potentiel de transmission des compétences de base en cuisine traditionnelle ou à partir d'ingrédients de base entre les parents (surtout les mères), les enfants et les adolescents. On sait qu'il s'agissait du principal mode d'acquisition des compétences culinaires dans le passé. De nombreuses personnes sont d'avis que les enfants et les adolescents qui n'ont pas l'occasion d'observer ou de mettre en pratique des compétences culinaires de base ou de cuisiner à partir d'ingrédients de base au foyer ne peuvent pas acquérir les compétences nécessaires pour faire des choix éclairés dans un environnement alimentaire de plus en plus complexe[2, 6]. Dans le même ordre d'idées, plusieurs projets de recherche récents[10-12] ont révélé que la faible efficacité culinaire et l'insuffisance auto-perçue de compétences culinaires représentaient des obstacles à surmonter lors des choix alimentaires. Il en résulte probablement une plus grande dépendance à l'égard des aliments prépréparés ou prêts-à-servir, une réduction de la variété d'aliments consommée et une atrophie des compétences culinaires de base[3-5].

Ce rapport présente des études de cas provenant de treize (13) programmes canadiens et deux (2) programmes étrangers prometteurs ou couronnés de succès visant l'amélioration des compétences culinaires chez les enfants et les familles. La présente analyse environnementale est le second volet du projet intitulé « Amélioration des compétences culinaires : synthèse des données probantes et des leçons pouvant orienter l'élaboration de programmes et de politiques ». Le premier volet renferme une synthèse des connaissances actuelles entourant les compétences culinaires chez les enfants et les familles; il identifie également les lacunes à combler en matière de recherche. Les études de cas ont été sélectionnées à partir de divers critères; elles visent à présenter divers types de programmes prometteurs ou couronnés de succès pour partager leurs réussites et les leçons qui s'en dégagent avec d'autres collectivités. On y présente une étude de cas par province ou territoire dans le but de tracer un

portrait pancanadien de la situation ainsi que deux études de cas provenant d'autres pays. Toutes ces études de cas reflètent la rapidité de réaction des programmes et des organismes responsables aux réalités, actifs et besoins des collectivités d'accueil et des populations visées.

Voici la liste de ces études de cas :

Colombie-Britannique : *Food Skills for Families*
Alberta : *Collective Kitchens Coordinator Training*
Saskatchewan : *Kids Kitchen*
Manitoba : *Kids in the Kitchen*
Ontario : *Programme des conseillers communautaires en alimentation*
Québec : *Petits cuistots — Parents en réseaux*
Nouveau-Brunswick : *Healthy Cooking, Healthy Kids*
Nouvelle-Écosse : *Strive for Five at School!*
Île-du-Prince-Édouard : *What's for Dinner?*
Terre-Neuve-et-Labrador : *Food and Fun Camp Program*
Yukon : *Tantalus School Food Program*
Territoires du Nord-Ouest : *Kids in the Kitchen*
Nunavut : *Healthy Foods North*
Royaume-Uni : *What's Cooking?*
Australie : *Stephanie Alexander Kitchen Garden*

Les études de cas présentées dans ce rapport fournissent un aperçu de l'élaboration, de la mise en œuvre et de la durabilité des programmes visant l'acquisition de compétences culinaires chez les enfants et les familles, notamment :

- Comment les parties intéressées, les participants et les principaux partenaires communautaires ont démontré la nécessité du programme et ont contribué à la planification et à la mise en œuvre de celui-ci.
- Comment les programmes demeurent continuellement à l'écoute des commentaires des parties intéressées et des participants.
- Comment les programmes se sont assurés de la collaboration des principaux décideurs.
- Comment les partenariats ont été établis et maintenus.
- Les critères utilisés pour évaluer la réussite des programmes.
- Les leçons apprises et les obstacles à surmonter.
- Les services et ressources nécessaires au soutien ou à l'expansion des programmes.

Cet aperçu pancanadien et international décrit des programmes prometteurs ou couronnés de succès dans le but d'orienter les futurs efforts à cet égard. Les études de cas présentent de nombreuses similitudes et différences qui reflètent la diversité des collectivités et cultures sur le territoire canadien. Les leçons qui s'en dégagent et les conseils fournis illustrent comment ces projets peuvent être reproduits dans d'autres collectivités ou adaptés à celles-ci.

Ce rapport ne prétend pas présenter un inventaire exhaustif ou un échantillon représentatif des projets pertinents à l'échelon national ou international. Il vise plutôt à présenter une sélection de programmes innovateurs dont on peut tirer des leçons pertinentes et variées. Ces programmes mettent tous l'accent sur l'amélioration des compétences culinaires et aussi, dans certains cas, sur l'acquisition de connaissances en matière de saine alimentation chez les enfants et les familles, dans une optique d'amélioration de la santé. Le présent rapport, ainsi que le projet global dans lequel il s'inscrit, ont pour but de faciliter les échanges d'informations, d'établir des liens entre des programmes existants ou nouveaux et de renforcer la relation entre la théorie et la pratique pour mieux orienter les politiques et les programmes actuels ou à venir.

Dans la première partie de ce document, on retrouve une discussion sur la démarche utilisée par le Groupe de travail sur la collaboration stratégique pour identifier et sélectionner les études de cas. On retrouve ensuite un résumé des thèmes communs au quinze (15) études de cas. Après avoir présenté ces études de cas par régions administratives, nous rapportons les constatations communes à toutes les études de cas. La dernière section renferme des remarques de conclusion et des propositions relatives aux nouvelles étapes à franchir. L'annexe présente un aperçu d'autres programmes non mentionnés dans ce rapport qui visent également l'amélioration des compétences culinaires chez les enfants et les familles.

MÉTHODOLOGIE

Ce recueil d'études de cas présente des programmes prometteurs ou réussis offerts dans les dix (10) provinces et les trois (3) territoires canadiens ainsi qu'au Royaume-Uni et en Australie.

Ces programmes ont été identifiés à partir de deux (2) grands mécanismes, à savoir un appel de propositions auprès du GTCS, du Groupe des modes de vie sains, du Groupe d'experts de la promotion de la santé de la population (Réseau pancanadien de santé publique) et du Groupe fédéral-provincial-territorial sur la nutrition, d'une part, et des recherches et consultations menées par l'auteure, d'autre part.

Les sources d'information suivantes ont été utilisées pour définir les critères de sélection des programmes et activités :

- Résultats de l'examen de la documentation pertinente effectué à l'aide de la stratégie de recherche énoncée.
- Critères d'identification des études de cas décrites dans le rapport du GMVS, intitulé *Amener la santé à la table de planification – Un profil des pratiques prometteuses du Canada et de l'étranger*[13].
- *Initiative canadienne des pratiques exemplaires (ICPE) — Contexte et méthodologie* de l'Agence de la santé publique du Canada[14].

La sélection des études de cas repose sur les critères suivants :

- Résultats clairement énoncés présentant un intérêt pour le projet actuel (c'est-à-dire développement des compétences culinaires chez les enfants et les familles dans une optique d'amélioration de la santé, promotion et soutien de la saine alimentation, amélioration de la sécurité alimentaire).
- Efficacité démontrée quant à l'obtention des changements visés (c'est-à-dire résultats explicites).
- Stratégies dont l'efficacité a été démontrée qui peuvent être reproduites ou adaptées dans la pratique.
- Documentation suffisante pour préparer un sommaire du programme : description du thème traité, buts et objectifs, stratégies et activités particulières ainsi que plans et résultats d'évaluation.
- Fondements théoriques clairement énoncés ou, à tout le moins, ensemble d'hypothèses réalistes qui présentent un intérêt pour la collectivité.
- Offre d'occasions d'apprentissage pratique (p. ex. dégustations d'aliments, démonstrations de techniques culinaires ou applications de celles-ci) favorisant l'acquisition de compétences culinaires et l'amélioration de la confiance en soi et de l'auto-efficacité tout en encourageant les enfants et les adolescents à participer aux activités de préparation des aliments au foyer.
- Participation des parents à la mise en œuvre et à l'évaluation, soit directement ou en tant qu'intermédiaires, selon l'âge des enfants (c'est-à-dire valorisent l'influence des parents sur les choix alimentaires et les compétences culinaires des enfants et des adolescents).
- Axés sur la communauté et ciblent des groupes spécifiques de la population (axés sur l'apprenant).
- Visent des objectifs spécifiques mesurables fixés par les participants (personnes et, idéalement, familles).
- Démontrent qu'on peut planifier, préparer et servir en peu de temps des repas sains et économiques en misant sur le goût d'apprendre.

Les trente-sept (37) programmes proposés ont été inclus dans une matrice de décision illustrant leur conformité aux critères énoncés ci-dessus. Un court résumé de chaque programme a été remis aux membres du Groupe de travail sur la collaboration stratégique; la longueur de ce résumé dépendait des renseignements fournis au départ par les personnes ayant proposé le programme et des commentaires reçus des principales personnes-ressources. Après avoir examiné et évalué chaque programme en fonction des critères établis, le GTCS a sélectionné un programme par province ou territoire.

Ces critères peuvent être regroupés en cinq (5) catégories :

1. **Lieu :** province ou territoire.
2. **Milieu :** scolaire ou communautaire.
3. **Pratiques réussies ou prometteuses :** résultats pertinents, efficacité démontrée, stratégies efficaces, disponibilité d'informations sur le programme.
4. **Données probantes et empiriques spécifiques aux initiatives d'amélioration des compétences culinaires :** fondements théoriques, apprentissage par l'expérience, participation des parents, démarche axée sur l'apprenant visant l'atteinte d'objectifs spécifiques, offre d'activités pratiques amusantes.
5. **Groupes d'âge :** prénatal, enfants d'âge préscolaire ou scolaire, adolescents, parents ou familles.

Par ailleurs, afin de favoriser l'inclusion de programmes de toutes sortes reflétant la grande diversité des milieux, des conditions régionales et des partenaires des programmes dans la présente analyse environnementale, les membres du GTCS ont été invités à considérer des programmes présentant les caractéristiques suivantes :

- Avaient été mis en œuvre dans des régions rurales ou éloignées et dans des centres urbains.
- Étaient offerts en milieu scolaire et communautaire pendant l'horaire scolaire ou après l'école.
- Ciblaient différents groupes d'âge (enfants d'âge préscolaire ou scolaire, adolescents, femmes enceintes et familles, familles avec de jeunes enfants).
- Visaient l'amélioration de la santé et/ou la réduction des inégalités en matière de santé entre divers groupes de la population.
- Visaient spécifiquement à accroître la consommation de fruits et de légumes ou à promouvoir l'adoption de saines habitudes alimentaires en général.

Suite à la sélection des études de cas, les principaux répondants ont été invités à participer à des entrevues téléphoniques. Les aperçus des études de cas s'appuient en grande partie sur les renseignements recueillis lors de ces entrevues à l'aide d'un ensemble structuré de questions ainsi que sur la documentation complémentaire fournie avant ou après les entrevues. Les principaux répondants participaient tous activement à la mise en œuvre de leur programme; ils provenaient de divers organismes : établissements de santé publique, centres familiaux, écoles ou établissements d'enseignement, organisations non gouvernementales et gouvernements.

Des études de cas ont été rédigées pour chacun des programmes suite aux entrevues en utilisant une présentation type comportant les rubriques suivantes : contexte, partenariats, encouragement à la participation, leçons, conseils aux autres collectivités, évaluation et impacts. Toutes les études de cas ont été révisées et approuvées par les principaux répondants ayant participé aux entrevues.

L'analyse globale des études de cas met surtout l'accent sur les leçons, l'encouragement à la participation et les conseils aux autres collectivités. Nous avons retenu cette démarche d'analyse compte tenu que les données ainsi obtenues peuvent favoriser les liaisons et les échanges d'information entre les programmes et orienter l'élaboration de politiques et de programmes.

Le GTCS et la consultante de ce projet désirent exprimer toute leur gratitude aux principaux répondants qui ont accepté de participer à des entrevues aux fins du présent rapport. Les explications qu'ils ont fournies sur leurs activités, entre autres sur leurs défis et réussites, nous ont permis d'obtenir des données essentielles dans le cadre de la présente analyse environnementale.

APERÇU DES ÉTUDES DE CAS

Colombie-Britannique : *Food Skills for Families*

ORGANISME RESPONSABLE
Association canadienne du diabète

PRINCIPAUX PARTENAIRES
British Columbia Healthy Living Alliance, Directorate of Agencies for School Health, Fresh Choice Kitchens

COLLECTIVITÉS
Collectivités de la Colombie-Britannique

MILIEU
Communautaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Familles appartenant aux principaux groupes à risque élevé de résultats négatifs et d'inégalités en matière de santé dont les Autochtones, les Panjabis, les familles à faible revenu et les nouveaux immigrants

ORIENTATION DU PROGRAMME
Connaissances en nutrition et compétences culinaires; renforcement de la capacité communautaire

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Provincial

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en œuvre en cours

CONTEXTE

Le programme *Food Skills for Families* (FSF) vise le développement des compétences en milieu communautaire. Il utilise une approche d'enseignement normalisée, fondée sur des pratiques exemplaires, conçue par des diététistes communautaires, pour enseigner les compétences culinaires dans une optique de saine alimentation. Il comporte un volet de mentorat ou de formation des formateurs à l'intention du personnel non spécialisé.

Voici les buts et objectifs de ce programme :

1. **Renforcer les compétences culinaires et les connaissances en nutrition chez les populations à risque visées : Autochtones, Panjabis, familles à faible revenu et nouveaux immigrants.**
   - Augmenter les apports de fruits et légumes chez les participants, conformément au Guide alimentaire canadien.
   - Accroître les connaissances, les compétences et la confiance en soi quant à l'identification et à la préparation d'aliments sains dans le but de modifier les comportements de façon durable.
   - Élaborer et mettre en œuvre des ressources en cuisine et en nutrition adaptées aux collectivités visées.
2. **Accroître la capacité des collectivités de la province en formant des animateurs communautaires pouvant contribuer à l'amélioration des connaissances et des compétences en alimentation et en nutrition chez les populations visées.**
   - Assurer le recrutement, la formation, le mentorat et le maintien en poste d'animateurs dans chacune des collectivités visées.
   - Assurer le recrutement, la formation, le mentorat et le maintien en poste d'animateurs qui offriront du soutien en nutrition ou contribueront à d'autres systèmes de soutien communautaire visant un ou plusieurs groupes cibles à l'échelon de la province.
3. **Renforcer les programmes alimentaires en place dans les collectivités de la Colombie-Britannique : cuisines collectives, projets en milieu scolaire, programmes de sécurité alimentaire et programmes de nutrition parents-enfants.**
   - Établir des partenariats avec des organismes offrant de tels programmes dans le cadre de la mise en œuvre du programme FSF ou de la formation d'animateurs communautaires.

Le FSF a été conçu par le bureau de la région du Pacifique de l'Association canadienne du diabète (ACD) en tant que principale initiative visant l'atteinte des objectifs provinciaux suivants définis par deux organismes (*The BC Healthy Living Alliance* [BCHLA] et *ActNow BC*) : accroître la consommation de légumes et de fruits (c'est-à-dire sept (7) Britanno-colombiens sur dix (10) consommeront au moins cinq (5) portions de légumes et fruits chaque jour) et réduire les inégalités en matière de santé au sein de la population.

Les consultations menées auprès des parties intéressées communautaires ont permis d'identifier la nécessité d'un programme normalisé, fondé sur des données probantes pratiques, pouvant être utilisé dans les diverses communautés. Ces consultations ont aussi révélé la nécessité de développer la capacité des communautés en formant des personnes non spécialisées en enseignement de la saine alimentation et des

compétences culinaires plutôt que de compter sur les rares ressources professionnelles disponibles. Les responsables du programme de l'ACD ont mis en place, dès le début du projet, un processus de consultation et de collaboration étroite avec les groupes et organismes desservant les groupes visés. Ils ont fait participer directement certains d'entre eux à l'élaboration du programme de formation pour s'assurer que le contenu soit pertinent et adapté culturellement. Parmi les groupes et organismes qui ont participé à l'élaboration du programme, mentionnons : *Community Nutritionists Council of BC*, *Fresh Choice Community Kitchens* et *DASH BC*.

Les concepteurs du programme se sont aussi inspirés des points forts de deux programmes de l'ACD, à savoir *Cooking Fun for Families* et *Cooking for your Life* ainsi que des expériences de diverses cuisines communautaires. L'ACD est allée au-delà de ces expériences en définissant un programme de formation pouvant être utilisé à la fois par les cuisines communautaires et par d'autres groupes du même type. Ce processus exhaustif de consultation a orienté l'élaboration de toutes les facettes du programme : manuel du participant, manuel du formateur, programme de formation normalisé, programme de mentorat, etc.

La phase I de la mise en œuvre du programme s'est étendue de l'automne 2008 à mars 2010; elle a été financée par la *BC Healthy Living Alliance*. À l'heure actuelle, la mise en œuvre du programme a dépassé les objectifs fixés quant au nombre d'activités offertes et au nombre de participants par activité. Plus de 1 600 personnes ont complété le programme FSF entre septembre 2008 et décembre 2009. On prévoit que 1 500 autres participants fassent de même d'ici la fin mars 2011. (Il est difficile d'estimer le nombre d'enfants ou de familles avec de jeunes enfants qui ont participé puisque cette fréquentation varie selon les groupes culturels.) Des données préliminaires révèlent que le coût par participant est d'environ 200 $ pour un programme comportant six (6) ateliers. Ce montant inclut le coût des aliments, la rémunération de l'animateur communautaire, le coût des manuels ainsi que les frais divers et les frais reliés à la coordination du programme.

PARTENARIATS

Le programme FSF a établi d'importants partenariats avec *DASH BC*, *Fresh Choice Kitchens* et divers autres organismes provinciaux, régionaux ou communautaires dans le but de maximiser l'acceptation et la portée du programme, de faciliter sa mise en œuvre et de favoriser sa réussite. Le FSF a aussi collaboré avec d'autres initiatives de la BCHLA en matière de saine alimentation (p. ex. *Sip Smart*) et la *Community Capacity Building Strategy* dans le but de renforcer les messages en matière de saine alimentation et de fixer des objectifs permettant de réagir aux problématiques de sécurité alimentaire en milieu communautaire. Le programme a aussi établi divers autres partenariats dans le but de faciliter la formation d'animateurs communautaires et d'élargir la portée du programme pour atteindre des populations spécifiques. À titre d'exemple, mentionnons l'Initiative sur le diabète chez les Autochtones de Santé Canada, la *First Nations Health Society*, *Fraser Health* et des organismes représentant divers groupes de nouveaux immigrants.

L'ACD a joué un rôle de coordination important au niveau de cette collaboration en s'appuyant sur son infrastructure et aussi en administrant le financement de base fourni par la BCHLA.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Le leadership exercé par l'ACD lors de l'élaboration du programme FSF a directement encouragé la participation de divers bailleurs de fonds et de partenaires, compte tenu qu'il s'agit d'un organisme largement reconnu et respecté qui inspire la confiance, tant à l'échelon provincial que national. Le recours à un processus de consultation exhaustif, transparent et authentique lors de l'élaboration de toutes les facettes du programme a grandement favorisé la réussite de sa mise en œuvre jusqu'à maintenant. L'intégration de données probantes d'actualité dans le programme de formation et les manuels est également considérée comme un atout du FSF par les partenaires et les parties intéressées.

LEÇONS

La plus grande partie de la mise en œuvre du programme FSF s'est déroulée comme prévu jusqu'à maintenant. Ce programme de formation de base, à la fois flexible et bien adapté, a été bien accueilli dans la province; il est actuellement très en demande. Le recours à des approches de développement communautaire et de renforcement des capacités chez les populations d'intérêt a également été apprécié. Les organismes hôtes ont été en mesure de combler les besoins en matière de garde des enfants et de transport des familles, ce qui a accru la participation. Selon les commentaires globaux reçus des participants, le programme a réussi à démontrer qu'il n'est pas aussi difficile qu'on le croit de préparer des aliments sains et que ces aliments sont tout à fait savoureux.

En ce qui a trait aux leçons, bien que la formation et le soutien offerts aux animateurs communautaires soient des stratégies excellentes, le roulement du personnel et le besoin de formation continue ont posé des problèmes à l'échelon local et provincial. Cela fait ressortir l'importance de disposer d'une solide infrastructure de coordination pour soutenir le programme. Parmi les autres leçons, mentionnons l'obtention de résultats positifs chez les familles ayant un faible revenu ou vivant dans une situation d'insécurité alimentaire. Dans de nombreux cas, ces familles ne peuvent pas se payer le luxe, ni courir le risque, d'essayer de nouveaux aliments puisqu'elles doivent absolument éviter le gaspillage. Le programme FSF leur permet de découvrir de nouveaux aliments sans que le budget alimentaire familial en souffre.

L'évaluation officieuse et officielle du FSF révèle également un résultat plutôt inattendu, à savoir que le programme aide les nouveaux immigrants à surmonter l'obstacle de la langue dans la pratique.

Lors des prochaines étapes, on s'efforcera d'assurer la durabilité du programme, de favoriser son expansion, d'améliorer le volet mentorat, de renforcer et de rationaliser les communications de l'ADC avec ses partenaires et les organismes hôtes, tout en maintenant une coordination efficace et en renforçant les rôles et responsabilités des autorités sanitaires quant à sa mise en œuvre.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

C'est tout simple : mettez-vous à la tâche, mais n'essayez pas de réinventer la roue. Utilisez les programmes et ressources en place après les avoir adaptés aux besoins et réalités des collectivités et des divers groupes de la population.

ÉVALUATION ET IMPACTS

La province a récemment procédé à une évaluation exhaustive du programme FSF et publié un rapport à cet égard. Cette évaluation démontre globalement que le programme a atteint chacun des objectifs énoncés et rejoint un plus grand nombre de personnes que prévu. Il a atteint des populations vulnérables en offrant des activités adaptées en fonction des diverses clientèles visées : Autochtones, nouveaux immigrants, Panjabis et familles à faible revenu dans l'ensemble de la Colombie-Britannique.

Dans le cadre de l'évaluation, les participants ont déclaré :

- Qu'ils mangent plus de fruits et de légumes chaque jour grâce à la formation reçue.
- Qu'ils peuvent identifier beaucoup plus facilement les aliments sains.
- Qu'ils préparent plus de repas à partir d'ingrédients de base.
- Qu'ils ont beaucoup plus confiance en leurs capacités dans les domaines suivants : préparation d'aliments sains, essai de nouveaux produits, mise en pratique des techniques de salubrité alimentaire et compréhension du tableau de la valeur nutritive affiché sur les étiquettes des aliments.

Les groupes de discussion et les sondages menés auprès des participants de trois à six mois après la fin du programme FSF ont permis de constater que les intéressés avaient conservé des comportements alimentaires plus sains et qu'ils préparaient des aliments plus sains.

Évaluation de l'atteinte des autres objectifs du programme FSF :

- Le programme a renforcé la capacité communautaire en formant au moins deux (2) maîtres formateurs dans chaque région sanitaire et 143 animateurs communautaires dans l'ensemble des collectivités de la province.
- Ces animateurs avaient dispensé le programme à plus de 1 600 participants (dont 1 500 enfants) le 31 décembre 2009.
- Le programme a facilité la modernisation d'un grand nombre de cuisines en milieu communautaire ou scolaire. Dans un certain nombre de collectivités, il a encouragé les gens à militer en faveur d'un meilleur accès aux fruits et légumes frais et à des aliments plus sains en général. Il a aussi favorisé l'élaboration d'autres initiatives en matière de saine alimentation.
- Les parties intéressées ont souvent souligné l'utilité de la formation offerte et des diverses composantes du programme. Elles ont insisté sur le fait que celui-ci est bien adapté aux besoins des populations visées et qu'il peut être adapté à d'autres populations ou collectivités d'intérêt à l'échelon de la province et du pays.
- Le FSF a établi des partenariats importants avec *DASH BC*, *Fresh Choice Kitchens* (programme des cuisines communautaires de la *Vancouver Food Bank*) et d'autres organismes provinciaux, régionaux et communautaires afin de maximiser l'acceptation et la portée du programme, de faciliter sa mise en œuvre et de favoriser sa réussite.

Une évaluation de suivi est prévue six (6) mois après la participation au programme. Les résultats de l'évaluation sont transmis aux bailleurs de fonds, aux partenaires et aux autres organismes intéressés. Ils seront intégrés dans l'évaluation de la *Healthy Eating Strategy* de la BCHLA.

L'évaluation a aussi révélé que les facteurs suivants ont contribué à la réussite du programme :

- L'infrastructure de coordination provinciale.
- La formation d'animateurs communautaires provenant des populations visées.
- L'établissement et le maintien de solides partenariats.
- L'élaboration d'un programme de formation s'appuyant sur des données probantes.
- La capacité du programme de répondre aux besoins des collectivités.

PERSONNE-RESSOURCE

Connie Abram, Chef de la direction
Association canadienne du diabète,
région du Pacifique
360-1385, 8e avenue ouest
Vancouver (Colombie-Britannique) V6H 3V9
Téléphone : 604-732-1331, poste 254
Courriel : connie.abram@diabetes.ca

Alberta :
Collective Kitchens Coordinator Training

ORGANISME RESPONSABLE
Services de santé de l'Alberta — zone de Calgary

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Organismes communautaires et agences desservant les groupes de la population suivants : personnes à faible revenu, réfugiés et immigrants, Autochtones, personnes souffrant de troubles cognitifs ou comportementaux, femmes enceintes à risque et leurs familles

COLLECTIVITÉ
Calgary (Alberta)

MILIEU
Communautaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Employés et bénévoles des organismes mentionnés

ORIENTATION DU PROGRAMME
Formation participative d'animateurs pour la mise en place et le soutien de cuisines collectives; acquisition de connaissances et de compétences en saine alimentation

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Palier local — zone de Calgary

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en œuvre en cours

CONTEXTE

Suite à la réussite du modèle des cuisines collectives de la zone de Calgary, un programme de formation des coordonnateurs a été mis en place en 1995 dans le but d'offrir de la formation continue et des ressources à faible coût aux organismes et agences communautaires qui souhaitent offrir des cuisines collectives. L'approche globale et le manuel de formation de ce programme ont été élaborés en s'appuyant sur des discussions avec les principales parties intéressées, l'évaluation d'ateliers de formation expérimentaux et l'examen de ressources similaires produites par des cuisines communautaires ou collectives déjà établies.

On demande aux organismes et agences intéressés à offrir des cuisines collectives d'encourager leur personnel à participer au *Programme de formation des coordonnateurs de cuisines collectives*. Les ateliers de formation des futurs coordonnateurs sont offerts de deux (2) à quatre (4) fois par année. Il s'agit d'un programme gratuit comportant trois (3) ateliers de (3) trois heures dans lesquels on explique la philosophie des cuisines collectives ainsi que les principes fondamentaux de leur mise en place et de leur fonctionnement. Ce programme s'appuie sur une approche participative qui permet aux futurs animateurs de vivre des expériences de planification des menus, d'achat et de préparation des aliments et aussi de coordination des activités d'une cuisine collective. Les Services de santé de l'Alberta (zone de Calgary) offrent un soutien limité aux organismes, agences et coordonnateurs formés, à titre de suivi.

Cette formation a pour but de favoriser l'acquisition de compétences permettant de préparer des repas sains, surtout chez les populations à risque d'insécurité alimentaire. Elle utilise une approche cohérente, fondée sur des données probantes, qui permet aux futurs coordonnateurs d'acquérir les connaissances nécessaires à la mise en place et au fonctionnement d'une cuisine collective. Ce programme vise aussi à encourager les organismes et agences qui parrainent des participants à offrir une cuisine collective en tant que composante de base de leurs programmes. L'expérience vécue dans la zone sanitaire de Calgary révèle que les programmes offerts par divers organismes et agences dans le but de permettre aux gens de préparer et de partager des aliments contribuent à développer l'esprit communautaire; ils facilitent aussi les discussions sur de nombreux sujets. En plus d'offrir l'occasion d'acquérir des connaissances et compétences importantes en nutrition et en alimentation, ces programmes facilitent l'accès à des aliments sains.

PARTENARIATS

Les principaux partenaires de ce programme sont les organismes et agences communautaires qui desservent les populations visées. Après avoir participé au programme de formation des coordonnateurs, ces groupes mettent en place une cuisine collective; ils l'intègrent idéalement à leur programme régulier ou de base. En plus d'offrir aux organismes, agences et coordonnateurs formés un soutien limité à titre de suivi, le coordonnateur de la zone de Calgary joue un rôle d'intermédiaire pour faciliter la mise en œuvre de cuisines

collectives sur le plan logistique (p. ex. locaux et installations); il collabore également à l'élaboration du contenu en alimentation et nutrition. Depuis la mise en place du programme de formation des coordonnateurs en 1995, 385 personnes provenant de plus de soixante (60) organismes communautaires de la zone de Calgary y ont participé. Environ trente (30) à quarante (40) organismes ont intégré une cuisine collective dans leur programmation régulière.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Il n'a pas été difficile de maintenir la participation au programme de formation des coordonnateurs puisque les cuisines collectives existent depuis longtemps et que ce programme est très apprécié par les organismes et les agences. Dans la zone de Calgary, l'élaboration et la mise en œuvre continue du programme de formation des coordonnateurs ont été favorisées par la reconnaissance des contraintes dues au manque de ressources et par le désir d'établir le plus grand nombre possible de partenariats à l'échelon communautaire. Une évaluation du modèle des cuisines collectives de Calgary, effectuée en 2002, a démontré l'atteinte des objectifs du programme et que celui-ci s'inscrit dans le modèle de promotion de la santé de la population. Ces constatations ont assuré le soutien organisationnel nécessaire à son maintien et à son évolution.

LEÇONS

Les principales leçons entourant le programme de formation des coordonnateurs confirment l'importance des partenariats. Les agences communautaires sont des collaborateurs essentiels lors de la prestation de programmes visant l'acquisition de compétences et le renforcement de la capacité communautaire. La collaboration avec des organismes ou agences communautaires qui desservent ou appuient des populations vulnérables est le moyen le plus efficient et efficace d'atteindre ces groupes pour les aider à combler leurs besoins en alimentation et nutrition.

Il est essentiel d'établir et de maintenir des liens. Les animateurs doivent bien comprendre les approches éducatives axées sur l'apprenant et ses talents.

Les cuisines collectives s'inscrivent dans l'optique des stratégies de santé de la population; elles s'avèrent efficaces quant à l'acquisition de compétences individuelles et au renforcement de l'action communautaire. Le programme des cuisines collectives agit sur plusieurs déterminants de la santé, à savoir l'éducation, les pratiques personnelles en matière de santé et les réseaux de soutien social.

L'un des principaux obstacles qui doivent encore être surmontés (non seulement dans la zone de Calgary) réside dans l'incapacité des cuisines collectives de remédier directement à l'insécurité alimentaire. Ce programme réussit toutefois à améliorer l'accès à des aliments sains chez les populations vulnérables; il apprend aussi aux participants à préparer des recettes santé à partir des moyens dont ils disposent.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

Il faut absolument comprendre les besoins de la collectivité et en tenir compte lors de l'élaboration et de la mise en œuvre des programmes. Pour être efficaces, les programmes de formation doivent traiter d'un petit nombre de problématiques ou

sujets importants. Le *Programme de formation des coordonnateurs de cuisines collectives* peut facilement être adapté à divers milieux et répondre aux besoins de diverses populations compte tenu de sa nature et de l'approche utilisée.

ÉVALUATION ET IMPACTS

Les participants évaluent officieusement le programme après chaque atelier de formation. Leurs commentaires sont pris en compte lors des ateliers suivants et transmis à la zone de Calgary et aux divers partenaires. Bien que ces ateliers aient été très favorablement accueillis et qu'on ait effectué une évaluation d'impact du modèle des cuisines collectives utilisé dans la zone de Calgary en 2002, on souhaite que le programme de formation des coordonnateurs fasse l'objet d'une évaluation formelle à l'avenir. Même s'il faut attendre les résultats d'une telle évaluation pour décider des changements ou améliorations à apporter au programme, il serait intéressant d'examiner le rôle des nouvelles technologies dans la prestation des programmes et de trouver des moyens permettant d'assurer le soutien permanent des cuisines collectives.

PERSONNE-RESSOURCE

Suzanne Galesloot, Nutritionniste en santé publique
Services de Santé Alberta, zone de Calgary
10101, Southport Road SW
Calgary (Alberta) T2W 3N2
Téléphone : 403-943-6752
Courriel : suzanne.galesloot@albertahealthservices.ca

Saskatchewan :
Kids Kitchen

ORGANISME RESPONSABLE
École Bishop Klein

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Child Hunger and Education Program
Good Food Inc., Greater Saskatoon
Catholic Schools Foundation

COLLECTIVITÉ
Saskatoon (Saskatchewan)

MILIEU
Scolaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Élèves de 4e et 5e année du primaire et élèves du secondaire qui prennent soin de leurs jeunes frères et sœurs

ORIENTATION DU PROGRAMME
Acquisition de compétences pratiques en alimentation et nutrition dans le cadre des activités parascolaires

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Local

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en œuvre en cours

CONTEXTE

En 2007, la directrice de Bishop Klein, une école communautaire du centre-ville de Saskatoon, a reconnu le besoin de faire acquérir des compétences culinaires aux élèves qui prennent soin de leurs jeunes frères et sœurs pour qu'ils puissent leur servir des repas et collations santé. Elle a alors communiqué avec le personnel professionnel du *Child Hunger and Education Program (CHEP), Good Food Inc.*, pour leur demander de collaborer avec elle à l'élaboration d'un tel programme en consultation avec la coordonnatrice des écoles communautaires et d'autres écoles intéressées par ce concept au sein du Conseil scolaire des écoles catholiques.

Le programme *Kids Kitchen* est inspiré d'un programme d'acquisition des compétences culinaires (*Kids Can*) du CHEP, du programme *Kids and the Kitchen* du Manitoba et d'un autre programme semblable mis en place en Saskatchewan. *Kids Kitchen* vise à aider les élèves à acquérir des compétences de vie entourant la manipulation et la préparation des aliments et la saine alimentation. Les élèves peuvent emporter une partie des aliments ou repas préparés lors de chaque atelier pour les servir à leurs familles.

Voici les objectifs ou résultats visés par ce programme :

- Les élèves apprennent à cuisiner en toute sécurité.
- Ils se renseignent sur les avantages d'une saine alimentation.
- Ils sont initiés aux techniques sécuritaires de manipulation des aliments.
- Ils apprennent à lire les recettes et à préparer des repas simples.
- Ils obtiennent du soutien quant à la prise en charge de leurs jeunes frères et sœurs.

Le programme a d'abord été mis en œuvre avec succès dans quatre (4) écoles (4e et 5e années) pendant l'année scolaire 2007-2008, puis il a été étendu à sept (7) écoles en 2008-2009; 270 participants ont ainsi été desservis. Il a ensuite été adapté aux écoles secondaires en 2008-2009. Après avoir augmenté le nombre d'ateliers par programme, on a ajouté des ateliers plus poussés, adaptés à l'âge des élèves, pour leur apprendre, entre autres, à planifier des menus, à lire les étiquettes et à faire les achats à l'épicerie. Chaque groupe compte de huit (8) à dix (10) élèves, selon la taille des installations de cuisine dans les écoles. Au primaire, on offre un (1) atelier de formation par semaine pendant cinq (5) semaines. Au secondaire, on offre dix (10) ateliers dans le cadre des activités parascolaires. Le programme devrait normalement durer six (6) mois. En 2009-2010, il a été offert à partir de février seulement en raison de la difficulté de trouver un animateur qualifié. On ne s'attend pas à ce que le nombre de participants diminue à cause de ce retard.

PARTENARIATS

Le *CHEP, Good Food Inc.*, est partenaire de *Kids Kitchen* depuis sa création. Il fait profiter le programme de son expérience, de son savoir-faire professionnel et de son expertise. Il l'appuie au niveau de la gestion du personnel et du financement et aussi auprès d'autres partenaires du programme (p. ex. le programme Co-Op offre des rabais sur les aliments au *Kids Kitchen*). La *Greater Saskatoon Catholic Schools Foundation* est aussi un bailleur de fonds du programme depuis ses débuts en 2007-2008.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Il n'a pas été difficile d'obtenir la participation au programme *Kids Kitchen* car le besoin exposé à l'époque par la directrice de l'école Bishop Klein était déjà largement reconnu. La vision proposée était évidente et facile à appuyer. Les relations existantes avec le CHEP (au niveau de l'école et aussi du Conseil d'administration) ont sûrement facilité l'obtention du soutien de cet organisme d'autant plus que le programme s'inscrivait dans le cadre de sa mission et de son expérience. Ce soutien a été entretenu par des communications et échanges d'informations continuels avec les élèves et les parents, le Conseil d'administration du CHEP, la *Greater Saskatoon Catholic School Foundation*, le Conseil scolaire local et le *School Community Council*.

LEÇONS

Le défi le plus important à relever lors de la mise en œuvre réside dans le recrutement et le maintien en poste d'animateurs qualifiés et compétents qui reçoivent le soutien nécessaire pour travailler avec des élèves en milieu scolaire. Il faut aussi pouvoir compter sur des bénévoles ou des aidants selon la taille du groupe. Le recrutement de ce type de ressources humaines représente un autre défi à relever.

Bien que l'offre des ateliers dans le cadre des activités parascolaires semble bien fonctionner, cela empêche la participation des élèves qui n'ont pas de moyen de transport. En trouvant une solution à ce problème, on pourrait élargir la portée du programme.

Le manque d'accès à des aliments nutritifs, à prix abordable, et le manque de compétences en alimentation sont deux autres défis à relever chez les familles auxquelles le programme tente de venir en aide.

Il faut également des installations de cuisine adéquates, ce qui n'est pas le cas dans un certain nombre d'écoles. La plupart des écoles ont toutefois réussi à se débrouiller.

Parmi les prochaines étapes du programme *Kids Kitchen*, mentionnons :

- L'élaboration d'un manuel pour aider à la mise en œuvre du programme et appuyer les animateurs.
- L'expansion du programme pour inclure de nouvelles écoles selon la disponibilité d'installations culinaires adéquates.
- L'amélioration de l'évaluation du programme pour s'assurer que tous les ateliers soient évalués (malgré les contraintes de temps) et l'intégration d'un volet de suivi trimestriel.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

La confirmation de la nécessité d'un tel programme est le premier conseil à donner aux autres collectivités intéressées à mettre en œuvre un programme du même type que *Kids Kitchen*. Les principaux répondants ont aussi suggéré d'identifier et d'adapter les programmes et ressources existants pour éviter de « réinventer la roue ».

ÉVALUATION ET IMPACTS

L'évaluation du programme est demeurée informelle dans une large mesure jusqu'à maintenant. On demande « formellement » aux élèves de remplir un formulaire d'évaluation à la fin du premier et du

cinquième atelier lorsque le temps le permet. Ce formulaire permet d'évaluer les connaissances de base en préparation de repas et en nutrition. Au cours de l'année 2008-2009, très peu d'élèves du primaire ont pu répondre correctement aux questions d'évaluation après la première semaine du programme. Après le cinquième atelier, les bonnes réponses variaient de 47 % (p. ex. reconnaître l'importance de désinfecter un comptoir avec de l'eau de Javel ou une solution d'eau de Javel après avoir découpé du poulet cru) à 62 % (capacité de nommer au moins un aliment du groupe Viandes et substituts d'origine non animale) et même 98 % (capacité d'identifier une tasse à mesurer pour les liquides).

Les commentaires officieux des élèves et des parents (commentaires généraux, questions et commentaires sur le choix des aliments et des recettes) sont pris en compte d'un atelier à l'autre. Dans l'ensemble, les élèves, les parents, les coordonnateurs des écoles communautaires, les animateurs et les administrateurs scolaires ont formulé des commentaires favorables, ce qui a permis à l'organisme responsable et aux organismes partenaires de s'assurer que le programme atteint vraiment ses buts et objectifs. Tel que mentionné, l'amélioration de l'évaluation est l'une des prochaines étapes essentielles puisque cela permettra de confirmer l'efficacité et l'impact du programme à court et long terme.

PERSONNE-RESSOURCE

Tony Bairos, Directeur
École Bishop Klein
1121, avenue Northumberland
Saskatoon (Saskatchewan) S7L 3X2
Téléphone : 306-659-7151
Courriel : TBairos@gscs.sk.ca

RESSOURCES

CHEP Good Food Inc. :
www.chep.org/

Manitoba :
Kids in the Kitchen

ORGANISME RESPONSABLE
Producteurs laitiers du Manitoba

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Fondation des maladies du cœur du Manitoba, Office régional de la santé de Winnipeg, Direction générale de la santé des Premières nations et des Inuits de Santé Canada, Vie saine, Jeunesse et Aînés Manitoba

COLLECTIVITÉ
Winnipeg (Manitoba) pour le projet pilote initial

MILIEU
Rural et urbain; communautaire et scolaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Enfants de six à onze ans et leurs familles

ORIENTATION DU PROGRAMME
Acquisition de connaissances et compétences en saine alimentation par un apprentissage pratique; club de cuisine

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Provincial

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; publication de la mise à jour du manuel du programme prévue au printemps 2010

CONTEXTE

Le programme original *Kids in the Kitchen* a été mis en place en 2002 suite à des discussions informelles entre divers collègues des domaines de la santé et de l'éducation sur les choix alimentaires des enfants et des familles. Ces discussions avaient été stimulées par la diététiste du Centre Youville, à Winnipeg, suite à l'observation des lacunes dans les programmes de nutrition destinés aux jeunes enfants. Le programme pilote visait l'amélioration des connaissances, des compétences et de la confiance en soi en matière d'alimentation et de nutrition; il a été dispensé à plusieurs reprises dans le cadre d'activités parascolaires. Suite à sa grande réussite, le programme a été adapté, officialisé et élargi. Le matériel initial comprenait des informations et ressources provenant de diverses sources crédibles. Il a été adapté à partir des commentaires directs des enfants participants et des nutritionnistes communautaires qui animaient les activités. Afin d'élargir la portée du programme malgré le peu de ressources financières et humaines disponibles, il a été décidé de produire un manuel pratique permettant d'organiser des clubs de cuisine pour enfants plus faciles à mettre en œuvre, compte tenu de leur flexibilité.

En 2002, les partenaires du programme ont produit 300 trousses incluant le manuel *Kids in the Kitchen* ainsi que du matériel de base pour la préparation des aliments en croyant que ce nombre suffirait pour un an. Malgré l'absence de promotion et les 30 $ demandés pour couvrir les frais d'expédition et de manutention, il ne restait plus de trousses après huit (8) mois ! Il a alors été décidé d'offrir le manuel sur le site Web du Centre Youville.

Suite à une révision et adaptation du manuel financée par la Direction générale de la santé des Premières nations et des Inuits de Santé Canada, 150 autres trousses ont été distribuées lors des ateliers de formation à l'intention des collectivités des Premières nations. L'Office régional de la santé de Winnipeg (ORSW) a financé un nouveau tirage restreint du manuel en 2005 afin de répondre à la demande constante.

De nombreux organismes communautaires du Manitoba ou d'ailleurs ont mis le programme en œuvre. Le programme et le manuel ont été adaptés aux besoins des collectivités et à ceux des enfants et des familles.

Le programme *Kids in the Kitchen* apprend aux enfants à préparer des aliments simples, économiques et savoureux dans le cadre d'un club de cuisine. Il favorise l'adoption d'une saine alimentation pour toute la vie par les moyens suivants :

- Il permet aux enfants de se renseigner sur les aliments et leur provenance.
- Il explique en quoi consistent les saines habitudes alimentaires de façon amusante.
- Il permet aux enfants de socialiser en partageant des repas avec leurs amis et leur famille.
- Il encourage les enfants à expliquer à leur famille l'importance de cuisiner et de manger ensemble.
- Il permet aux enfants d'améliorer leurs compétences en préparation des aliments.
- Il leur enseigne des techniques sécuritaires de préparation et de manipulation des aliments.
- Il renforce les partenariats entourant la santé des enfants dans les communautés.
- Il favorise la sécurité alimentaire en offrant des suggestions de repas et collations à prix abordable.

PARTENARIATS

Tous les partenaires du programme *Kids in the Kitchen* (Fondation des maladies du cœur du Manitoba, Producteurs laitiers du Manitoba, Office régional de la santé de Winnipeg et Direction générale de la santé des Premières nations et des Inuits de Santé Canada), à l'exception du gouvernement provincial (Vie saine, Jeunesse et Aînés Manitoba), sont présents depuis sa création. Ces partenaires ont appuyé le programme dès le départ en lui offrant du financement et des dons en nature, notamment en contribuant à l'élaboration de la trousse et du programme ainsi qu'à leur mise en œuvre. Le programme est maintenant financé par les gouvernements provincial et fédéral; les autres partenaires continuent de l'appuyer en offrant une expertise au niveau du contenu et de la mise en œuvre. Les Producteurs laitiers du Manitoba ont coordonné la révision et la publication du manuel du programme au printemps 2010.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Fort heureusement, les partenaires ont pu facilement appuyer le programme depuis sa conception. La nécessité d'un programme de type *Kids in the Kitchen* a rapidement été reconnue à l'échelon local, provincial et national. Le manuel et le programme ont été adaptés aux collectivités des Premières nations du Manitoba et du Nord. Les partenaires ont aussi appris que l'organisme 4-H a adapté et intégré *Kids in the Kitchen* à l'une de ses composantes suite aux commentaires formulés par des enfants ayant participé au programme.

LEÇONS

Selon les partenaires du programme, la principale leçon réside dans le fait que malgré toute la bonne volonté démontrée, l'élaboration et la vente des trousses aient représenté un problème plutôt qu'une solution, la demande ayant vite dépassé l'offre. La plupart des communautés et groupes communautaires auraient pu mettre au point leurs propres trousses en faisant appel à leur débrouillardise. On aurait pu se contenter de leur fournir un peu d'aide si nécessaire. Le manuel est considéré comme l'élément le plus important de cette démarche.

Du côté positif, les partenaires du programme ont rapidement constaté la réussite du manuel pratique. Les organismes et groupes communautaires apprécient beaucoup ce programme très complet et flexible qui s'appuie sur des données probantes. La version 2002 du programme renferme vingt-et-un (21) plans de leçons. Les organismes hôtes peuvent donc choisir avec les participants les thèmes qui les intéressent davantage et offrir le programme à nouveau sans répétition du contenu.

Pour contrer la perception courante qu'il est difficile de préparer des aliments sains, que cela nécessite beaucoup de temps et que de tels aliments ne sont pas toujours appréciés des enfants et des autres membres de la famille, le programme utilise des recettes relativement simples comportant un juste équilibre entre les ingrédients familiers et nouveaux. Cette approche est très appréciée par les animateurs et les participants. Dans la nouvelle version du programme, chaque plan de leçon comporte un volet « à emporter à la maison » visant la résolution de problèmes quant au choix des recettes et aux expériences culinaires vécues au foyer. Cette amélioration va dans le sens de la philosophie déjà énoncée.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

Les concepteurs des programmes *Kids in the Kitchen* doivent prévoir une certaine flexibilité au niveau de sa mise en œuvre puisque c'est l'un des grands facteurs de réussite du programme. Cela permet d'accroître sa portée et son utilisation tout en conservant un contenu adéquat, crédible et adapté à l'âge des enfants. Il n'est pas nécessaire de « réinventer la roue » puisque de nombreux programmes et ressources peuvent facilement être adaptés aux besoins et réalités des communautés.

ÉVALUATION ET IMPACTS

Bien que le programme *Kids in the Kitchen* n'ait pas été évalué officiellement, des révisions lui ont été apportées récemment pour tenir compte des commentaires recueillis auprès des animateurs et organisateurs des programmes offerts dans la province. Les gouvernements provincial et fédéral ont accepté de financer la révision et la poursuite de ce programme très reconnu et apprécié. Comme prochaines étapes, on propose la mise en place d'une base de données ou d'un mécanisme de suivi permettant une évaluation plus rigoureuse du programme révisé dans un avenir rapproché.

PERSONNE-RESSOURCE

Pat Bugera Krawchuk, Gestionnaire des programmes de nutrition
Producteurs laitiers du Manitoba
36, boulevard Scurfield
C.P. 724, succursale principale
Winnipeg (Manitoba) R3C 2K3
Téléphone : 204-488-6455
Courriel : patbk@milk.mb.ca

Ontario :
Programme des conseillers communautaires en alimentation

ORGANISMES RESPONSABLES
Centre des ressources en nutrition, Association pour la santé publique de l'Ontario

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Bureaux de santé

COLLECTIVITÉ
Collectivités à l'échelon de la province

MILIEU
Communautaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Grand public

ORIENTATION DU PROGRAMME
Programme d'éducation par des pairs bénévoles visant à améliorer les connaissances et les compétences en alimentation et nutrition

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Provincial

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en œuvre en cours

CONTEXTE

Le *Programme des conseillers communautaires en alimentation* (CCA) a été mis en place en 1992 pour répondre aux préoccupations entourant la capacité globale des collectivités ontariennes en matière de saine alimentation. Ce programme est inspiré de programmes fondés sur le leadership qui existent aux États-Unis. Un gestionnaire passionné de la Division du perfectionnement en leadership et du développement organisationnel du ministère de l'Agriculture, de l'Alimentation et des Affaires rurales de l'Ontario (MAAARO) ainsi que certains organismes, comme le MAAARO, le ministère de la Santé de l'Ontario, l'*Ontario Home Economics Association*, l'*Ontario Dietetic Association,* l'Institut canadien des inspecteurs en santé publique (section de l'Ontario) et les bureaux de santé de Guelph, de London et de Kingston ont été les initiateurs de ce programme.

Le programme CCA vise à améliorer et promouvoir des pratiques de sélection, de préparation et d'entreposage sécuritaires d'aliments nutritifs en Ontario en améliorant l'accès individuel et collectif à des services d'information et d'éducation offerts par des bénévoles qualifiés.

Ce programme vise les objectifs suivants :

- Accroître la confiance en soi, les connaissances et les compétences entourant le choix et la manipulation des aliments.
- Sensibiliser davantage les collectivités et améliorer l'accès à des ressources et services éducatifs efficaces en matière de saine alimentation.
- Établir des partenariats entre des particuliers, des organismes et le gouvernement ontarien en fonction des besoins et des ressources communautaires.
- Améliorer les compétences en leadership chez les personnes et les organismes au sein des collectivités.

Ce programme de formation par des pairs bénévoles offre aux passionnés de l'alimentation qui possèdent déjà quelques connaissances et compétences en manipulation des aliments une formation technique et une formation en leadership qui leur permettent de travailler en milieu communautaire. Ce programme de formation comprend douze (12) ateliers de base, plus deux (2) ateliers pour l'obtention du certificat de la *Safe Food Handlers Corporation* et plusieurs modules facultatifs. Après avoir réussi le programme, les pairs bénévoles sont accrédités à titre de conseillers communautaires en alimentation (CCA); ils travaillent à la promotion des bonnes pratiques entourant le choix, la préparation et l'entreposage d'aliments sains et sécuritaires dans leurs collectivités. Les CCA bénévoles doivent renouveler leur certification chaque année en suivant le programme provincial de formation continue théorique et pratique approuvé par le gouvernement.

Le programme de CCA met un ensemble de dix (10) trousses de présentation, intitulé *Reach and Teach*, à la disposition des groupes qui souhaitent le mettre en œuvre. Ces trousses peuvent être adaptées à une diversité de clientèles et de milieux; elles renferment des présentations de 30 à 60 minutes et certaines activités facultatives. La trousse intitulée *Cooking Basics for Kids* vise à aider les CCA à enseigner les techniques culinaires de base aux enfants d'âge scolaire ainsi que les principes de sécurité à respecter dans la cuisine et lors de la manipulation des aliments.

Le programme original a été conçu et mis à l'essai en 1992-1993; il s'est considérablement élargi depuis lors, autant sur le plan du contenu que de la portée. Ainsi, on comptait 350 CCA dûment formés en 2009; ceux-ci étaient chargés de plus d'un millier d'activités entourant la promotion de la santé auprès de plus de 45 000 personnes, dans seize (16) régions de l'Ontario.

Tableau sommaire des enfants et familles participant au programme des CCA en 2006, 2007 et 2008

	2006	2007	2008
CCA en activité	303	353	285
Affectations terminées	**895**	**1 398**	**2 043***
% de groupes	40 %	40 %	40 %
% d'écoles	18 %	20 %	20 %
% de camps de jeunes et de garderies	7 %	5 %	4 %
Clientèle totale	**40 900**	**52 606**	**47 841**
0-12 ans	7 491	6 491	6 011
Groupes Mixtes	20 141	25 235	19 624

*Possibilité de sur déclaration; les données de 2009 permettront de rectifier la situation.

Le programme global des CCA a été adapté en fonction des communautés des Premières nations où il est appelé « programme des éducateurs communautaires en alimentation ». Il est administré par des diététistes du bureau régional de Santé Canada en Ontario.

PARTENARIATS

Les principaux partenaires actuels du programme des CCA sont les bureaux de santé et les organismes hôtes à l'échelon de la province. Les coordonnateurs et les représentants locaux contribuent à la mise en œuvre continuelle du programme des CCA grâce à plusieurs mécanismes clés, comme le Comité consultatif provincial, le groupe des coordonnateurs et le Conseil des CCA.

Suite au transfert du programme des CCA du MAAARO au Centre des ressources en nutrition (CRN) de l'Association pour la santé publique de l'Ontario en 2001, le ministère de la Promotion de la santé est le seul bailleur de fonds provincial (il assure la coordination provinciale et une partie de la formation des CCA).

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Le soutien des principaux décideurs a été obtenu grâce à des efforts à long terme de promotion stratégique du programme. Le fait que les buts et objectifs du programme contribuent à l'atteinte des objectifs des stratégies provinciales en matière de saine alimentation et de vie active est un autre facteur favorable. La reconnaissance généralisée de la nécessité de renforcer la capacité communautaire en matière de bénévolat, compte tenu des contraintes observées au niveau des ressources humaines professionnelles, va dans le même sens. Les bureaux de santé et les organismes communautaires entretiennent le dynamisme du programme en reconnaissent sa valeur. Finalement, l'élément probablement le plus important réside dans l'engagement manifesté par des CCA bénévoles compétents à l'égard du programme.

Ceux-ci ont joué un rôle primordial au niveau de sa réussite et de sa durabilité. De nombreux bénévoles participent activement au programme pendant cinq (5) ans ou plus; certains d'entre eux y participent depuis ses débuts, en 1992.

LEÇONS

L'une des principales leçons du programme des CCA, c'est que les agences commanditaires fournissent le soutien et l'expertise en gestion, à la fois de la part de professionnels (en diététique) et de bénévoles, pour garantir le succès à long terme des activités. Pour que le programme ait les effets escomptés et que les CCA se sentent valorisés dans leur rôle, ces organismes doivent reconnaître l'importance d'améliorer les connaissances en saine alimentation et les compétences culinaires de ceux-ci en respectant les principes de base du recours à des bénévoles. Les organismes qui utilisent les services de CCA qualifiés doivent être prêts à surmonter certains obstacles, tels que la garde des enfants et certaines problématiques culturelles, pour faciliter la participation.

Parmi les défis entourant la mise en œuvre d'un programme conçu expressément pour les enfants et les familles, notons la recherche d'installations propres et convenables ainsi que le recrutement et la formation d'animateurs expérimentés, désireux de travailler avec des enfants et de dispenser un programme comportant de multiples ateliers.

Parmi les prochaines étapes prévues, mentionnons l'élargissement du programme à l'échelon provincial selon le financement disponible, l'élargissement du contenu et l'obtention de nouveau financement.

ÉVALUATION ET IMPACTS

Le programme des CCA a été évalué officiellement en 1994, 1997 et 2002. Des rapports sommaires provinciaux sont publiés tous les ans. On y retrouve le nombre de lieux de formation actifs, le nombre de CCA (anciens et nouveaux), le nombre d'heures de bénévolat ainsi que le nombre et le type d'activités et de services offerts par les conseillers et une description détaillée des thèmes traités. On y retrouve en outre une description de la portée du programme des CCA selon les groupes d'âge et un résumé des autres activités, comme les efforts visant à obtenir et intégrer les commentaires des CCA lors de la planification, de la mise en œuvre et de l'évaluation du programme et aussi lors de l'actualisation de la formation, de la reconnaissance du travail des bénévoles et de l'établissement des budgets locaux.

L'évaluation de 2002 visait à identifier les éléments essentiels devant être conservés suite au transfert du programme au Centre de ressources en nutrition (CRN), dans une optique de durabilité. Les éléments suivants ont été identifiés : soutien du programme, formation, recrutement et maintien en poste des bénévoles, évaluation du programme et rétroaction. Des données ont été recueillies auprès des CCA formés et des organismes commanditaires à l'aide de formulaires d'évaluation.

Voici les principales recommandations de l'évaluation de 2002 :

- Les organismes commanditaires locaux ont été encouragés à embaucher ou à nommer un coordonnateur rémunéré à temps plein ou à temps partiel.

- Un financement de la province s'avère nécessaire pour favoriser la reconnaissance de l'action bénévole, la formation des bénévoles et l'élaboration de documents de référence provinciaux.
- Les documents de formation provinciaux ont été révisés pour offrir douze (12) ateliers de base; ils ont aussi été améliorés.
- Un cours de la *Safe Food Handlers Corporation* a été intégré dans le programme de formation des CCA.
- On a élaboré une description de tâches des CCA qui spécifie les services offerts par ceux-ci et les thèmes qu'ils peuvent traiter. On encourage les programmes locaux à examiner régulièrement cette description de tâches et à en discuter avec les CCA.
- On a élaboré de nouvelles trousses de présentation.
- On a élaboré un manuel de gestion du programme et des bénévoles pour aider les organismes commanditaires locaux à se doter de plans, de politiques et de procédures à cet égard.

Le matériel de formation des CCA sera révisé en 2010 afin de vérifier dans quelle mesure il contribue à l'amélioration des compétences des participants en matière d'alimentation. Le CRN a en outre entrepris une évaluation des compétences culinaires des CCA en activité. Les résultats orienteront les changements à apporter au programme de formation. Au cours de la deuxième étape de l'évaluation, on évaluera la capacité des CCA de faire acquérir des compétences en alimentation (connaissances) aux participants du programme.

PERSONNE-RESSOURCE

Elizabeth Smith, Coordonnatrice de programme
Centre des ressources en nutrition, Association pour la santé publique de l'Ontario
700, avenue Lawrence ouest, bureau 310
Toronto (Ontario) M6A 3B4
Téléphone : 1-800-267-6817
416-367-3313, poste 245
Courriel : esmith@opha.on.ca

RESSOURCES

Programme des conseillers communautaires en alimentation :
www.communityfoodadvisor.ca

Centre des ressources en nutrition :
www.nutritionrc.ca

Québec :
Petits cuistots — Parents en réseaux

ORGANISME RESPONSABLE
Les ateliers cinq épices
(*The Five Spices Workshop*)

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Commission scolaire de Montréal

COLLECTIVITÉ
Montréal (Québec) pour le projet pilote initial

MILIEU
Écoles primaires (de la maternelle à la 6e année)

GROUPE CIBLE
Élèves des écoles primaires

ORIENTATION DU PROGRAMME
Compétences culinaires, nutrition, mode de vie sain

NATURE DU PROGRAMME
Programme scolaire intégré : acquisition de connaissances et compétences pratiques

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Provincial.

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en œuvre et expansion en cours

CONTEXTE

En 1996, un groupe communautaire préparant des dîners pour les élèves d'un quartier à faible revenu de Montréal a recruté une nutritionniste pour élaborer un volet éducationnel pour ce projet. En collaboration avec cet organisme communautaire et la directrice de l'école, la nutritionniste a organisé des ateliers culinaires visant à aider les parents et les enfants à acquérir des connaissances et compétences leur permettant de faire de meilleurs choix alimentaires pour améliorer leur santé. Elle a constaté qu'il fallait d'abord enseigner des techniques culinaires pour promouvoir une saine alimentation auprès des enfants et des familles. Le programme qui a résulté de cette expérience visait à combattre les inégalités en matière de santé nutritionnelle observées chez les familles à faible revenu en améliorant leurs connaissances en nutrition et leurs compétences culinaires.

Petits cuistots — Parents en réseaux est un projet innovateur, créé de toutes pièces suite aux commentaires des directeurs et enseignants de l'école ayant accueilli le projet pilote initial. Ce programme s'inspire de l'expérience et de l'expertise de ses artisans, des besoins observés dans les écoles et du principe selon lequel les participants doivent « toucher, goûter et préparer les aliments » dans un environnement agréable pour pouvoir améliorer leurs comportements alimentaires.

D'autres écoles du secteur où avaient été organisés les ateliers pilotes ont manifesté leur intérêt à dispenser ce programme. Les plans de mise en œuvre ont été plutôt modestes au départ, mais le soutien accordé par la Fondation Lucie et André Chagnon et la participation financière et logistique de la Commission scolaire de Montréal ont permis de mettre le programme pilote à l'essai et de le subventionner dans huit (8) écoles primaires pendant six (6) ans. Celui-ci a été évalué par des chercheurs universitaires pendant trois (3) ans.

La mission de l'organisme communautaire responsable, *Les ateliers cinq épices*, consiste à favoriser l'acquisition de compétences culinaires et de connaissances en nutrition chez les enfants et les parents, surtout chez les populations à faible revenu.

Au niveau des élèves, le programme vise les objectifs suivants :

- Acquérir des compétences culinaires pour augmenter le plaisir entourant la préparation et la dégustation des aliments dans une optique de santé.
- Acquérir des connaissances en nutrition, agriculture et écologie.
- Développer l'esprit critique pour assumer plus responsabilités au niveau des habitudes alimentaires individuelles.
- Développer l'estime de soi et la capacité de travailler en équipe.

Au niveau des parents, le programme vise les objectifs suivants :

- Vivre des expériences culinaires positives avec leurs enfants.
- Se renseigner sur la saine alimentation.
- Participer à la vie scolaire de leurs enfants.
- Faire la connaissance d'autres parents pour créer des réseaux.

Les ateliers organisés en classe comportent une activité préliminaire visant à présenter le thème choisi qui est animée par l'enseignant. Les élèves préparent ensuite une recette et participent à un jeu

éducatif qui leur permet de se renseigner sur l'alimentation, la nutrition, l'agriculture, l'écologie et les aliments locaux ou internationaux. Les élèves dégustent ensuite la recette préparée et apportent une copie de la recette à la maison.

Bien que l'enseignant soit présent et participe à l'atelier avec ses élèves, ce sont les employés du programme (nutritionnistes pour la plupart) qui animent l'atelier et supervisent les activités.

PARTENARIATS

Pendant six (6) ans (2003-2009), la Fondation Chagnon a financé le projet lui-même dans huit (8) écoles (à raison de huit (8) ateliers par année dans chaque classe de ces écoles) ainsi que des activités à temps partiel entourant la mise en œuvre du projet dans trois (3) ou (4) quatre autres écoles. Pendant cette période, environ 2 700 élèves ont participé chaque année à 1 150 ateliers à leur intention et à environ 75 autres activités à l'intention des parents et des élèves. Dix (10) professionnels ont dispensé le programme avec un budget annuel de 450 000 $.

En 2009-2010, l'organisation a dû demander 210 $ aux écoles pour chaque atelier parce qu'elle disposait d'un budget de 366 000 $ pour huit (8) employés; 637 ateliers ont été organisés jusqu'à maintenant parmi les 880 prévus pour l'année scolaire. La Commission scolaire de Montréal a versé 145 000 $ d'aide financière jusqu'à maintenant. Dans certaines circonstances, à titre exceptionnel, elle prend en charge tous les frais du programme dans certaines écoles. On encourage vivement les parents à participer aux ateliers avec leurs enfants et ils le font. Ainsi, 1 992 parents ont participé aux ateliers au cours de l'année dernière. À l'échelon de la Commission scolaire de Montréal, ce programme s'est distingué par la plus grande participation parentale aux activités organisées. Un réseau de parents se forme autour du programme dans de nombreuses écoles. Un grand nombre de ces parents participent ensuite à d'autres projets scolaires. Trois (3) des parents font partie du Conseil d'administration de l'organisme Les ateliers cinq épices.

En plus de la contribution de la Fondation Chagnon, de la Commission scolaire de Montréal et des parents, le programme a pu compter sur celle de directeurs d'école, d'enseignants, de chercheurs universitaires et d'autres groupes communautaires. Tous les partenariats sont véritablement axés sur la collaboration. Toutes les parties intéressées ont consacré le temps et l'énergie nécessaires pour favoriser l'atteinte d'objectifs communs.

Un groupe de recherche et d'évaluation a aidé les nutritionnistes membres de Petits cuistots — Parents en réseaux à documenter le programme et à l'étendre aux élèves de la maternelle à la 6e année. Ce programme a été intégré dans le Programme de formation de l'école québécoise.

Pour ce qui est des nouveaux partenariats, le gouvernement du Québec devait lancer en 2006, avec la collaboration de la Fondation Chagnon, un plan d'action gouvernemental (PAG), intitulé *Investir pour l'avenir*, visant à favoriser l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie, d'un mode de vie actif et d'une saine alimentation chez les jeunes de 0 à 18 ans. Il s'agit d'un partenariat public-privé s'étendant sur une période initiale de dix (10) ans, géré par l'organisme *Québec en forme*. Lors de sa mise en œuvre, ce plan visait d'abord la promotion de l'activité physique, le volet

promotion de la saine alimentation commence à peine. Au début de 2010, *Québec en forme* et la Société de gestion du Fonds pour la promotion de saines habitudes de vie (SGF) ont annoncé une aide sous forme de ressources financières et humaines à l'organisme *Les ateliers cinq épices* et à deux (2) autres organismes communautaires, à savoir *Jeunes pousses* et *La Tablée des Chefs* pour leur permettre de planifier et de mettre en œuvre leurs programmes respectifs à l'échelon de la province. *Jeunes pousses* s'intéresse avant tout à la production d'aliments par le jardinage et l'agriculture, tandis que *La Tablée des Chefs* organise des ateliers culinaires après l'école à l'intention des élèves du secondaire.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Il n'a pas été difficile d'obtenir dès le début un soutien de la part de la Commission scolaire de Montréal, des écoles et de la Fondation Chagnon, car la nécessité d'un tel programme était déjà reconnue. Suite à sa présentation au gouvernement et à divers organismes de santé publique, le programme a été élargi et intégré tout récemment dans la stratégie *Investir pour l'avenir*. L'organisme *Les ateliers cinq épices* s'est aussi fixé comme priorité de collaborer avec des groupes communautaires s'intéressant à la santé et à la sécurité alimentaire, de façon à obtenir le soutien d'autres dirigeants communautaires.

LEÇONS

Selon l'organisme *Les ateliers cinq épices*, l'une des principales leçons réside dans le fait qu'un excellent groupe de chercheurs s'intéresse au projet *Petits cuistots — Parents en réseaux*; ce groupe a même obtenu une subvention pour l'évaluer. À l'issue de cette première étape, le groupe tente d'obtenir des fonds additionnels des Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC) afin de poursuivre l'évaluation. Tel que mentionné, en plus d'améliorer la visibilité et la durabilité du projet, cette évaluation a permis au personnel de recevoir une formation en techniques pédagogiques et en évaluation.

La subvention accordée par la Fondation Chagnon a permis de conserver un projet pilote pendant six (6) ans; il s'agit d'une expérience très positive pour les artisans et l'organisme responsable du programme. Les résultats de l'évaluation ont permis à l'organisme de constater les succès du programme ainsi que les obstacles à surmonter, tout en lui fournissant l'occasion d'apporter des améliorations innovatrices.

Le souci de la qualité a été un autre grand facteur de succès pour le projet *Petits cuistots- Parents en réseaux*. Pour optimiser la qualité de la mise en œuvre et de l'évaluation d'un programme, il faut absolument adopter des mesures stratégiques (p. ex. sur le plan logistique) lors de sa conception et de sa mise en œuvre. Autrement dit : « *lorsque vous préparez des aliments et que beaucoup de gens participent à des ateliers, vous devez être bien organisé et avoir planifié le tout au préalable* ».

Étant donné que le programme débute à la maternelle et qu'il permet des expériences pratiques amusantes avec des aliments sains dans un environnement familier, on peut surmonter deux obstacles reconnus quant à l'amélioration des compétences culinaires chez les enfants et les familles. Un dernier facteur de réussite réside dans le fait que certaines écoles, mais pas toutes, aient intégré ce programme dans leur plan éducatif pour atteindre certains objectifs pédagogiques.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

L'organisme *Les ateliers cinq épices* s'est engagé à transmettre aux collectivités du Québec et d'ailleurs les connaissances et l'expérience acquises dans le cadre du projet *Petits cuistots — Parents en réseaux*, un projet mature qui a été évalué formellement. Ces organismes pourront profiter de cette expérience pour éviter de « réinventer la roue ».

ÉVALUATION ET IMPACTS

Le projet *Petits cuistots — Parents en réseaux* a été soumis à une évaluation formative à caractère participatif. Les chercheurs ont observé et interrogé les participants du projet; ils ont évalué l'organisation ainsi que le processus de mise en œuvre du programme. Cette évaluation a été effectuée par un groupe multidisciplinaire formé de chercheurs de trois universités spécialisés en nutrition, éducation, développement social ou santé publique.

On peut consulter les rapports d'évaluation à l'adresse suivante : www.crie.ca en cliquant sur Recherches, Diffusion des résultats et Étude PC-PR 2008. Soulignons que ces résultats ont été publiés dans plusieurs revues[15] et publications de centres de recherche et présentés dans le cadre de nombreuses conférences.

L'évaluation a révélé que le programme avait les impacts suivants sur l'acquisition de saines habitudes alimentaires au foyer :

- Achat de certains aliments présentés et dégustés dans le cadre des ateliers.
- Lecture du tableau de la valeur nutritive affiché sur les emballages des aliments.
- Préparation d'aliments et de recettes à la maison.
- Ajout d'aliments sains à l'alimentation quotidienne.
- Sentiment de fierté, d'estime de soi et d'autonomie entourant la préparation des aliments.

Les chercheurs ont conclu que *Petits cuistots — Parents en réseaux* favorise :

- Un apprentissage pratique permettant l'application des connaissances et des techniques culinaires au foyer.
- Une véritable acquisition de connaissances et de compétences chez les élèves de la 3e à la 6e année.
- Une amélioration de la capacité de travailler en équipe chez ces mêmes élèves.
- La création d'un espace non menaçant qui favorise la participation des parents à la vie scolaire de leurs enfants et dans l'ensemble du milieu scolaire.
- Un resserrement des relations et de la collaboration entre l'école et la famille.
- Le regroupement d'intervenants ayant une même vision sociale lors des ateliers.

Parmi les prochaines étapes prévues, mentionnons une expansion provinciale du programme qui comporte à la fois des défis à relever et des occasions à saisir. L'organisme *Les ateliers cinq épices* est en train de renforcer et de documenter l'infrastructure requise (p. ex. ressources humaines et soutien, critères du programme, formation des animateurs) pour que le programme puisse tenir compte des besoins particuliers des collectivités sans sacrifier pour autant la qualité existante.

PERSONNE-RESSOURCE

Lucie Leduc, Directrice
Les ateliers cinq épices
1945, Mullins-RC12,
Montréal (Québec) H3K 1N9
Téléphone : 514-931-5031
Courriel : lleduc@cinqepices.org

RESSOURCES

Les ateliers cinq épices :
www.cinqepices.org

Nouveau-Brunswick : *Healthy Cooking, Healthy Kids*

ORGANISME RESPONSABLE
La Cuisine Éducative Mapleton inc.
Moncton Headstart

PRINCIPAUX PARTENAIRES
District 2 (Conseil scolaire de Moncton) : écoles communautaires et centre d'éducation alternative

COLLECTIVITÉ
Certaines écoles de Moncton (Nouveau-Brunswick)

MILIEU
Scolaire et communautaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Initialement, élèves de la 5e à la 8e année fréquentant le centre d'éducation alternative du district 2 de Moncton

ORIENTATION DU PROGRAMME
Acquisition de connaissances en nutrition et de compétences culinaires

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Local

STADE D'ÉLABORATION
En cours

CONTEXTE

Au cours de l'été 2009, la nouvelle coordonnatrice de l'organisme bien établi La Cuisine Éducative Mapleton inc. de Moncton a mis à jour la documentation du programme en nutrition, compétences culinaires et sécurité alimentaire. Cet organisme offre plusieurs programmes qui visent à atténuer l'impact de l'insécurité alimentaire sur les familles en enseignant des techniques culinaires de base et en encourageant une saine alimentation. Au début de l'automne, la coordonnatrice des écoles communautaires locales a communiqué avec la Cuisine Mapleton pour lui proposer un nouveau programme à l'intention des élèves de la 5e à la 8e année du centre d'éducation alternative.

Le programme qui en a résulté fonctionne maintenant depuis cinq (5) mois. Il a été élaboré suite à des consultations auprès de la coordonnatrice des écoles communautaires et de la directrice du centre d'éducation alternative. Il s'appuie sur des données probantes et des ressources provenant des gouvernements, d'organismes non gouvernementaux et d'organismes communautaires. Ce programme a pour but d'enseigner la nutrition et la saine alimentation par la cuisine. Il vise à sensibiliser les gens à l'importance de la nutrition et de la saine alimentation et à développer la confiance en soi quant à la mise en pratique des compétences culinaires.

Les élèves se rassemblent chaque semaine à la Cuisine Mapleton pour suivre des ateliers de formation pratique interactive de deux (2) heures. Le programme de formation vise à favoriser une meilleure compréhension des concepts et à renforcer l'apprentissage par une participation des élèves. Les élèves préparent des aliments en groupe; ils dégustent ensuite leurs repas ensemble.

Bien qu'il ne fonctionne pas encore pendant toute l'année scolaire, le programme est reconnu dans le milieu. Les élèves, les enseignants ainsi que la coordonnatrice et la directrice de l'école communautaire ont formulé des commentaires très positifs et enthousiastes à son égard. Un programme de techniques culinaires de l'école secondaire locale a même établi un partenariat avec le programme *Healthy Cooking, Healthy Kids*. Parmi les futurs plans de ce projet, mentionnons la rédaction d'un livre de recettes saines et faciles à exécuter par les enfants ainsi que l'organisation d'un « souper de gala » à l'intention des parents des élèves du centre d'éducation alternative. L'expérience acquise auprès des élèves du secondaire a permis de valoriser davantage les concepts de saine alimentation et de compétences en cuisine santé chez les deux groupes d'élèves.

PARTENARIATS

Le programme *Healthy Cooking, Healthy Kids* est le fruit d'un partenariat entre la Cuisine Mapleton et le district 2. Cet arrondissement scolaire est associé au programme depuis le tout début, c'est-à-dire depuis que la coordonnatrice des écoles communautaires a fait part de son idée à la Cuisine Mapleton. Les partenaires du programme communiquent librement selon les besoins afin de résoudre les problèmes au fur et à mesure. La Cuisine Mapleton, un organisme financé par Centraide, a fourni jusqu'à maintenant les ressources financières et humaines nécessaires au fonctionnement de ce programme.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

La coordonnatrice de la Cuisine Mapleton et celle des écoles communautaires du district 2 ont reçu l'appui des principaux décideurs de leurs organismes respectifs. Les occasions d'apprentissage par l'expérience offertes par ce programme étaient déjà largement reconnues, tout comme les problématiques et préoccupations à l'origine de sa mise en œuvre. Dans le cas de la Cuisine Mapleton, les appuis organisationnels se sont traduits par une aide financière apportée au programme.

LEÇONS

La coordonnatrice de la Cuisine Mapleton attribue le succès du programme à sa mise en œuvre graduelle et au fait que les élèves ont l'occasion de vivre une expérience « réelle ». Il s'agit d'un programme interactif qui répond aux besoins des élèves; ceux-ci collaborent étroitement à toutes les facettes des ateliers. La coordonnatrice avait déjà de l'expérience en tant qu'animatrice auprès des enfants. Elle se sent très à l'aise pour dispenser le contenu du programme à partir de l'approche retenue, ce qui favorise une participation enthousiaste des élèves.

Bien qu'il soit parfois difficile de changer des perceptions ancrées en matière d'alimentation et de nutrition chez les parents et les adultes, on peut influencer les habitudes alimentaires familiales en faisant acquérir de nouvelles compétences culinaires aux élèves et en leur faisant découvrir de nouveaux aliments. Les élèves peuvent motiver leurs parents par leur enthousiasme.

La coordonnatrice de la Cuisine Mapleton craint que l'obtention des fonds nécessaires à l'élargissement du programme en vue de répondre à la demande soit plutôt difficile dans un avenir rapproché bien que le problème ne se pose pas encore. Elle compte toutefois sur l'intérêt manifesté par des partenaires potentiels de sa collectivité et des collectivités avoisinantes.

ÉVALUATION ET IMPACTS

Compte tenu de sa nouveauté, le programme *Healthy Cooking, Healthy Kids* n'a pas encore été évalué officiellement. Les élèves doivent toutefois remplir un questionnaire d'évaluation préliminaire et évaluer chaque atelier en précisant leur intérêt pour les thèmes abordés et la perception de leur propre apprentissage. La coordonnatrice de la Cuisine Mapleton a entrepris une démarche d'autoévaluation après chaque atelier dans une optique d'amélioration continue de la qualité.

Les commentaires favorables communiqués de bouche à oreille par les élèves et les partenaires du programme ont contribué jusqu'ici à la réussite du programme. Ils ouvrent la voie à une expansion et adaptation de celui-ci en fonction de divers groupes de la population.

PERSONNES-RESSOURCES

Cheryl Parrish, Coordonnatrice
La Cuisine Éducative Mapleton inc.
111, chemin Mountain
Moncton (Nouveau-Brunswick) E1C 2S9
Téléphone : 506-858-8252
Courriel : cheryl.parrish@monctonheadstart.com

Nouvelle-Écosse :
Strive for Five at School!

ORGANISME RESPONSABLE
Annapolis Valley Health Promoting Schools Program

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Armstrong Foodservice, Conseil scolaire régional, personnel de la santé publique et régies de santé communautaire de la vallée d'Annapolis, ministère de l'Agriculture et ministère de la Promotion et de la Protection de la santé de la Nouvelle-Écosse, Université Acadia, *Kings County Federation of Agriculture, Nova Scotia Fruit Growers Association*, producteurs et fournisseurs locaux

COLLECTIVITÉ
Conseil scolaire régional de la vallée d'Annapolis; ensemble de la province

MILIEU
Scolaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Milieux scolaires (élèves de la maternelle à la 12e année, parents, enseignants et aides-enseignants, employés et bénévoles en préparation des aliments)

ORIENTATION DU PROGRAMME
Acquisition de connaissances et compétences en saine alimentation; promotion de la consommation de fruits et légumes produits localement

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Provincial

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en oeuvre en cours dans la province

CONTEXTE

Le volet *Strive for Five at School!* du célèbre programme *Annapolis Valley Health Promoting Schools* a été mis en place pour répondre aux questions formulées par les écoles suite à la diffusion de la politique provinciale sur l'alimentation et la nutrition à l'intention des écoles publiques. Bien que cette politique indique clairement les types d'aliments sains devant être offerts dans les écoles publiques, de nombreuses écoles ont eu de la difficulté à apporter les changements nécessaires, surtout au niveau des fruits et légumes, compte tenu du manque de compétences et de temps pour leur préparation, du coût de ces aliments et de divers problèmes d'approvisionnement. Bien que la vallée d'Annapolis soit le centre agricole de la province, les écoles avaient de la difficulté à se procurer des fruits et légumes locaux en saison, en raison d'un problème de distribution reconnu depuis longtemps par le comité des producteurs — fournisseurs de l'*Annapolis Valley Health Promoting Schools Program*. Ce comité a conçu la présente initiative suite aux préoccupations formulées par les écoles; il a ensuite orienté et appuyé son élaboration et son évolution.

Depuis presque (10) dix ans, le programme *Annapolis Valley Health Promoting Schools* travaille à l'élaboration de programmes de base en s'appuyant sur une communication ouverte avec les communautés scolaires. L'élaboration de *Strive for Five at School!* répondait à des besoins manifestés directement par les écoles. Les concepteurs de ce programme ont d'abord identifié et adapté des recettes à base de fruits et de légumes convenant au cadre scolaire. Ils ont ensuite intégré des ateliers d'éducation en nutrition et de préparation des aliments à l'intention de divers groupes scolaires et formulé des lignes directrices visant à encourager la dégustation de divers mets et recettes dans les écoles. Tout cela avait pour but d'appuyer les changements apportés aux menus des établissements scolaires dans le cadre de la politique provinciale de nutrition et de favoriser l'accès aux fruits et légumes de saison produits localement pour en augmenter la consommation.

Ce programme a pour but de faire apprécier les fruits et légumes produits localement afin d'en augmenter la consommation dans les écoles. Il vise les objectifs spécifiques suivants :

- Accroître les connaissances en nutrition et les compétences en préparation des fruits et légumes produits localement chez les employés et bénévoles des cuisines scolaires.
- Accroître les connaissances en nutrition entourant les fruits et légumes produits localement chez les membres des communautés scolaires.
- Faire la promotion des fruits et légumes produits localement en milieu scolaire (p. ex. dégustations) pour respecter le slogan *Healthy Choice the Easy Choice* (Un choix santé facile à faire).

L'appui du gouvernement provincial, via les ministères de l'Agriculture et de la Promotion et Protection de la santé, a facilité le lancement des ressources du programme *Strive for Five at School!* à l'échelon provincial et l'élaboration d'un guide d'animation visant à favoriser l'offre d'ateliers partout dans la province.

PARTENARIATS

Parmi les principaux partenaires du programme *Strive for Five at School!*, mentionnons *Armstrong Foodservice*, divers producteurs et fournisseurs locaux, le service de distribution alimentaire du Conseil scolaire régional, le personnel de la santé publique et les régies de santé communautaire de la vallée d'Annapolis, les ministères de l'Agriculture et de la Promotion et de la Protection de la santé de la Nouvelle-Écosse, l'Université Acadia, la *Kings County Federation of Agriculture* et la *Nova Scotia Fruit Growers Association*. La directrice de l'*Annapolis Valley Health Promoting Schools* a joué et continuera de jouer un rôle essentiel quant au maintien des partenariats établis.

Les nombreux partenaires contribuent de diverses façons importantes à la réussite du programme :

- Les régies de santé communautaire offrent du financement pour les ateliers de formation en milieu scolaire.
- L'*Armstrong Foodservice* facilite la livraison d'aliments aux écoles et fournit l'expertise professionnelle nécessaire à l'élaboration du matériel du programme.
- L'Université Acadia fournit les installations où se tiennent les ateliers.
- Le ministère de l'Agriculture fournit des services de développement de produits, de l'expertise et du soutien en vue de favoriser l'acceptation des recettes et du programme dans les écoles participantes.
- Les producteurs locaux et les représentants de la *Kings County Federation of Agriculture* et de la *Nova Scotia Fruit Growers Association* participent à l'identification des fruits et légumes de saison produits localement pouvant être achetés par les écoles.
- Les ministères de l'Agriculture et de la Promotion et de la Protection de la santé ont financé le lancement provincial des ressources du programme.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Il a été relativement simple d'obtenir des appuis pour la mise en place du nouveau volet *Strive for Five at School!* dans le cadre du programme *Annapolis Valley Health Promoting Schools* puisque celui-ci répondait à des besoins reconnus et largement exprimés par les communautés scolaires. Le soutien financier fourni par les régies de santé communautaire et le ministère provincial de l'Agriculture facilite non seulement la mise en œuvre du programme, mais aussi l'atteinte des objectifs de chaque organisme participant.

Tel que mentionné, la communication ouverte avec tous les partenaires, dont les communautés scolaires, et la réponse immédiate à leurs demandes garantissent le maintien du programme ainsi que la participation et l'appui des partenaires.

LEÇONS

Jusqu'ici, la mise en œuvre du programme *Strive for Five at School!* a démontré qu'on peut réaliser des choses incroyables lorsque les gens et les organismes sont à l'écoute les uns des autres, savent travailler ensemble et profitent de l'expertise et des ressources disponibles. Il faut toutefois faire preuve de patience étant donné que les changements nécessitent parfois beaucoup de temps.

Il ne faut pas sous-estimer la valeur des ateliers d'éducation en nutrition et des ateliers de préparation des aliments en tant que facteurs de changement, à la fois chez les employés et bénévoles qui préparent les aliments dans les écoles et chez les

familles. Les ateliers de cuisine familiale qui seront offerts lors de la prochaine étape, en collaboration avec les diététistes des services de santé de la vallée d'Annapolis, les nutritionnistes du réseau de santé publique et les centres locaux de ressources familiales, sont perçus comme un grand pas en avant. Les familles auront alors l'occasion de se rassembler pour cuisiner à l'école, puis de partager un souper communautaire. Les efforts visant à encourager la participation d'un plus grand nombre d'enseignants et d'aides-enseignants, surtout ceux du cours d'économie familiale, faciliteront la création d'un lien avec le programme d'études, ce qui favorisera l'acceptation et la réussite du programme.

Parmi les obstacles que le programme doit encore surmonter, mentionnons le changement des attitudes et perceptions à l'égard de la consommation de fruits et légumes en milieu scolaire et les préoccupations entourant le temps de préparation et le coût de ces aliments. En raison de leur faible revenu, un certain nombre de familles ne peuvent essayer qu'un nombre limité de nouveaux aliments ou recettes au foyer. En encourageant une large participation des élèves à certaines activités offertes en milieu scolaire (en classe ou autrement), comme des ateliers ou démonstrations culinaires ou des dégustations, on espère améliorer l'accès aux fruits et légumes et la consommation de ces aliments au foyer. La priorité de l'année scolaire 2009-2010 consiste à aider encore plus les écoles, surtout les cafétérias, à intégrer les recettes de *Strive for Five at School!* dans leurs menus. Dans le cadre de l'initiative *Farm to School – Fruit and Vegetable Promotion*, les agriculteurs locaux fournissent un fruit ou un légume spécifique à chaque mois aux écoles en tenant compte du calendrier saisonnier de *Strive for Five at School!* Ces aliments peuvent être servis aux élèves en tant que « spécial du jour » ou dans le cadre d'une dégustation. Étant donné que ce don important des producteurs locaux n'est pas viable à long terme, il faut tenter de trouver un autre modèle de financement.

Dans l'optique du lancement provincial du programme, il faudra disposer de ressources humaines et financières suffisantes pour offrir des ateliers à la fois en milieu scolaire et ailleurs. Une collaboration constante des employés et bénévoles chargés de la préparation des aliments en milieu scolaire s'impose également pour favoriser la réussite du programme.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

Il faut s'inspirer des facteurs de réussite de l'*Annapolis Valley Health Promoting Schools Program* pour assurer celle de *Strive for Five at School!* Ainsi, on encourage les personnes et collectivités intéressées à commencer tout doucement, à augmenter graduellement leurs activités, à rester à l'écoute des commentaires, à établir des relations et à s'assurer d'un appui constant pour permettre la poursuite des activités.

Le programme pourrait certainement être adapté à divers milieux et populations d'intérêt puisque chaque école l'adapte en fonction des besoins du milieu. Dans le cadre des travaux entrepris avec des garderies et le marché agricole local, on utilise les recettes du programme lors de démonstrations et on les distribue aux familles. Le bureau de santé a manifesté un intérêt pour ces mêmes recettes. Une participation enthousiaste facilite grandement les choses !

ÉVALUATION ET IMPACTS

Les opinions et commentaires formulés à l'occasion de la mise en œuvre du programme et le recours à plusieurs démarches d'évaluation informelle révèlent que le programme a vraiment un impact. Il faut toutefois reconnaître que le progrès et le changement nécessitent du temps. Les responsables de *Strive for Five at School!* souhaitent que l'évaluation du programme s'inscrive dans des démarches d'évaluation plus globales à l'avenir (p. ex. *Health Promoting Schools*); ils n'essaient pas d'obtenir davantage de ressources à cet égard (humaines et financières). Avec la participation du personnel de la santé publique, on pourrait évaluer plus particulièrement le volet « ateliers » du programme.

PERSONNE-RESSOURCE

Caroline Whitby, Gestionnaire de programme
Annapolis Valley Health Promoting Schools Program
Aux soins de AVRSB C.P. 340, 121, rue Orchard,
Berwick (Nouvelle-Écosse) B0P 1E0
Téléphone : 902-670-0607
Courriel : Caroline.Whitby@avrsb.ca

RESSOURCES

On peut se procurer les ressources du programme *Strive for Five School!* à partir du site Web du ministère de la Promotion et de la Protection de la santé de la Nouvelle-Écosse à l'adresse suivante : www.gov.ns.ca/hpp/cdip/healthy-eating-strive-for-five.asp.

Île-du-Prince-Édouard : *What's for Dinner?*

ORGANISME RESPONSABLE
Eastern Kings Community Coalition Inc.,
Main Street Family Resource Centre

PRINCIPAUX PARTENAIRES
IWK *Health Centre Foundation*, diététistes et chefs cuisiniers locaux

COLLECTIVITÉ
Souris/Eastern Kings (Île-du-Prince-Édouard)

MILIEU
Communautaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Parents ayant de jeunes enfants (de 0 à cinq ans)

ORIENTATION DU PROGRAMME
Acquisition de connaissances et compétences en saine alimentation et préparation des aliments; insécurité alimentaire

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Local

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en œuvre complète

CONTEXTE

Depuis un certain temps déjà, le *Main Street Family Resource Centre* de la *Eastern Kings Community Coalition Inc.* élabore et met en œuvre des programmes de formation en cuisine. Ces programmes sont très populaires parce qu'ils permettent à la fois de développer des compétences et d'améliorer le soutien social ou l'entraide chez les mères et les familles de la communauté. En s'appuyant sur les expériences passées, le personnel du Centre a mis au point un programme comportant huit (8) ateliers, intitulé *What's for Dinner*?, à l'automne 2008. Celui-ci vise l'éducation en nutrition et le développement de compétences en alimentation. Il vise aussi à améliorer les habitudes alimentaires des participants tout en offrant un meilleur soutien social aux mères. Il offre des activités pratiques de planification et de préparation des repas ainsi qu'un repas santé par semaine aux familles participantes. Il fait la promotion des repas en famille en soulignant leur impact positif sur les relations familiales et l'importance que les parents donnent l'exemple à leurs enfants pour que ceux-ci puissent choisir des aliments sains et adopter de saines habitudes alimentaires. Le programme est offert gratuitement aux familles; il comporte aussi des services de garde d'enfants pour favoriser la participation.

Les objectifs spécifiques du programme sont les suivants :

- Offrir des ateliers hebdomadaires aux participants.
- Fournir l'occasion aux participants de cuisiner, de déguster les aliments et d'emporter des repas sains à la maison.
- Fournir aux participants des suggestions de repas plus sains à préparer à la maison.
- Offrir l'occasion aux participants de consommer un repas sain au moins une fois par semaine.
- Améliorer les habitudes alimentaires des participants.

Le contenu et l'approche proposés pour les ateliers du programme *What's for Dinner*? s'appuient sur les données et l'expérience tirées de programmes de formation en cuisine offerts antérieurement par le Centre. Les thèmes de formation et les recettes ont été choisis en fonction de l'intérêt et des commentaires des participants et des problématiques existantes en matière de nutrition et de saine alimentation.

Le programme a connu tellement de succès pendant les huit (8) premières semaines que les neuf (9) participantes (avec leurs vingt (20) enfants) ont décidé de le poursuivre lorsque le Centre a pu étirer son budget pour l'offrir pendant six (6) autres semaines. Cela a permis de renforcer davantage le réseau d'entraide sociale et parentale qui s'était établi.

Le financement du programme a été assuré par l'IWK *Health Centre Foundation* et le Centre lui-même.

PARTENARIATS

Des collaborations non officielles au sein de la petite collectivité de Souris/Eastern Kings ont favorisé la réussite de la mise en œuvre du programme *What's for Dinner?* Les ateliers étaient souvent coanimés par des chefs cuisiniers locaux, des nutritionnistes ou diététistes communautaires ou le personnel du Centre.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

En s'appuyant sur le succès antérieur des programmes de cuisine et de saine alimentation du Centre et la reconnaissance généralisée des problématiques auxquelles sont confrontées les familles visées par le programme *What's for Dinner*, il a été facile d'obtenir de solides appuis, à la fois de la direction et du Conseil d'administration du Centre, lequel est formé en grande partie des anciens participants des programmes offerts par le Centre.

LEÇONS

L'une des principales leçons apprises ou confirmées par le programme *What's for Dinner*? réside dans le fait que la cuisine est un facteur égalisateur et que la nourriture permet de rassembler les gens. Les participantes étaient à l'écoute et au service les unes des autres; elles ont acquis des connaissances en nutrition et des compétences culinaires grâce à un apprentissage des plus pratiques. Le financement de l'IWK *Foundation* et le soutien du Centre ont permis d'offrir le programme gratuitement. Les mères provenant de milieux défavorisés ont ainsi pu se joindre au groupe pour vivre une expérience positive.

Une autre leçon réside dans l'importance de fournir des services de garderie dans les programmes offerts en milieu communautaire pour éliminer un obstacle majeur à la participation des mères ou des parents et permettre aux enfants de socialiser et d'expérimenter des conditions différentes d'éducation et de jeu. Comme les enfants sont présents au Centre, on peut leur faire essayer de nouveaux aliments, ce qui ne serait peut-être pas possible dans un autre milieu de garde.

Parmi les autres leçons, mentionnons les avantages de recourir aux partenaires de la communauté en tant que conférenciers invités ou coanimateurs lors des ateliers hebdomadaires. Les participantes ont ainsi l'occasion d'entrer en contact avec des personnes-ressources locales, ce qu'elles n'auraient peut-être pas fait auparavant.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

Un programme de ce type peut facilement être adapté à différents milieux ou populations d'intérêt pourvu que les buts ou motivations premières soient les mêmes : planification et préparation d'un repas par semaine, possibilité de se renseigner sur la nutrition et la saine alimentation, possibilité d'acquérir des compétences culinaires et intérêt à découvrir une plus grande diversité d'aliments sains. Il faut rechercher le soutien de divers partenaires communautaires (c.-à-d. chefs cuisiniers, producteurs, diététistes) à cet égard.

ÉVALUATION ET IMPACTS

On a demandé aux participantes de remplir un questionnaire avant et après le programme afin d'évaluer les changements au niveau de leurs connaissances en alimentation et nutrition pouvant être attribués au programme. Celles-ci devaient indiquer leur degré de compétences par rapport à certains éléments : capacité de fournir des aliments sains à leur famille, connaissance des principes de manipulation sécuritaire des aliments, etc. ainsi que leur degré de satisfaction quant aux activités de préparation des aliments. Suite à la participation au programme, on a observé des améliorations dans tous les domaines. Les participantes ont aussi répondu très positivement à des questions d'ordre général sur le programme (p. ex. Qu'est-ce que vous avez aimé ? Qu'est-ce que vous aimeriez changer ?

Qu'est-ce que vous aimeriez ajouter ?). Elles souhaitaient généralement que le programme se poursuive avec très peu de changements. Les résultats de cette évaluation informelle ont été communiqués à l'IWK *Foundation*.

Compte tenu de la réussite et de la popularité du programme *What's for Dinner*?, le Centre souhaite vivement l'offrir de nouveau; il doit toutefois se procurer les fonds nécessaires. Pour illustrer la popularité des programmes de formation en cuisine, mentionnons qu'un groupe de mères ayant participé au programme du Centre a réussi à obtenir des fonds de la *PEI Healthy Living Collaboration* pour la mise en œuvre d'un programme de cuisine avec une mijoteuse peu après la fin de *What's for Dinner*?

PERSONNES-RESSOURCES

Barb Lundrigan, Directrice
Lori MacGregor, Coordonnatrice du PCNP
Eastern Kings Community Coalition Inc./
Main Street Family Resource Centre
C.P. 682
Souris (Île-du-Prince-Édouard) C0A 2B0
Téléphone : 902-687-3928
Courriel : mainfrc@pei.aibn.com

Terre-Neuve-et-Labrador : *Food and Fun Camp Program*

ORGANISME RESPONSABLE
Central Health

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Twillingate/New World Island Primary Health Care Community Advisory Committee, conseils scolaires locaux, écoles et conseils municipaux, professionnels du système de santé, programmes d'emplois d'été, *Wellness Coalitions* régionales et provinciales, enfants et familles des collectivités rurales de Terre-Neuve-et-Labrador

COLLECTIVITÉ
Twillingate/New World Island dans la partie centrale de Terre-Neuve-et-Labrador

MILIEU
Rural et communautaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Enfants de huit à dix ans et leurs familles

ORIENTATION DU PROGRAMME
Acquisition de connaissances et de compétences en saine alimentation et activité physique

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Local et régional

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en œuvre en cours

CONTEXTE

Le concept du programme de nutrition à l'intention des préadolescents de la région de Twillingate/New World Island (NWI), au centre de Terre-Neuve-et-Labrador, a été proposé en 1999 par un groupe de discussion en nutrition organisé dans le cadre du *Primary Health Care* (PHC) *Enhancement Project*. Ce groupe réunissait des représentants de parties intéressées de la région provenant d'un certain nombre de domaines entourant la santé juvénile, notamment des fournisseurs de soins de santé, un directeur d'école et un bénévole d'un programme communautaire distribuant des déjeuners.

Les taux alarmants d'embonpoint, d'obésité et d'inactivité chez les enfants (corroborés par des données nationales, provinciales et locales) soulèvent depuis longtemps des préoccupations à Terre-Neuve-et-Labrador. Depuis quelque temps déjà, des études démontrent que les enfants de cette province, notamment ceux de la région centrale, sont très exposés à l'excès de poids et à l'inactivité physique. La relation entre la nutrition, le poids, les maladies chroniques et d'autres troubles de santé est bien reconnue; il ne faut pas oublier non plus les problèmes entourant l'image de soi et l'état de santé auto-évalué. Le *Food and Fun Camp Program* (FFCP) vise à réagir à ces problématiques en permettant aux enfants d'acquérir des connaissances en saine alimentation et des compétences culinaires de base durables dans un contexte divertissant qui favorise en même temps la pratique de l'activité physique.

Le groupe de discussion en nutrition s'est appuyé sur des données de diverses sources pour jeter les bases du programme initial. L'énergie et l'engagement démontrés par les « bonnes personnes », à savoir une diététiste responsable, une nutritionniste régionale, des étudiants en diététique, une animatrice en soins primaires et une personne-ressource en gestion des soins de première ligne, ont ensuite permis d'élaborer pleinement ce programme, de produire le manuel correspondant et d'élargir ses activités en 2005-2006. Ces travaux ont été appuyés par *Central Health*, le principal bailleur de fonds provincial dans le domaine du mieux-être. Des infirmières en santé publique et en développement communautaire assurent la liaison avec les organismes communautaires de toute la région en tant qu'ambassadrices du programme.

L'objectif global du programme consiste à améliorer la santé des enfants de huit à dix ans de la région de Twillingate/NWI et celle de leur famille. Dans le cadre du *Food and Fun Camp Program*, on encourage les enfants à reconnaître l'importance de la saine alimentation, de l'activité physique et d'une vie sans tabac et à ressentir le plaisir qui en découle. Les objectifs spécifiques du programme consistent à aider les enfants à :

- Acquérir des compétences culinaires de base.
- Utiliser des techniques sécuritaires de manipulation des aliments pour prévenir les intoxications alimentaires.
- Mettre en pratique leurs connaissances en saine alimentation et en techniques culinaires.
- Développer leur confiance en soi pour être en mesure de préparer des aliments nutritifs pour eux-mêmes et leur famille.

Diverses méthodes pédagogiques sont utilisées dans le cadre du programme *Food and Fun Camp* : formation individuelle, démonstrations, apprentissage pratique, vidéos, carnet d'activités, interactivité (p. ex. jeux), visites de magasins d'alimentation, randonnées pédestres. Le programme FFCP vise avant tout à offrir un enseignement interactif et amusant qui renforce les messages entourant un mode de vie sain. Les enfants ont ainsi l'occasion d'acquérir des connaissances de base et une expérience pratique qu'ils peuvent ensuite partager avec d'autres.

Des versions électroniques du programme et du guide adaptées en fonction des besoins de divers groupes démographiques (p. ex. groupes d'âge) ou milieux, dont les *Community Youth Networks* et les *Boys and Girls Clubs* provinciaux ont été produites. Le programme a aussi été adapté et mis en œuvre dans les écoles locales, dans le cadre du programme pédagogique *Exploratories* offert en 3e année.

Au moins 500 enfants (et leurs familles) ont participé au programme depuis sa création en 1999. Le camp fonctionne cinq (5) jours par semaine durant l'été, à raison de cinq (5) ou six (6) heures par jour, pendant six (6) à huit (8) semaines. Divers organismes communautaires (p. ex. clubs philanthropiques, clubs et réseaux d'enfants et de jeunes, organismes de loisirs, centres de ressources familiales) servent d'organismes hôtes ou facilitent la mise en œuvre du programme à l'échelon régional.

La *Wellness Coalition* de la région centrale a financé la mise en œuvre du programme FFCP au cours des dernières années en prévoyant des subventions à son intention dans son budget (environ 1 000 $ à 1 200 $ par organisme demandeur). Des dons en nature sous forme de fournitures et d'installations ainsi que les subventions offertes pour les emplois d'été des étudiants (il faut deux étudiants par programme communautaire) permettent la mise en œuvre intégrale du programme dans les collectivités. Les difficultés entourant le transport dans cette région rurale de la province ont aussi été prises en compte pour favoriser la participation. Le soutien ainsi offert permet d'offrir gratuitement le programme aux enfants et à leurs familles.

Parmi les prochaines étapes, mentionnons la création d'un programme formel de formation des formateurs pour favoriser la mise en œuvre du programme, l'augmentation du nombre de recettes santé dans le manuel du programme ainsi que l'élaboration et la mise en œuvre d'un cadre formel d'évaluation des activités.

PARTENARIATS

Voici les principaux partenariats établis dans le cadre du programme FFCP : *Twillingate/New World Island PHC Community Advisory Committee (CAC)*, conseils scolaires locaux, établissements scolaires et conseils municipaux, professionnels de la santé, responsables des programmes d'emplois d'été, *Wellness Coalitions* régionales et provinciales, *Central Tobacco Advisory Committee*, clubs philanthropiques, *Boys and Girls Clubs*, organismes religieux, centres de ressources familiales, enfants et familles des collectivités rurales de la province. *Central Health* facilite la mise en œuvre globale du programme en offrant les services à temps partiel d'une nutritionniste régionale en matière de coordination, de formation et de consultation.

Le programme FFCP est orienté par le CAC-PHC local où sont représentés les conseils municipaux, les services de santé, d'éducation, de justice et d'emploi, les jeunes, les aînés, les ministères et les autres principales parties intéressées du milieu. Le CAC assure le leadership du programme FFCP en vérifiant s'il répond aux besoins de la population. Le FFCP encourage les enfants et leurs parents à militer en faveur de la saine alimentation, de la pratique de l'activité physique et d'une vie sans tabac. Les parents et les enfants sont invités à formuler des commentaires et à proposer des changements autant que possible. On a constaté que les clients (c.-à-d. les enfants qui participent aux camps *Food and Fun*) tentent d'éduquer leurs parents et d'autres adultes en matière de modes de vie sains. Lors de la planification et de la mise en œuvre du programme FFCP, il est essentiel d'obtenir la collaboration des écoles locales et des autres organismes hôtes au niveau de l'utilisation des installations de cuisine et de la promotion du programme. Au cours des dernières années, le transport a été reconnu comme un obstacle à la participation au programme et à l'organisation de certaines activités compte tenu qu'il s'agit d'une région rurale. L'établissement de partenariats visant à obtenir la collaboration des parents et d'autres bénévoles à cet égard a permis de surmonter cet obstacle.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Depuis la création du FFCP il y a dix ans, il n'a pas été difficile d'obtenir des appuis essentiels auprès des principaux services de santé et d'autres organismes. *Central Health*, les comités régionaux en soins primaires et les *Wellness Coalitions* lui ont fourni un financement adéquat (en argent et en nature) et continuent de le faire. Le leadership exercé par les infirmières en santé publique et en développement communautaire a permis de motiver divers organismes communautaires à offrir le programme aux enfants et familles qu'ils desservent. L'obtention de fonds au moment opportun pour embaucher des étudiants pendant l'été a représenté le plus grand défi du programme.

LEÇONS

La plupart des leçons entourant le programme FFCP proviennent des organisateurs des camps locaux. Parmi les leçons importantes et généralisables, mentionnons la recherche des appuis nécessaires, une coordination continue et le partage de la charge de travail.

Les organisateurs des camps ont souligné les points suivants :

- Il faut disposer d'un comité de travail intersectoriel pour coordonner les camps d'une année à l'autre.
- Il faut soumettre des propositions le plus tôt possible pour obtenir le financement des camps.
- Il faut demander des fonds le plus tôt possible à divers programmes pour financer les emplois d'été.
- Il faut s'assurer d'embaucher des étudiants très motivés et autonomes; leurs tâches doivent s'inscrire dans le cadre de leur formation ou de leur future profession.
- Il faut prévoir au moins deux personnes par camp pour respecter un rapport d'un (1) enseignant pour quatre (4) élèves.
- Il faut organiser des jeux et exercices physiques interactifs et s'assurer que tout le monde y participe.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

Depuis sa création, le programme FFCP a eu la chance d'être solidement appuyé par des groupes provinciaux, régionaux ou locaux et des organismes de divers secteurs. Les collectivités qui désirent offrir un programme de ce type doivent soumettre une proposition concrète pour obtenir les ressources nécessaires à la mise en œuvre intégrale du programme et à son évaluation.

ÉVALUATION ET IMPACTS

Bien que le programme n'ait pas été évalué officiellement, les participants ont répondu à des questionnaires visant à évaluer leurs connaissances et compétences en matière d'alimentation et de nutrition avant et après la tenue des camps. Ces instruments d'évaluation ont révélé une amélioration des connaissances et des compétences suite à la participation aux camps. En s'appuyant sur les résultats des tests administrés avant et après le programme et sur les conversations informelles des enfants avec les animateurs et les coordonnateurs des camps, on constate que les enfants comprennent mieux les messages relatifs à l'adoption d'un mode de vie sain suite à leur participation à un camp. Par ailleurs, les parents qui participent à la dernière journée du camp fournissent des données utiles aux coordonnateurs et animateurs du programme quant aux changements observés au niveau des connaissances et comportements de leurs enfants suite aux activités du camp. De nombreux moniteurs qui ont eux-mêmes participé aux camps continuent à avoir un mode de vie sain, tel que démontré par leur rôle de leader au sein du programme. On demande aussi aux personnes qui mettent le programme en œuvre, à savoir les coordonnateurs et animateurs des camps, de formuler des commentaires sur l'expérience vécue et de faire des recommandations pour assurer la réussite des camps futurs.

PERSONNE-RESSOURCE

Jill Wheaton, Nutritionniste régionale
Central Health—Health Promotion and Wellness
3, Bell Place, niveau 1
Gander (Terre-Neuve-et-Labrador) A1V 2T4
Téléphone : 709-651-6335
Courriel : jill.wheaton@centralhealth.nl.ca

RESSOURCES

Le manuel du programme *Food and Fun Camp* sera bientôt offert sur le site Web de *Go Healthy* : www.gohealthy.ca.

Yukon :
Tantalus School Food Program

ORGANISME RESPONSABLE
École Tantalus

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Yukon Food for Learning, Compétences Canada, conseil scolaire de l'école Tantalus, Première nation Little Salmon/Carmacks, Première nation Greenhouse, *Little Salmn/Carnacks, Bushmaster Mining Company*

COLLECTIVITÉ
Carmacks (Yukon)

MILIEU
Scolaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Élèves de la maternelle à la 12e année; ensemble du milieu scolaire

ORIENTATION DU PROGRAMME
Acquisition de connaissances en saine alimentation et de compétences culinaires

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Local

STADE D'ÉLABORATION
Élaboration et mise en œuvre en cours

CONTEXTE

Tantalus School Food Program, offert dans la communauté de Carmacks au Yukon, résulte des préoccupations d'une aide-enseignante et d'une enseignante entourant l'insécurité alimentaire des familles et les choix alimentaires des enfants et des familles. Les intéressées avaient constaté que les élèves n'apportaient pas de collation ou de repas à l'école ou que les aliments apportés n'étaient pas assez nutritifs pour favoriser la santé globale et l'apprentissage scolaire. Elles ont d'abord acheté et préparé des aliments avec les élèves, ce qui a donné naissance au présent programme.

Il s'agit d'un programme à plusieurs volets s'appliquant à tous les degrés scolaires qui vise les objectifs suivants :

- Améliorer les connaissances en saine alimentation et les compétences culinaires.
- Sensibiliser davantage les élèves à la problématique de la sécurité alimentaire.
- Favoriser la découverte et le choix d'aliments sains.

L'aide-enseignante a élaboré le programme actuel en s'inspirant de données pertinentes existantes. Celle-ci consacre maintenant presque tout son temps à ce projet en constante évolution qui vise à répondre aux besoins en tenant compte du contexte scolaire et communautaire. Elle est désormais chargée des cours d'économie familiale au secondaire. Tous les aliments et repas sont préparés à partir d'ingrédients de base, soit à l'école ou dans le cadre de travaux scolaires au foyer.

À l'heure actuelle, les élèves de la 10e à la 12e année préparent le dîner. Les élèves et le personnel de l'école peuvent se procurer gratuitement les aliments préparés ou les acheter. Les élèves de la 7e à la 9e année étaient chargés de la préparation du repas dans le passé. Les élèves plus âgés préparent maintenant de 30 à 50 dîners par jour (l'école compte 100 élèves au total) à l'intention des élèves, du personnel scolaire et souvent aussi d'autres membres de la communauté. Ils doivent en outre planifier eux-mêmes les menus, réaliser des projets spéciaux et évaluer leur atteinte des objectifs d'apprentissage. Bien qu'ils ne participent pas directement à la préparation des aliments, les élèves plus jeunes participent aux cours d'alimentation et de nutrition tout au long de l'année scolaire puisqu'il a été démontré que le volet scolaire mis au point par l'aide-enseignante permet l'atteinte d'objectifs d'apprentissage plus globaux. Le projet a engendré une demande qui dépasse réellement les prévisions.

Comme événement marquant du programme, mentionnons la préparation récente d'une lasagne à partir d'ingrédients de base par les élèves de 8e et 9e année suite à une demande formulée à l'école par un groupe de personnes de l'Association des enseignants du Yukon qui devait s'arrêter à Dawson City pour le souper. Ce repas a été des plus apprécié !

PARTENARIATS

Les relations existantes entre les personnes et organismes de cette petite communauté (qui compte environ 450 habitants) et la volonté globale d'appuyer les projets scolaires et communautaires ont permis l'établissement de partenariats qui ont favorisé la croissance du programme au cours des six (6) dernières années. Le programme *Yukon Food for Learning and Skills Canada* est le principal bailleur de fonds du programme. Les autres partenaires, à savoir le Conseil scolaire de l'école Tantalus, la Première nation Little Salmon/

Carmacks, la Première nation Greenhouse, la *Bushmaster Mining Company* et des entreprises forestières, font des dons importants d'aliments tout au long de l'année scolaire. Par ailleurs, le Conseil scolaire et la Première nation Little Salmon/Carmacks permet la liaison du programme avec l'ensemble de la communauté en lui transmettant régulièrement les commentaires reçus. Dans le but de maintenir les partenariats établis, surtout avec les sociétés minières et les camps forestiers, les élèves de la 10e à la 12e année rédigent des lettres de remerciements suite à la réception de dons.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Compte tenu que le programme répondait au départ à un besoin observé en milieu scolaire et qu'il a maintenant un impact positif reconnu (plaisir et santé) sur les élèves, l'école et l'ensemble de la communauté, il n'a pas été difficile d'obtenir et de conserver l'appui des principaux décideurs et bailleurs de fonds. Un appui important a été fourni dès le départ par l'administration et le personnel de l'école, les parents, le conseil scolaire et le *Yukon Food for Learning Board*. L'engagement du programme à rester à l'écoute des commentaires de tous les partenaires communautaires et à en tenir compte a sûrement contribué au soutien et à la réussite du programme.

LEÇONS

Parmi les principales leçons entourant la mise en œuvre du programme, notons la nécessité de laisser les élèves « travailler par eux-mêmes » pour favoriser au maximum la participation et l'apprentissage. Il faut aussi gérer le nombre d'élèves présents dans la cuisine lors des activités pour assurer la sécurité et la participation de tous.

Bien que les perceptions et attitudes bien ancrées des familles en matière d'alimentation demeurent un obstacle à surmonter (plus particulièrement quant à la consommation de légumes), le programme a réussi à intégrer des aliments moins familiers dans des repas plus familiers en faisant preuve de créativité. Il s'est aussi appuyé sur des stratégies et techniques de persuasion pour favoriser des changements de comportement.

Lors des prochaines étapes, les efforts porteront sur l'augmentation des légumes frais au menu. À l'heure actuelle, le programme utilise presque exclusivement des légumes congelés en raison de la faible disponibilité et du coût élevé des légumes frais.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

« Avec de la passion, tout devient possible ! ». En plus de ce slogan, l'aide-enseignante recommande aux communautés qui souhaitent mettre en œuvre un programme du même type d'identifier les ressources existantes, de les utiliser au maximum et de ne pas craindre d'établir des partenariats innovateurs.

ÉVALUATION ET IMPACTS

Bien que le programme n'ait pas été évalué officiellement, les intervenants sont pratiquement convaincus qu'il atteint ses objectifs, à en juger par les observations et commentaires formulés par les élèves, les parents et les autres membres de la communauté. Un impact important du programme est sans contredit la préparation et la consommation d'aliments sains par les enfants et le partage de leurs expériences avec leurs familles. Selon un parent qui est en même temps secrétaire à l'école, le meilleur critère de réussite réside dans le fait que les élèves préparent des repas à la maison pour leurs parents, leur démontrant ainsi ce qu'ils ont appris. L'intéressée a été épatée de constater que sa fille, qui est en 6e année, avait préparé du chili, des petits pains et une salade César (uniquement à partir d'ingrédients de base) pour le souper familial. Cette mère a aussi déclaré qu'elle était toujours incapable de préparer un tel repas après avoir suivi des cours de cuisine, d'où son grand étonnement face aux réalisations de sa fille. Finalement, il est important de souligner que le programme ne serait pas ce qu'il est aujourd'hui sans l'appui de l'administration scolaire.

PERSONNE-RESSOURCE

Gisela Larkin, Aide-enseignante
École Tantalus
C.P. 134
Carmacks (Yukon) Y0B 1C0
Téléphone : 867-863-5371
Courriel : gisela.larkin@yesnet.yk.ca

Territoires du Nord-Ouest : *Kids in the Kitchen*

ORGANISME RESPONSABLE
Food First Foundation

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Direction générale de la santé des Premières nations et des Inuits de Santé Canada, écoles des Territoires du Nord-Ouest

COLLECTIVITÉ
Collectivités à l'échelon des Territoires du Nord-Ouest

MILIEU
Scolaire

POPULATION D'INTÉRÊT
Enfants de 6 à 11 ans

ORIENTATION DU PROGRAMME
Saine alimentation, formation en nutrition et acquisition de compétences en préparation et manipulation sécuritaire des aliments

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Territorial

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en œuvre en cours

CONTEXTE

La mise en œuvre du programme *Kids in the Kitchen* dans les Territoires du Nord-Ouest est financée par la *Food First Foundation* dont le Conseil d'administration est formé de professionnels des domaines de la santé, de la nutrition et de l'éducation. *Kids in the Kitchen* s'inscrit dans l'optique de cet organisme qui milite en faveur de l'adoption de politiques de nutrition en milieu scolaire afin que les enfants d'âge scolaire puissent développer et améliorer leurs compétences culinaires pour préparer des aliments sains, sécuritaires et économiques.

Kids in the Kitchen est une stratégie visant à combler les lacunes éducatives en nutrition pour entraîner un changement durable des comportements alimentaires dans les Territoires du Nord-Ouest. Ce programme vise à prévenir certains troubles de santé, comme le diabète de type 2, l'obésité juvénile et la malnutrition chez les enfants d'âge scolaire.

Les activités offertes dans le cadre du programme *Kids in the Kitchen* permettent aux élèves de se renseigner sur le choix d'aliments nutritifs et de mettre en pratique leurs compétences culinaires. Ceux-ci ont aussi l'occasion de découvrir de nouveaux aliments sains, ce qui favorise la sécurité alimentaire dans les communautés où de tels aliments sont trop coûteux pour de nombreuses familles. Le programme s'appuie sur la philosophie qu'en intervenant auprès des jeunes élèves, on peut les aider à adopter très tôt de saines habitudes alimentaires qui persisteront à l'âge adulte. L'objectif à long terme du programme *Kids in the Kitchen* réside dans l'acquisition de compétences durables.

Les objectifs spécifiques du programme sont les suivants :

- Préparer des aliments nutritifs et économiques.
- Acquérir des compétences culinaires de base.
- Apprendre des techniques de manipulation sécuritaire des aliments.
- Acquérir de la confiance en soi en matière de cuisine.
- Reconnaître les avantages des aliments préparés à partir d'ingrédients de base sur le plan nutritionnel.
- Apprendre à travailler en équipe.

Kids in the Kitchen a été élaboré à partir de données tirées de programmes de promotion de la santé, d'éducation et de santé publique bien connus des administrateurs de la *Food First Foundation* et de programmes régionaux d'éducation en nutrition. Les employés et administrateurs de la *Food First Foundation* collaborent avec des enseignants et d'autres membres de la communauté scolaire. Ils s'assurent que ceux-ci possèdent les connaissances requises pour transmettre aux élèves des informations, des connaissances et des compétences en saine alimentation et en préparation des aliments.

Kids in the Kitchen a d'abord été conçu comme un programme de huit (8) semaines offrant un (1) atelier par semaine, pendant ou après l'école. Parmi la documentation fournie par la *Food First Foundation*, on retrouve les lignes directrices générales du programme, un manuel d'animation et des plans d'ateliers incluant les objectifs, les plans de leçon et des suggestions d'évaluation pour chaque thème. De six (6) à huit (8) élèves participent aux huit (8) ateliers prévus selon la grandeur de la cuisine de l'école et l'espace disponible dans les salles de classe.

Le budget accordé en 2009-2010 a permis d'offrir le programme dans dix (10) écoles (sept ayant déjà participé et trois nouvelles). Le financement obtenu sert à l'achat des aliments; il permet aussi de rémunérer l'animateur lorsqu'aucun bénévole n'est disponible. Bien que le financement puisse varier d'une année à l'autre, il doit toujours être utilisé aux mêmes fins. Le coût réel du programme dépend du mode de prestation adopté par l'école ou la communauté et des ressources disponibles en plus du financement de la *Food First Foundation*. Dans certains milieux, les frais de transport ou de poste entourant l'achat d'aliments sains non disponibles dans les très petites localités augmentent considérablement le coût du programme.

La mise en œuvre du programme s'est déroulée sans heurt jusqu'à maintenant. D'après la coordonnatrice et présidente du Conseil d'administration de la *Food First Foundation*, toutes les écoles ayant dispensé le programme ont évalué très positivement les informations transmises aux élèves, la capacité du programme de contrer la problématique de l'insécurité alimentaire chez les élèves participants et l'impact de celui-ci sur l'apprentissage pratique et l'apprentissage en général puisque les élèves sont bien nourris.

PARTENARIATS

Les principaux partenaires sont les écoles des TNO, en particulier les administrateurs scolaires et les personnes qui dispensent le programme en milieu scolaire. Ces partenaires ont tous été très positifs et enthousiastes quant à la mise en œuvre du programme jusqu'à maintenant. Dans un certain nombre de collectivités, les détaillants en alimentation ont aussi accordé des rabais aux écoles. Cette collaboration est très appréciée compte tenu du prix très élevé des aliments dans les TNO. Dans le but d'appuyer le programme et de favoriser sa mise en œuvre, la société aérienne *Canadian North* a accordé des laissez-passer aux employés et administrateurs de la *Food First Foundation* pour qu'ils puissent visiter les programmes offerts dans les communautés desservies.

Le programme est actuellement financé par Santé Canada dans le cadre de la Stratégie canadienne sur le diabète. Les TNO lui ont aussi accordé une subvention cette année dans le cadre de leur campagne *Drop the Pop*.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Il n'a pas été difficile d'obtenir du soutien pour la mise en œuvre du programme *Kids in the Kitchen* puisque les partenaires scolaires sont convaincus de la nécessité et des avantages d'un tel programme. D'après la présidente du Conseil d'administration de la *Food First Foundation*, « nous avons beaucoup de chance de pouvoir compter sur un soutien aussi empressé pour nos programmes, un tel appui sur le terrain étant la clé du succès du programme *Kids in the Kitchen* ».

LEÇONS

Les formateurs du programme sont des gens très occupés puisqu'ils assument souvent d'autres responsabilités en milieu scolaire. Bien que la recette ne soit pas infaillible, la *Food First Foundation* s'est rendu compte au cours des dernières années qu'en retenant temporairement une partie de la subvention, on encourage les gens à transmettre plus rapidement les résultats du formulaire d'évaluation, ce qui favorise la durabilité du programme. Selon la présidente du Conseil, il est parfois difficile de produire les derniers

documents du programme sans une récompense en vue. La prochaine étape visant à assurer la réussite du programme réside dans l'obtention d'un financement pluriannuel et l'élaboration d'un échéancier serré spécifiant les résultats attendus du début à la fin de l'année scolaire dans chacune des écoles.

En ce qui a trait à la mise en œuvre du programme, la coordonnatrice actuelle a pu constater que des communications régulières par téléphone (par opposition aux courriels) donnent de bons résultats parce qu'elles permettent d'établir et d'entretenir des relations de travail fructueuses et d'obtenir les résultats escomptés. Bien que des rencontres en personnes demeurent préférables, cela est impossible pour l'instant compte tenu de la réalité géographique des TNO et des fonds limités dont dispose le programme. La *Food First Foundation* a la chance d'être parrainée par la société aérienne *Canadian North* qui lui fournit des laissez-passer sur le territoire qu'elle dessert. Les visites sur les lieux où le programme est offert sont très importantes puisqu'elles permettent de manifester du soutien aux responsables de la mise en œuvre dans les écoles et aussi d'échanger des pratiques exemplaires et des trucs d'un programme à l'autre.

Bien que la *Food First Foundation* ait d'abord conçu un programme relativement flexible pour faciliter une réaction rapide au niveau des écoles et des communautés, elle a vite constaté qu'il faut guider davantage les gens et formuler des exigences claires quant aux aliments « approuvés » et « non approuvés ». Ainsi, les jus en cristaux ne sont pas approuvés, la consommation de lait est encouragée et les jus 100 % purs sont approuvés en quantité limitée.

Malgré la flexibilité souhaitée, la *Food First Foundation* voudrait consacrer plus de temps et d'argent à réunir et développer des ressources pour la mise en œuvre d'un programme de qualité ayant des retombées à plus long terme dans l'ensemble des Territoires du Nord-Ouest. Elle a l'intention, entre autres, de produire un manuel du programme pour les formateurs ainsi qu'une banque de recettes et du matériel à distribuer aux élèves participants, comme des recettes plastifiées et des listes d'épicerie à emporter à la maison. Certains programmes offerts en milieu scolaire mettent l'accent sur les aliments traditionnels ou du terroir; de solides partenariats communautaires leur permettent de se procurer et de préparer ces aliments.

Le programme *Kids in the Kitchen* continue à évoluer. Des améliorations lui sont apportées en fonction des commentaires reçus des écoles et des expériences vécues par la coordonnatrice du programme. Celle-ci aimerait associer les parents au programme l'an prochain pour que l'éducation en nutrition puisse atteindre les familles. Elle reconnaît la nécessité d'être plus proactif pour que les familles puissent prévenir certaines maladies, comme le diabète de type 2, le cancer du côlon ou autres, en adoptant de saines habitudes alimentaires.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

Parmi les conseils aux autres collectivités, mentionnons :

- Recruter des partenaires et des participants enthousiastes (c.-à-d. écoles, formateurs et élèves) pour favoriser le développement du programme.
- Être bien organisé sur le plan administratif pour être en mesure de recruter de nouveaux partenaires et d'obtenir des fonds additionnels.

- Ne pas « réinventer la roue » : communiquer avec la *Food First Foundation* pour demander des informations et commander les ressources de *Kids in the Kitchen*.

ÉVALUATION ET IMPACTS

Les écoles participantes recueillent chaque année des données globales de surveillance et des données sur la satisfaction de la clientèle auprès des élèves participants, des formateurs et des directeurs d'école ou de leurs représentants. Aussi bien les commentaires officieux que les évaluations formelles menées par les écoles révèlent une satisfaction élevée quant à l'acquisition de précieuses connaissances et compétences en nutrition et préparation des aliments dans un contexte convivial favorisant l'apprentissage. Les écoles apprécient que le programme favorise un accès direct à des aliments nutritifs pour contrer la problématique de l'insécurité alimentaire chez un grand nombre d'élèves participants. Plusieurs directeurs d'école ont affirmé que les élèves sont très fiers des aliments qu'ils préparent et qu'ils avouent se sentir mieux dans leur peau lorsqu'ils consomment des aliments plus sains. Les élèves ont aussi déclaré qu'ils avaient préparé les recettes apprises à l'école pour leur famille. Cette mise en pratique des compétences culinaires démontre bien l'efficacité du programme.

La réussite des activités dépend largement du soutien permanent de Santé Canada et de la participation enthousiaste des directeurs d'école et des écoles. La nouvelle coordonnatrice de la *Food First Foundation* déclarait ce qui suit : « Quelle merveille de constater que certaines écoles se sont approprié le programme et l'ont adapté aux besoins de leurs élèves. »

PERSONNE-RESSOURCE

Heather MacKenzie, Coordonnatrice
Food First Foundation
C.P. 973
Yellowknife (Territoires du Nord-Ouest) X1A 2N7
Téléphone : 867-446-3785
Courriel : foodfirst.coordinator@gmail.com

Nunavut :
Healthy Foods North

ORGANISME RESPONSABLE
Gouvernement du Nunavut avec la collaboration de Sangita Sharma (Université de Caroline du Nord) et de Joel Gittelsohn (Université Johns Hopkins)

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Conseils locaux, écoles, organismes communautaires, Initiative sur le diabète chez les Autochtones de Santé Canada, *Arctic Co-operatives Limited* et *Northwest Company*

COMMUNAUTÉS
Cambridge Bay et Taloyoak (Nunavut)
Gjoa Haven devrait servir de communauté témoin en 2010-2011

MILIEU
Détaillants en alimentation, écoles et établissements communautaires

POPULATION D'INTÉRÊT
Tous les membres des deux communautés participantes

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
Communautaire

STADE D'ÉLABORATION
Projet pilote presque terminé; le gouvernement du Nunavut attend les résultats de l'évaluation

CONTEXTE

En 2004, le gouvernement du Nunavut a annoncé une stratégie territoriale sur le diabète dotée d'un budget quinquennal qui s'inscrit dans le cadre de l'Initiative sur le diabète chez les Autochtones de Santé Canada. L'un des volets de cette stratégie résidait dans l'examen des pratiques prometteuses de promotion et de soutien de la saine alimentation dans les établissements de vente au détail comme moyen de réduire les facteurs de risque des maladies du cœur et du diabète. Les taux élevés de maladies chroniques observés dans le Nord sont largement attribuables à une évolution rapide de l'alimentation et du mode de vie dans l'Arctique, notamment à la diminution de l'activité physique due à la réduction des activités reliées à la chasse et à une dépendance accrue envers l'automobile, la motoneige et les véhicules tous-terrains. Par ailleurs, les aliments traditionnels sont de plus en plus remplacés par une gamme restreinte d'aliments transformés et prêts-à-servir ayant une faible valeur nutritive qui peuvent être préparés avec un minimum de compétences culinaires.

Avec le concours des chercheurs principaux Sangita Sharma et Joel Gittelsohn, le gouvernement du Nunavut a mis en place le programme *Healthy Foods North* (HFN) qui vise les objectifs suivants : promouvoir les aliments et activités traditionnels, améliorer les habitudes alimentaires, accroître l'activité physique et réduire le risque d'obésité et de maladies chroniques. Des consultations, des réunions publiques et des ateliers communautaires ont été organisés en vue de favoriser l'élaboration du programme. L'accent a surtout été mis sur les conseils locaux (administrations locales), les services de santé communautaire et les comités de santé.

Le projet pilote mis en œuvre auprès de groupes communautaires locaux visait les objectifs suivants :

- Améliorer l'alimentation en maintenant ou en accroissant le niveau de consommation des aliments traditionnels.
- Augmenter la consommation de fruits et de légumes.
- Diminuer la consommation d'aliments ayant une forte teneur en matières grasses et en sucre.
- Accroître l'activité physique reliée aux activités traditionnelles à l'aide de programmes communautaires.
- Fournir de la formation en nutrition facilement accessible à tous les membres de la communauté.

Le projet comporte les deux principaux types d'intervention suivants :

- **Interventions en magasin :** dégustations d'aliments sains, démonstrations culinaires, affiches, circulaires et installation d'étiquettes portant le logo *Healthy Foods North* sur les tablettes pour identifier les produits sains.
- **Interventions en milieu communautaire :** intégration des activités du projet dans les milieux de travail et les activités communautaires, notamment dans les programmes scolaires, les médias locaux, les cours de cuisine, les programmes de marche.

Il s'agit d'interventions fondées sur des données probantes qui s'inspirent largement de l'expérience des deux principaux chercheurs relativement au programme *Healthy Stores* qui a été adapté à chaque communauté à partir des commentaires de ses membres. Dans la mesure du possible, des résidants locaux sont embauchés pour dispenser le programme; la formation de ceux-ci représentait l'un des principaux volets du projet pilote au cours de la première année.

PARTENARIATS

Les principaux partenaires de *Healthy Foods North* sont notamment les conseils locaux, les organismes communautaires et les comités de santé. L'appui des conseils locaux est essentiel puisqu'ils administrent le financement local du programme et que celui-ci devrait idéalement leur être transféré en bout de ligne. Parmi les autres partenaires importants, on retrouve les sièges sociaux des chaînes d'alimentation et les épiceries locales en raison du rôle déterminant qu'ils jouent au niveau du choix des aliments offerts. On utilise des aliments sains dans le cadre de dégustations et de démonstrations culinaires dans le but de promouvoir leur consommation pour que les magasins puissent continuer à les offrir. Par ailleurs, des animateurs communautaires ont établi des relations avec les coordonnateurs des loisirs pour la mise en œuvre du volet « activité physique » du programme pilote en milieu communautaire. Des activités continues d'information et de sensibilisation ont permis au personnel du programme d'entrer en contact avec des programmes et organismes des deux communautés pilotes pour favoriser la mise en œuvre de tous les volets du programme dans une optique d'accessibilité généralisée.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Il n'a pas été difficile d'obtenir du soutien pour le programme dans les deux communautés qui participent actuellement au projet pilote. Celles-ci y ont adhéré avec enthousiasme suite à des réunions avec les conseils locaux, les comités de santé, les écoles et les autres groupes communautaires et l'organisation de vastes ateliers locaux à caractère participatif. Le programme *Healthy Foods North* a été bien accepté parce que les organisateurs sont restés à l'écoute des commentaires des deux communautés tout au long de la planification et de la mise en œuvre du programme.

Bien que les données recueillies après les interventions soient en train d'être analysées, des données non scientifiques laissent entendre que le programme a été couronné de succès dans les deux communautés pilotes. Divers groupes et organismes communautaires communiquent souvent avec les animateurs locaux pour demander des renseignements sur le programme.

LEÇONS

Les deux coordonnatrices/ intervenantes du programme local ont tiré plusieurs leçons importantes du projet pilote de 2008. Elles ont surtout appris à mieux communiquer et interagir avec la population, autant par la mise en œuvre des activités du programme que par la participation à des conférences (p. ex. l'*International Conference on Circumpolar Health* à Yellowknife et la *National Aboriginal Health Conference* à Ottawa). Le bouche à oreille et la participation à certaines conférences nationales ont largement contribué à la réussite du programme.

La deuxième leçon réside dans le fait qu'on peut toujours réussir, même s'il faut faire les choses autrement. La flexibilité et l'ouverture d'esprit ont permis de tirer pleinement profit des occasions d'acquérir des compétences, autant chez les coordonnatrices que chez les participantes des communautés.

Les dégustations, les démonstrations de recettes et les cours de cuisine visent à surmonter un obstacle important en matière d'acquisition des compétences culinaires, à savoir l'absence de telles compétences au sein de cette culture, plus particulièrement chez les plus jeunes, aussi bien en ce qui a trait aux aliments vendus dans le commerce qu'aux aliments traditionnels. Même chez les adultes et les aînés de la communauté, la faible disponibilité d'aliments traditionnels ou du terroir (qui pour la plupart se mangeaient crus) et l'offre d'aliments pratiquement inconnus ont entraîné la nécessité d'acquérir des connaissances et des compétences en alimentation. Le volet compétences culinaires du projet pilote est fondé sur le principe qu'en fournissant l'occasion aux gens d'essayer une recette ou un aliment nouveau, on les encourage à faire de même à la maison.

Les facteurs de réussite déterminants du projet pilote au cours de la première année sont la disponibilité d'intervenants locaux dûment formés pour dispenser le programme dans leurs communautés, un appui important et l'acceptation des volets du programme dans le milieu ainsi que la collaboration des magasins locaux. Ce dernier facteur s'est avéré essentiel à la réussite du volet saine alimentation.

Parmi les prochaines étapes du programme, notons l'amélioration de la formation en nutrition et en leadership des intervenants locaux, l'élargissement du programme à d'autres communautés du Nunavut et l'élaboration de nouveau matériel.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

Selon la coordonnatrice territoriale et les deux coordonnatrices/ intervenantes dans les communautés, *Healthy Foods North* est un programme bien documenté, fondé sur des données probantes, qui peut être adapté à de nombreuses communautés. Son orientation et son contenu ont été très appréciés par les deux (2) communautés pilotes. Les membres de ces communautés se sentent plus autonomes suite aux connaissances et compétences acquises au cours de la dernière année. On envisage une expansion du programme dans les communautés où il a été mis en œuvre et aussi ailleurs. Il importe toutefois de ne pas trop étirer les ressources pour éviter toute conséquence fâcheuse sur le programme.

ÉVALUATION ET IMPACTS

Le programme *Healthy Foods North* est en train d'être évalué. Des données ont été recueillies dans les deux (2) communautés pilotes et dans une (1) communauté témoin au terme de la première année d'activité, soit à l'automne 2009. Divers instruments d'évaluation validés ont été utilisés pour recueillir des données sur les apports alimentaires (questionnaire sur la fréquence de consommation des aliments), le niveau d'activité physique, la connaissance des activités offertes et la participation à celles-ci ainsi que la connaissance de certains comportements reliés à la santé et l'efficacité auto-perçue à cet égard. Ces données seront transmises aux communautés locales, au gouvernement et à d'autres parties intéressées après avoir été analysées pour assurer la poursuite et l'expansion du programme et orienter l'élaboration de politiques et de stratégies.

En plus d'observer une demande constante pour les services offerts par le programme dans les deux communautés, les deux coordonnatrices/intervenantes ont entendu des commentaires très positifs sur le programme *Healthy Foods North* « dans la rue ». Par ailleurs, le personnel du centre de santé local d'une des deux communautés participantes a déclaré qu'il avait constaté une sensibilisation accrue aux problématiques de nutrition et de santé chez les membres de la communauté.

PERSONNES-RESSOURCES

Jennifer Wakegijig, Nutritionniste territoriale en santé publique
C.P. 1000, succursale 1000
Iqaluit (Nunavut)
Téléphone : 867-975-5726
Courriel : JWakegijig@gov.nu.ca

Renata Rosol
Village de Taloyoak
C.P. 8
Taloyoak (Nunavut) X0B 1B0
Téléphone : 867-561-6341
Courriel : renata.rosol@gmail.com

RESSOURCES

Healthy Stores :
www.healthystores.org

Royaume-Uni : *What's Cooking?*

ORGANISME RESPONSABLE
Food Standards Agency

PRINCIPAUX PARTENAIRES
ContinYou (organisme de bienfaisance en éducation), administrations locales et régionales, écoles, restaurants, collèges de services de traiteurs, supermarchés et épiceries locaux

MILIEU
Scolaire et communautaire dans les régions du Nord-Est et des East Midlands de Angleterre et de l'Écosse

POPULATION D'INTÉRÊT
Enfants et adolescents (de 11 à 14 ans)

ORIENTATION DU PROGRAMME
Apprendre aux enfants et adolescents à choisir, préparer et consommer des aliments sains et sécuritaires en leur offrant des ateliers pratiques de cuisine

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
National

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en œuvre en cours

CONTEXTE

What's Cooking? est un programme de clubs de cuisine scolaires et communautaires mis en place au Royaume-Uni par la *Food Standards Agency* (FSA). Ce programme vise l'acquisition des connaissances et compétences nécessaires au choix, à la préparation et à la consommation d'aliments sains et sécuritaires chez les enfants de 11 à 14 ans.

La FSA voulait ainsi aider les enfants de 11 à 14 ans à acquérir certaines compétences en alimentation (compétences de vie) qu'elle avait préalablement définies à l'intention des enfants de 14 à 16 ans dans ses normes de 2003. Ces compétences, appelées « *Getting to Grips with Grub* », avaient été définies avant l'adoption du cadre actuel de compétences en alimentation de la FSA (*Food Competency Framework*). Ce cadre résulte d'un consensus sur les connaissances et compétences que les jeunes devraient absolument acquérir, comprendre et pouvoir mettre en pratique entre 7 et 9 ans, 11 et 12 ans, 14 et 16 ans ou plus tard. Il renferme les compétences de base devant être acquises progressivement par les jeunes pour permettre aux écoles et aux organismes communautaires de s'assurer que les jeunes acquièrent un ensemble uniforme de connaissances et de compétences en alimentation.

Le programme *What's Cooking?* vise l'acquisition de compétences en alimentation. Les activités de base s'inscrivent dans quatre (4) domaines de compétences, à savoir l'alimentation et la santé, la salubrité alimentaire, la cuisine (préparation et manipulation des aliments) et la sensibilisation des consommateurs. Les coordonnateurs des clubs de cuisine *What's Cooking?* sont chargés de la mise en œuvre du programme à l'échelon local. Ils choisissent les activités à entreprendre en collaboration avec des partenaires locaux et les enfants eux-mêmes. Le guide *What's Cooking?* renferme les informations dont les clubs ont besoin pour la mise en œuvre du programme. La FSA et l'organisme *ContinYou* appuient ces clubs en leur offrant des services de formation et d'autres ressources.

Les objectifs de ces clubs consistent à offrir des occasions pratiques de travailler avec des aliments, de façon à ce que les jeunes puissent :

- Reconnaître l'importance de s'alimenter sainement.
- Acquérir les compétences culinaires nécessaires à la préparation d'aliments sains.
- Faire des choix plus éclairés en matière d'alimentation.
- Respecter les principes d'hygiène et de salubrité alimentaire.

PARTENARIATS

Le programme *What's Cooking?* est financé par la FSA. L'Agence a confié l'élaboration et la mise en œuvre du programme à un organisme de bienfaisance en éducation appelé *ContinYou*; elle lui a aussi demandé d'élaborer un guide de mise en œuvre des clubs de cuisine. Les écoles et les administrations locales et régionales qui ont accepté de mettre en place des clubs *What's Cooking?* ont recruté leurs propres partenaires à l'échelon local, notamment des restaurants, des écoles de services de traiteurs, des supermarchés et des épiceries.

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

La FSA et *ContinYou* ont collaboré à l'échelon local et régional dans les régions du Nord-Est et des East Midlands de l'Angleterre pour publiciser les clubs de cuisine et encourager des organismes publics et des organisations non gouvernementales à y participer. Des clubs de cuisine ont ainsi été mis en œuvre dans environ 150 milieux scolaires et communautaires de ces deux régions de l'Angleterre ainsi qu'en Écosse. L'aide fournie par les instances locales a permis d'offrir le soutien nécessaire aux clubs et d'organiser des rencontres ou d'autres activités permettant à plusieurs clubs de mettre leurs expériences et idées en commun.

La FSA a profité de ses relations au sein de divers gouvernements pour s'assurer que les partenaires gouvernementaux puissent s'appuyer sur l'expérience de *What's Cooking?* pour mettre en œuvre des programmes du même type.

LEÇONS

La réussite de *What's Cooking?* résulte de la flexibilité du programme. Celui-ci permet en effet aux coordonnateurs de choisir leurs propres thèmes et d'adapter le programme en fonction des participants et des milieux. La collaboration de bénévoles enthousiastes, un appui solide de la part des administrateurs scolaires et des autorités locales, la disponibilité de lieux et de matériel adéquats pour les cours de formation et l'obtention d'un financement permanent ont favorisé la durabilité des clubs. Étant donné qu'ils offrent des activités pratiques interactives et la possibilité de déguster toutes sortes d'aliments, les clubs *What's Cooking?* demeurent très populaires auprès des participants.

Au nombre des obstacles à surmonter, notons le transport des participants (un certain nombre d'enfants n'ont pas de moyen de transport pour revenir à la maison après les ateliers), la participation des parents et des familles (les parents ne peuvent pas toujours s'absenter du travail ou refusent tout simplement de participer) et la capacité d'offrir des activités amusantes et intéressantes sur une base continue.

Voici quelques retombées du programme *What's Cooking?* :

- La FSA a collaboré avec divers paliers de gouvernement pour s'assurer que les leçons de *What's Cooking?* puissent orienter l'élaboration d'autres programmes de cuisine, comme *Let's Get Cooking* du *School Food Trust*.
- Pour profiter des retombées de *What's Cooking?* dans la région du Nord-Est de l'Angleterre, *ContinYou* a mis en place *What's Cooking Kids?* à l'intention des enfants de 8 à 11 ans.
- La FSA a élaboré un programme de cuisine dispensé dans les stades de soccer, intitulé *What's Cooking? Kick and Cook*, en collaboration avec la *Tottenham Hotspur Foundation*.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

Les clubs de cuisine doivent conserver une certaine flexibilité pour que :

- Les coordonnateurs puissent adapter les clubs en fonction de leurs propres buts et objectifs.
- Différents thèmes puissent être adoptés.
- Différentes clientèles puissent être ciblées.
- Diverses méthodes puissent être utilisées lors de la mise en œuvre.

Il est également utile d'établir des réseaux d'entraide et des groupes de concertation permettant aux coordonnateurs de se réunir régulièrement pour discuter de leurs problèmes, réussites, suggestions et du soutien communautaire dont ils disposent.

ÉVALUATION ET IMPACTS

Une évaluation officielle de *What's Cooking?*, achevée en 2008, a révélé un certain nombre de résultats positifs. La majorité des participants étaient d'avis que les clubs étaient très amusants; au moins 85 % d'entre eux ont affirmé qu'ils avaient appris quelque chose de nouveau (p. ex. cuisiner, préparer des aliments en toute sécurité). Les participants ont aussi démontré une meilleure compréhension des avantages d'une saine alimentation; ils ont manifesté leur volonté de manger plus sainement, d'essayer toutes sortes d'aliments et de participer davantage à la préparation des repas à la maison. Un certain nombre de retombées positives sur le plan personnel et social ont aussi été attribuées à la participation aux clubs, comme une meilleure capacité de communiquer et de travailler en équipe.

L'évaluation a également révélé que les participants au programme avaient organisé de nouveaux clubs ou activités culinaires. Dans presque un cas sur cinq, les clubs *What's Cooking?* avaient servi de point de départ à la création d'un club de cuisine permanent.

On peut consulter le rapport d'évaluation intégral en ligne à l'adresse mentionnée ci-dessous.

PERSONNE-RESSOURCE

Jamie Blackshaw, Agente scientifique principale
Food Standards Agency (Royaume-Uni)
Aviation House, 125, Kingsway
Londres, Angleterre
WC2B 6NH
Téléphone : +44 207 276 8935
Courriel : Jamie.Blackshaw@foodstandards.gsi.gov.uk

RESSOURCES

Food Competency Framework :
www.food.gov.uk/healthiereating/nutritionschools/competencies/

Guide *What's Cooking? :*
www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/publication/whatscookingguideengland.pdf

Rapport d'évaluation du programme *What's Cooking? :*
www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/publication/whatscookingeval.pdf

Australie :
Stephanie Alexander Kitchen Garden

ORGANISME RESPONSABLE
Stephanie Alexander Kitchen Garden Foundation

PRINCIPAUX PARTENAIRES
Department of Health and Ageing (gouvernement australien), *Go For Your Life* (gouvernement de l'État de Victoria), milieu scolaire et nombreux autres partenaires

MILIEU
Écoles primaires de l'Australie

POPULATION D'INTÉRÊT
Élèves de la 3e à la 6e année (de 8 à 12 ans)

ORIENTATION DU PROGRAMME
Enseignement fondé sur le plaisir d'apprendre chez les jeunes enfants : culture, récolte, préparation et distribution de fruits et légumes saisonniers frais

PALIER DE MISE EN ŒUVRE
National

STADE D'ÉLABORATION
Terminé; mise en œuvre en cours

CONTEXTE

Le programme *Stephanie Alexander Kitchen Garden* (SAKG) a été créé en 2001 dans une école du centre-ville de Melbourne, en Australie. Il a été conçu par Stephanie Alexander, une chef, restauratrice et auteure de livres sur l'alimentation qui se préoccupait de l'apprentissage des enfants en matière d'alimentation. Elle était convaincue qu'en offrant le plus tôt possible aux enfants des occasions d'acquérir des connaissances en alimentation, soit en leur donnant l'exemple ou en leur permettant de vivre des expériences positives, on les aide à faire de meilleurs choix alimentaires tout au long de la vie. Le programme SAKG est actuellement offert dans 138 écoles australiennes; 13 800 enfants y participent chaque semaine. Plus de 250 écoles offriront ce programme d'ici 2012.

Le SAKG vise à permettre un apprentissage de l'alimentation fondé sur le plaisir chez les jeunes enfants. En vivant l'expérience du *Kitchen Garden*, les jeunes enfants découvrent qu'on peut facilement de ressentir de la joie et du bien-être en cultivant, en récoltant, en préparant et en partageant des fruits et des légumes saisonniers frais.

Dans le cadre du programme SAKG, les enfants de la 3e à la 6e année (âgés de 8 à 12 ans) passent au moins 40 minutes par semaine dans un vaste jardin aménagé sur le terrain de l'école qui respecte les principes de la culture maraichère biologique. Ils reçoivent aussi un cours de cuisine d'une heure et demie par semaine pendant lequel ils préparent et partagent divers plats créés avec les fruits et légumes récoltés. Le projet embauche deux spécialistes à temps partiel, soit un expert en culture maraichère et un spécialiste en cuisine. Ceux-ci sont chargés de dispenser les ateliers de formation avec l'appui d'enseignants et de bénévoles.

Le programme *Kitchen Garden* se distingue par deux caractéristiques. La première réside dans la relation intrinsèque entre le jardin, la cuisine et la table. L'accent est mis à la fois sur l'apprentissage de l'alimentation et la consommation des aliments. Toutes les parties du programme sont étroitement reliées et interdépendantes. La seconde réside dans le fait que le programme fait partie intégrante du programme scolaire. Il s'agit d'une matière obligatoire pendant quatre (4) années du parcours scolaire de l'enfant.

PARTENARIATS

La volonté manifestée par un établissement scolaire de mettre en œuvre une « cuisine jardin » et de participer au programme est l'une des premières étapes essentielles du processus. La *Stephanie Alexander Kitchen Garden Foundation* fournit la vision, les outils, les ressources et un soutien permanent au programme. Le gouvernement de l'état de Victoria a financé le démarrage de 40 nouveaux projets dans les écoles en 2005. Le gouvernement australien s'est engagé à subventionner l'infrastructure des projets dans 190 autres écoles primaires d'ici 2012. De nombreux autres partenaires ont offert un soutien financier.

Suite à la création du jardin et de la cuisine, il faut pouvoir compter sur un appui permanent de la part de la communauté. Compte tenu que le jardin fournit la plupart des aliments utilisés dans la cuisine, les fonds doivent couvrir les frais récurrents suivants : embauche de spécialistes à temps partiel, achat de fruits et de légumes additionnels et d'ingrédients secs, entretien des installations de cuisine, nettoyage, services publics, fournitures de jardinage (p. ex. semences, plants et matériel de rechange) et entretien du potager. Le programme peut compter sur de généreux dons en nature de la

part de la collectivité. Il coûte en moyenne 11 $ par enfant par semaine lorsque 100 élèves y participent (40 semaines par année).

ENCOURAGEMENT À LA PARTICIPATION

Lors du lancement de *Kitchen Garden*, on s'est appuyé sur l'image de marque de Stephanie Alexander pour attirer l'attention des médias, obtenir du soutien et établir la communication avec les décideurs gouvernementaux. Le financement du programme a été obtenu en faisant du lobbysme auprès du gouvernement, notamment en invitant des décideurs et des politiciens dans les écoles pour qu'ils puissent constater par eux-mêmes la réussite du programme.

La Fondation SAKG utilise des données d'évaluations indépendantes pour obtenir des appuis. Elle publicise les résultats positifs pour favoriser l'engagement des décideurs et apporter des changements permanents à certaines politiques, de façon à assurer le financement permanent du programme.

LEÇONS

La mobilisation de l'ensemble du milieu scolaire (parents, élèves et membres de la collectivité) est essentielle à la réussite du programme SAKG. Les possibilités de participation sont diversifiées : demande de subvention initiale, gestion de projet, planification, construction, corvée, participation bénévole dans la cuisine ou le potager. La réussite du programme dépend souvent de la capacité de la direction de l'école de stimuler l'intérêt du milieu pour obtenir son appui quant à la mise en œuvre du programme.

Le premier défi consiste à identifier un milieu scolaire désireux de tenter de nouvelles expériences où le directeur ou la directrice ont l'ouverture d'esprit nécessaire. Il est parfois difficile de trouver le financement nécessaire à l'embauche du personnel, à l'aménagement de la cuisine et à la construction du potager sur le terrain de l'école. Le plus grand défi consiste cependant à assurer la permanence du programme dans les écoles après la fin du financement initial.

À mesure que le SAKG poursuit sa remarquable croissance en intégrant un plus grand nombre d'écoles, il faudra convaincre le gouvernement de modifier ses politiques de financement des établissements scolaires pour permettre l'embauche de personnel dans le cadre de programmes de prévention du même type en matière de santé.

CONSEILS AUX AUTRES COLLECTIVITÉS

Selon Ange Barry, directrice générale de la Fondation, le leadership, l'engagement, le travail acharné, le financement, la passion, la motivation et l'inspiration sont les principaux instruments de réussite du projet. Il faut se lancer dans l'aventure et s'entourer de gens ayant la même vision pour que le projet devienne réalité.

ÉVALUATION ET IMPACTS

Une évaluation formelle du programme *Stephanie Alexander Kitchen Garden* a été réalisée en 2010. Le rapport final d'évaluation est offert en ligne (voir ci-dessous).

Les principaux résultats de l'évaluation font ressortir clairement les avantages du programme :

- Les enfants acceptent plus facilement d'essayer de nouveaux aliments.
- Les enfants améliorent leurs connaissances et compétences ainsi que leur confiance en soi en cuisine et en jardinage.
- Les résultats positifs du programme se répercutent sur le milieu familial.

PERSONNE-RESSOURCE

Ange Barry, Chef de la direction
Stephanie Alexander Kitchen Garden Foundation
Niveau 1, 165, Victoria Parade
Collingwood (Victoria)
3066
Australie
Téléphone : 61-3-8415 1993
Courriel : ange@kitchengardenfoundation.org.au

RESSOURCES

Stephanie Alexander Kitchen Garden Foundation :
http://www.kitchengardenfoundation.org.au/

Livres et autre documentation du programme :
secure.kitchengardenfoundation.org.au/shop-and-donations.shtml

Rapport d'évaluation (2010) sur le programme :
http://www.kitchengardenfoundation.org.au/about-the-program/proving-it-works

CONCLUSION

Les études de cas présentées dans ce rapport démontrent une compréhension commune de la nécessité de favoriser l'acquisition ou l'amélioration des connaissances en nutrition et des compétences culinaires chez de nombreuses populations du Canada; elles démontrent aussi un engagement à cet égard.

Dans de nombreux cas, l'élaboration des programmes s'appuie sur des observations à l'effet que les choix alimentaires des enfants d'âge scolaire, ou ceux qui sont faits à leur intention, ne favorisent pas une santé nutritionnelle et globale optimales. Dans le même ordre d'idées, ces programmes ont été conçus pour répondre à la nécessité d'offrir aux gens des occasions d'acquérir des compétences culinaires ou d'améliorer celles-ci pour favoriser le choix d'aliments sains en insistant sur le plaisir de manger. Les programmes décrits dans le présent rapport s'appuient sur l'expérience et les connaissances acquises par les organismes responsables et leurs partenaires. Ces programmes offrent des activités d'apprentissage pratique visant l'acquisition de compétences dans un environnement agréable et rassurant.

Bien qu'un faible nombre de programmes inclus dans la présente analyse environnementale aient été formellement évalués, tous ces programmes rapportent une réussite en s'appuyant surtout sur des commentaires informels et ponctuels formulés par des participants, des parents ou familles, l'ensemble de la communauté ou des partenaires. Les principaux éléments qui témoignent de cette réussite sont l'amélioration des connaissances en nutrition et en salubrité des aliments, l'intégration d'aliments plus sains

dans les habitudes alimentaires, la préparation en milieu familial des recettes utilisées dans les divers programmes, l'amélioration de la confiance en soi et de la fierté en matière de compétences culinaires ainsi qu'une meilleure acceptation et un meilleur soutien des programmes par des organismes ou agences communautaires.

Les buts et objectifs visés par les programmes illustrent les résultats qu'on peut espérer en termes de changement de comportements suite à la participation aux activités. Ces programmes visent principalement l'acquisition de connaissances et de compétences ainsi que le choix d'aliments plus sains et l'adoption de saines habitudes alimentaires. Les principaux informateurs reconnaissent toutefois volontiers que certains déterminants sociétaux plus vastes continuent à influencer la santé nutritionnelle et la santé globale. Les treize (13) études de cas provenant du Canada et les deux (2) études de cas provenant de l'étranger présentées dans ce rapport confirment l'existence de nombreux programmes innovateurs de formation en alimentation et en préparation des aliments un peu partout au Canada. Ces programmes reçoivent des appuis de tous les secteurs, à savoir d'organismes privés, bénévoles ou sans but lucratif, de tous les paliers de gouvernement et de nombreuses autres sources.

Les principales personnes-ressources interviewées aux fins du présent rapport nous ont fourni un aperçu inestimable de leurs expériences en tant qu'intervenants de première ligne. Les renseignements ainsi obtenus peuvent orienter la planification, la mise en œuvre et l'évaluation de politiques et programmes futurs. Les thèmes communs qui se dégagent dans les principaux domaines retenus, à savoir encouragement à la participation, leçons apprises et conseils fournis aux autres collectivités, témoignent du fait que les programmes vivent certaines expériences communes favorisant l'établissement de relations entre les programmes existants ou nouveaux, aussi bien à l'heure actuelle qu'à l'avenir.

Le présent rapport se veut un guide à l'intention des personnes et organismes désireux de concevoir, d'adapter et de mettre en œuvre des programmes visant à améliorer les compétences culinaires dans leur région administrative. Il faudra déployer des efforts concertés pour évaluer l'impact à court et long terme des programmes en place dans le but de favoriser leur réussite et leur durabilité. La nécessité se fait aussi sentir d'apprendre par la pratique et de renforcer l'ensemble actuel de données probantes pour mieux orienter les décisions entourant les futurs programmes et politiques.

ANNEXE A :
AUTRES ÉTUDES DE CAS

Le présent rapport renferme une description de treize (13) études de cas provenant du Canada et de deux (2) études de cas provenant de l'étranger; il s'agit de programmes prometteurs ou réussis visant à améliorer les compétences culinaires chez les enfants et les familles. Ces études de cas ont été sélectionnées en fonction de certains critères mentionnés dans ce rapport. Bien qu'une seule étude de cas ait été retenue par province ou territoire, nous avons identifié de nombreuses autres études de cas répondant aux critères de sélection. Cette annexe présente un bref aperçu des projets retenus.

ADVENTURES IN COOKING FOR KIDS 8 TO 12 (THUNDER BAY, ONTARIO)

Le manuel du programme *Adventures in Cooking* est destiné aux animateurs travaillant auprès d'enfants de 8 à 12 ans. Il s'agit d'un programme complet de cinq (5) leçons permettant d'enseigner les compétences culinaires de base pour la préparation d'aliments et de repas santé et de renforcer l'importance de la saine alimentation. Ce programme vise à améliorer la santé des enfants et à leur offrir l'occasion d'acquérir des compétences culinaires de base qui leur serviront pendant toute la vie, en toute sécurité, dans un environnement amusant. On observe un plus faible risque à long terme de diabète et de maladies du cœur chez les enfants qui ont confiance en leurs talents culinaires et qui peuvent préparer des repas et collations nutritifs. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site http://www.tbdhu.com/HealthyLiving/HealthyEating/AdventuresinCooking.htm.

BOOKMATES ALPHABET SOUP (WINNIPEG, MANITOBA)

Alphabet Soup est un programme de nutrition et d'alphabétisation de six (6) semaines dispensé dans des centres parents-enfants (dans les villes, les communautés rurales et les réserves des Premières nations de diverses régions du pays) et dans les lieux communautaires où les parents et les enfants se rassemblent. Ce programme permet d'enseigner les principes d'une saine alimentation aux enfants d'âge préscolaire (de deux à cinq ans) et à leurs parents en leur donnant le goût de la lecture, de la rime et du chant. Les parents et les enfants participent chaque semaine à des ateliers interactifs consacrés à divers thèmes entourant l'alimentation. Ils lisent ensemble des livres traitant de ces thèmes, ils préparent des collations pour découvrir de nouveaux aliments, puis ils les mangent ensemble. Après la collation, les parents discutent de nouvelles méthodes pouvant améliorer les compétences de leurs enfants autant en nutrition qu'en alphabétisation. Les enfants prennent part à des activités prévues à leur intention qui leur permettent de se renseigner sur l'alimentation et l'alphabétisation, comme des jeux de société, de l'artisanat et des jeux individuels. L'attrait du programme réside dans le fait qu'il met l'accent sur l'alimentation et le plaisir de manger dans le but de développer des attitudes positives envers les aliments dès le plus jeune âge. La réussite du programme a entraîné la création d'*Alphabet Soup in Motion*, un programme axé sur le jeu, l'alphabétisation et la prise de repas en famille. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site www.bookmates.ca.

COME COOK WITH US (PETERBOROUGH, ONTARIO)

Come Cook With Us est une série de cours de cuisine de six (6) semaines à l'intention des personnes à faible revenu. Les participants ont l'occasion d'acquérir des compétences de base en cuisine et de discuter de nutrition et de salubrité alimentaire. On leur offre du soutien sous forme de services de garde d'enfants ou de transport ainsi que des bons-cadeaux échangeables dans une épicerie. Il s'agir d'une initiative du *Food Security Community Partnership Project* (FSCPP) qui vise à faciliter l'accès à des aliments plus sains en établissant des partenariats et en offrant des programmes innovateurs. Cet organisme établit des relations avec les membres et les autres organismes de la collectivité pour mettre en place un ensemble coordonné et innovateur de programmes de sécurité alimentaire qui garantissent à tous les membres de la collectivité l'accès à des aliments nutritifs et culturellement acceptables, à prix abordable. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site www.pcchu.ca/NP/NP-images/food-microsite/need-food-planning-come-cook-with-us.html.

COOK IT UP! A COMMUNITY-BASED COOKING PROGRAM FOR AT-RISK YOUTH (LONDON, ONTARIO)

Cook It Up! est un programme de promotion de la santé par la formation et l'acquisition de compétences destiné à des groupes de jeunes à risque (de 13 à 18 ans). Il offre des activités entourant la nutrition, la salubrité alimentaire et l'acquisition de compétences culinaires. Il organise aussi des visites de diverses exploitations agricoles locales. Ce programme s'appuie sur les connaissances et données probantes entourant les dangers pour la santé, les conditions de vie des jeunes à risque et les déterminants des choix alimentaires chez les adolescents. Il vise à développer les aptitudes nécessaires à une vie responsable et autonome (p. ex. compétences entourant le choix, l'achat, la préparation et la conservation des aliments, la prise de décision, la communication et la vie en société). Cela améliore en même temps l'assurance, l'estime de soi et le sentiment d'efficacité chez les intéressés. On peut se procurer les résultats d'une évaluation formative de ce programme. *Cook It Up!* reçoit de généreuses subventions de l'organisme *Ontario Agri Food Education Inc*. et de divers partenaires communautaires. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site www.lcrc.on.ca/cook_it_up.html.

COOKING FUN FOR FAMILIES (VANCOUVER, COLOMBIE-BRITANNIQUE)

Cooking Fun for Families (CFFF) est un programme bien établi d'apprentissage pratique de la cuisine qui fait le pont entre le milieu communautaire et le monde scolaire. Il s'adresse aux enfants d'âge scolaire à risque et à leur famille; il les aide à réagir quotidiennement à diverses problématiques en matière d'alimentation, comme la qualité, la disponibilité et l'accessibilité. Il complémente les programmes de déjeuners et dîners en milieu scolaire en faisant participer les parents à des activités et à des discussions sur la relation entre la nutrition et la santé. Le CFFF est approuvé et recommandé depuis 1999 par l'*Inner City School Advisory Committee* du conseil scolaire de Vancouver en tant que programme de base chez les familles à risque. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site www.communitykitchens.ca/main/?CFFF.

LITTLE CHEFS PROGRAM DU CENTRE DE SANTÉ COMMUNAUTAIRE DE GUELPH (GUELPH, ONTARIO)

Little Chefs est un programme de cuisine et d'activité physique destiné aux enfants de trois à six ans ainsi qu'à leurs parents ou gardiens. Il s'adresse aux familles confrontées à certains obstacles en matière de santé et de bien-être, c'est-à-dire à celles qui ont un moindre accès aux ressources qui favorisent la saine alimentation et l'activité physique. *Little Chefs* est un programme d'apprentissage pratique qui permet aux parents et aux enfants d'apprendre à préparer de nouvelles recettes santé à la fois économiques et faciles à réaliser, même pour un enfant. Les participants s'amusent en faisant de l'activité physique et des jeux. Ce programme vise à promouvoir les avantages de la saine alimentation et de l'activité physique par le jeu et le plaisir. Il encourage les familles à adopter ensemble un mode de vie sain, à se réunir en toute sécurité avec d'autres familles et à expérimenter de nouvelles techniques. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site www.guelphchc.ca/page.cfm?id=822.

KIDS IN THE COMMUNITY KITCHEN (SIMCOE, ONTARIO)

Kids in the Community Kitchen (KICK) est un programme familial récréatif gratuit qui permet de renseigner les enfants sur la préparation des aliments, les compétences culinaires, la planification des repas, le Guide alimentaire canadien et l'activité physique. Chaque atelier comporte une dégustation, des jeux et des activités entourant l'alimentation, la nutrition et la vie active. Le programme est animé par une diététiste professionnelle, en collaboration avec de jeunes bénévoles locaux. Il est subventionné par la *Baxter International Foundation*. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site www.contactsouthsimcoe.ca/kick-program.php.

KIDS IN THE KITCHEN (SOURIS, ÎLE-DU-PRINCE-ÉDOUARD)

Le *Main Street Family Resource Centre* de la *Eastern Kings Community Coalition*, à Souris (ÎPÉ), offre le programme *Kids in the Kitchen* une (1) fois par année pendant dix (10) semaines. Il s'agit d'un programme d'apprentissage pratique de la cuisine qui s'adresse aux enfants. Les participants exécutent les recettes présentées dans le manuel du programme ou des recettes adaptées en fonction de leur âge. Les enfants font la grande partie du travail dans la cuisine : ils cassent les œufs, mesurent et mélangent les ingrédients, découpent des morceaux tendres et transvident les aliments. Les participants ont formulé des commentaires positifs à l'égard du programme. Les enfants reçoivent des tabliers à leur taille et des livres de cuisine à leur nom. On peut obtenir plus de renseignements à l'adresse suivante : mainfrc@pei.aibn.com.

LITTLE CHEFS (ÉCOLE PRIMAIRE DE LA COMMUNAUTÉ FORT QU'APPELLE, SASKATCHEWAN)

Le programme *Little Chefs* a été mis en œuvre pour répondre à la nécessité d'un programme de formation en nutrition plus complet chez les élèves de l'école primaire communautaire de Fort Qu'Appelle. À cette époque, la collation et le dîner étaient servis aux élèves; les responsables ont vite réalisé qu'ils voulaient offrir plus qu'un simple programme de distribution d'aliments. Il fallait donc trouver une façon d'offrir une formation en nutrition aux élèves tenant compte non seulement de la santé, mais aussi de la préparation des aliments, du budget alimentaire et du choix de menus réalistes pour les élèves et leur familles. *Little Chefs* est dispensé pendant l'horaire scolaire avec l'aide d'un enseignant, d'un coordonnateur en nutrition et de diverses personnes-ressources, comme un expert en diabète, un nutritionniste communautaire et un professionnel de la santé publique. Chaque atelier comporte une partie théorique ainsi que des activités de préparation des aliments, de planification des menus et d'achat des aliments à l'épicerie. Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec Tami Janz-Sargees au 306-332-4343 ou avec Cheryl Lowe au 306-332-5566.

EARLY YEARS INITIATIVE, ONTARIO PORK (ONTARIO)

Depuis 2008, Ontario Pork organise des activités visant l'acquisition de compétences culinaires chez les parents et les gardiens d'enfants de 0 à 6 ans, en collaboration avec les centres de la petite enfance du Sud de l'Ontario. Une spécialiste en diététique et en économie domestique d'Ontario Pork anime un programme de démonstrations culinaires offrant des conseils en salubrité alimentaire. Les participants apprennent à préparer des repas rapides, économiques et nutritifs qui plaisent aux enfants. Pour obtenir des recettes ou des renseignements sur la nutrition, veuillez consulter le site www.putporkonyourfork.com. Pour plus de renseignements sur le programme des centres de la petite enfance d'Ontario Pork, veuillez communiquer avec Mary Jane Quinn, à l'adresse suivante : maryjane.quinn@ontariopork.on.ca.

POT, PAN AND WOODEN SPOON (PLACENTIA, TERRE-NEUVE)

Pot, Pan and Wooden Spoon est un programme de formation culinaire de six semaines qui s'adresse aux enfants de 0 à 6 ans et à leurs parents ou gardiens. Il est dispensé au *Stepping Stone Family Resource Center* à Placentia, Terre-Neuve-et-Labrador. Ce programme permet aux parents et aux enfants de participer ensemble à des expériences culinaires pour développer leur autonomie. Il favorise les interactions et la collaboration dans une optique de découverte et d'exploration. Il offre aussi des occasions de cuisiner et de préparer des collations nutritives. Les participants sont initiés au Guide alimentaire canadien et au concept de saine alimentation qui consiste à consommer une variété d'aliments favorisant une croissance et un développement harmonieux. On peut formuler une demande de renseignements à l'adresse suivante : serenapomeroy@nf.aibn.com ou en composant le 709-227-1010.

PROJECT CHEF : COOK HEALTHY EDIBLE FOOD (VANCOUVER, COLOMBIE-BRITANNIQUE)

Project CHEF est un programme scolaire d'apprentissage pratique qui s'adresse aux enfants de 4e et 5e année. Il leur permet de découvrir les aliments sains, leur provenance, leur goût et leur mode de préparation et aussi de les déguster ensemble autour de la table. Les enfants vivent une véritable immersion en cuisine, à partir de la préparation des aliments jusqu'au nettoyage. Ils découvrent de nouveaux aliments ainsi que le plaisir de manger et la satisfaction de préparer soi-même des repas. Ils peuvent mettre leurs nouvelles connaissances et compétences en pratique en préparant des aliments sains à la maison. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site www.projectchef.ca/.

SLOW COOKER PROGRAM (SOURIS, ÎLE-DU-PRINCE-ÉDOUARD)

Le *Slow Cooker Program*, offert par le *Main Street Family Resource Centre*, à Souris (ÎPÉ), était à l'origine un projet du *Healthy Living Collaborative Group*. Il a été conçu par des parents ayant participé aux activités du Centre et il est dirigé par ceux-ci. L'organisme s'est procuré un certain nombre de mijoteuses avec les fonds du projet; il a aussi reçu une subvention des *Chicken Growers* de l'ÎPÉ. Les familles (surtout les mères et grands-mères) se réunissent une fois par semaine pour préparer des aliments dans la mijoteuse; elles emportent ensuite ces aliments à la maison. Le but ultime réside dans l'utilisation d'un mode de préparation plus sain des aliments. Huit (8) ateliers ont été dispensés jusqu'à maintenant. On peut obtenir plus de renseignements à l'adresse suivante : mainfrc@pei.aibn.com.

SUMMER FUN FOOD CAMP (SASKATOON, SASKATCHEWAN)

La *Division of Nutrition and Dietetics* du *College of Pharmacy and Nutrition* de l'*University of Saskatchewan* a mis en œuvre le programme *Summer Fun Food Camp* pour favoriser l'acquisition de connaissances en alimentation et nutrition chez les enfants. Ce camp échelonné sur une semaine offre des expériences et des activités créatives, amusantes et plutôt exigeantes. Il insiste sur le plaisir entourant l'alimentation, la préparation des aliments et la nutrition. Les enfants acquièrent des compétences culinaires de base, des compétences en sécurité et salubrité des aliments et aussi des connaissances en nutrition grâce à un apprentissage pratique interactif. Les tâches quotidiennes de préparation des aliments sont intercalées de jeux, d'artisanat, de plein air, d'expériences culinaires et d'excursions. Les participants reçoivent un livre de recettes et un complément d'informations à la fin de chaque atelier. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site http://homepage.usask.ca/~suf027/index.htm

YOU'RE THE CHEF (RÉGION DU NIAGARA, ONTARIO)

Le programme *You're the Chef* vise à aider les jeunes de 10 à 14 ans à acquérir les compétences et la confiance en soi nécessaires à la préparation de recettes saines et savoureuses à base de fruits et de légumes. Il a été conçu par des diététistes professionnelles des services de santé publique de la région du Niagara en réponse à la demande de programmes destinés à ce groupe d'âge dans les écoles. Comme les préadolescents et les jeunes adolescents préparent souvent eux-mêmes leurs repas et collations, on leur offre des ateliers pratiques de cuisine leur permettant d'améliorer leurs compétences culinaires, de préparer des aliments de meilleure qualité et d'acquérir de saines habitudes alimentaires pour la vie. Ce programme permet d'enseigner aux jeunes les techniques culinaires de base ainsi que les principes de la saine alimentation et de la manipulation sécuritaire des aliments. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site www.niagararegion.ca/living/health_wellness/healthyschools/youre-the-chef/default.aspx.

RÉFÉRENCES

1. Raine K.D. « Déterminants de la saine alimentation au Canada : *Aperçu et synthèse », Revue canadienne de santé publique = Canadian Journal of Public Health,* vol. 96, supp. 3 (2005), p. S8-S14.
2. Lang T, Caraher M. Is there a culinary skills transition? Data and debate from the UK about changes in cooking culture. *Journal of the Australian Institute of Home Economics* 2001; 8(2):2-14.
3. Lyon P, Colquhoun A, Alexander E. Deskilling the domestic kitchen: national tragedy or the making of a modern myth? *Food Service Technology* 2003; 3:167-175.
4. Jaffe J, Gertler M. Victual vicissitudes: Consumer deskilling and the (gendered) transformation of food systems. *Agriculture and Human Values,* 2006; 23(2):143-162.
5. Kornelson, S. Is that the way the cookie crumbles? Consumer deskilling in food systems and the journey toward food sovereignty. 2009. Wilfred Laurier University.
6. Caraher M, Dixon P, Lang T, Carr-Hill R. The state of cooking in England: the relationship of cooking skills to food choice. *British Food Journal* 1999; 101(8):590-609.
7. Larson NI, Story M, Eisenberg ME, Neumark-Sztainer D. Food preparation and purchasing roles among adolescents: associations with sociodemographic characteristics and diet quality. *Journal of the American Dietetic Association* 2006; 106(2):211-8.
8. Larson NI, Perry CL, Story M, Neumark-Sztainer D. Food preparation by young adults is associated with better diet quality. *Journal of the American Dietetic Association* 2006; 106(12):2001-2007.
9. Wrieden WL, Anderson AS, Longbottom PJ, Valentine K, Stead M, Caraher M, Lang T, Gray B, Dowler E. The impact of a community-based food skills intervention on cooking confidence, food preparation methods and dietary choices—an exploratory trial. *Public Health Nutrition* 2007; 10(2):203-211.
10. Engler-Stringer R. The Domestic foodscapes of young low-income women in Montreal: Cooking practices in the context of an increasingly processed food supply. *Health Education and Behaviour* 2009.
11. Geishirt Cantrell B. Access and barriers to food items and food preparation among Plains Indians. *Wicazo SA Review,* 2001; 65-74.
12. Broughton MA, Janssen PS, Hertzman C, Innis SM, Frankish CJ. Predictors and outcomes of household food insecurity among inner city families with preschool children in Vancouver. *Canadian Journal of Public Health* 2006; 97(3):214-216.
13. Lees, EL, Redman, H, Berland, A. Bringing Health to the Planning Table: A Profile of Promising Practices in Canada and Abroad: Built Environment. 2009. Ottawa, Healthy Living Issue Group of the Pan-Canadian Public Health Network. 6-21-2010.
    Online: http://www.phac-aspc.gc.ca/publicat/2009/be-eb/index-eng.php
14. Dubois, N, Jetha, N, Robinson, K, Szuto, I, Wan, G, Wilkerson, T. Canadian Best Practices Initiative Methodology Background Paper. 2008. Ottawa, Public Health Agency of Canada. Online: http://cbpp-pcpe.phac-aspc.gc.ca/pubs/CBPI-methodology.pdf
15. Bisset SL, Potvin L, Daniel M, Paquette M. Assessing the impact of the primary school-based nutrition intervention Petits cuistots — parents en réseaux. *Canadian Journal of Public Health* 2008; 99(2):107-1