

Politique alimentaire
de la Ville de Gatineau
Pour des choix santé!





Table des matières

<i>Quelques faits intéressants</i>	4
<i>L'engagement de la Ville de Gatineau</i>	5
<i>Une intervention cohérente</i>	7
<i>Le cadre conceptuel</i>	8
<i>L'objectif principal</i>	8
<i>Les principes directeurs</i>	8
<i>Les axes d'intervention</i>	9
<i>Les stratégies d'intervention</i>	10
<i>Les orientations</i>	11
<i>Les champs d'application</i>	12
<i>Conclusion</i>	13
<i>Remerciements</i>	14

Quelques faits intéressants

1.

Au cours des 30 dernières années, la population du Canada a enregistré une importante croissance du nombre de personnes souffrant d'embonpoint ou d'obésité, particulièrement chez les enfants. Ainsi, **le taux d'obésité infantile chez les 2 à 17 ans qui était de 3 % en 1978 a augmenté à 9 % en 2009**¹. Au Québec, c'est près d'un jeune sur quatre qui avait un surplus de poids en 2004².

Les enfants sont souvent les premières victimes de l'expression des préjugés à l'endroit des personnes obèses. Les adolescents obèses sont également souvent marginalisés socialement.

2.

Au Québec, **deux litres de boisson gazeuse coûtent moins cher que deux litres de lait.**

3.

Selon les analyses de Santé Canada réalisées dans le cadre de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) menée par Statistique Canada, en 2004 au Québec, 8,6 % des ménages vivaient en situation d'insécurité alimentaire et 47,9 % des ménages prestataires de l'aide sociale vivaient cette situation.

Par ailleurs, cette enquête révélait que **la proportion de jeunes actifs est actuellement inférieure à 50 %.**

4.

Les parcs et les espaces verts ainsi que les installations sportives et de plein air jouent un rôle essentiel dans la qualité de vie, offrant aux personnes de tous âges, comme aux familles, des espaces sécuritaires et publics pour pratiquer l'activité physique.

1. Statistique Canada

2. SHIELDS, Margot. « L'embonpoint et l'obésité chez les enfants et les adolescents » dans *Rapports sur la santé*, [En ligne], vol. 17, n° 3, août 2006, p. 27-44. [www.statcan.gc.ca/pub/82-003-x/2005003/article/9277-fra.pdf] (Consulté le 1^{er} mars 2012).

L'engagement de la Ville de Gatineau

En juillet 2010, le conseil municipal de Gatineau adoptait une déclaration d'engagement pour les saines habitudes de vie. La Ville de Gatineau décidait ainsi de poursuivre et d'intensifier son action pour la création d'un environnement favorisant un mode de vie physiquement actif et une saine alimentation. Plus précisément, sur le plan alimentaire, les changements proposés consistent à favoriser et à faciliter, dans les installations municipales et sur le territoire, l'accès à des aliments à haute valeur nutritive en accord avec les connaissances reconnues d'une saine alimentation.

Cette résolution venait préciser des objectifs déjà formulés. À titre d'exemple, dans sa politique des loisirs, du sport et du plein air, à l'axe d'intervention sur l'aménagement des infrastructures, on peut lire que la Ville, dans le but d'offrir des installations de qualité, sécuritaires et accessibles, s'engage à « privilégier l'accès à des aliments sains dans les infrastructures et les parcs municipaux ».



Dans sa politique familiale intitulée *Vers un idéal pour la famille*, la Ville se fixait plutôt pour objectifs « d'encourager la pratique de l'activité physique par tous les membres de la famille pour contrer la sédentarité et favoriser l'acquisition de saines habitudes de vie et d'autre part, de favoriser l'accès à des aliments sains à l'intérieur des infrastructures municipales, sportives et communautaires fréquentées par les familles ».

De son côté, la politique de développement social adoptée en décembre 2010 précise l'engagement de la Ville en matière de santé, en agissant de façon complémentaire au réseau de la santé et de services sociaux en contribuant à la mise en place d'environnements favorables au développement de meilleures conditions de vie.

Il faut aussi souligner des initiatives de la Commission Gatineau, Ville en santé comme le soutien aux jardins communautaires et collectifs, la participation de la Ville aux démarches pour un virage santé dans les cantines des arénes ou encore la réflexion entamée sur le projet Urbanisme et environnement alimentaire autour des écoles.

Tous ces projets ont en commun une vision nouvelle qui s'articule autour de l'importance d'une offre alimentaire de qualité à l'intérieur des installations de la Ville de Gatineau.

*La Ville de Gatineau
décidait ainsi de
poursuivre et
d'intensifier son action
pour la création d'un
environnement
favorisant un mode de
vie physiquement actif et
une saine alimentation.*

Une intervention cohérente

Malgré l'abondance et la disponibilité de ressources alimentaires nutritives, fraîches et de qualité, les personnes comme les familles ont largement augmenté leur consommation d'aliments transformés. Ces derniers sont de qualité inégale. Ils contiennent souvent des quantités élevées de gras, de sucre ajouté,

Fait : les familles ont largement augmenté leur consommation d'aliments transformés.

de sel et contiennent peu de fibres, de vitamines et de minéraux. Ces aliments industriels viennent aussi influencer profondément les préférences alimentaires des enfants et des adolescents.

De plus, l'environnement bâti, les modes de déplacement et la grande popularité de la télévision et des jeux électroniques ont souvent pour effet de limiter les possibilités, tant pour les adultes que pour les enfants, d'être physiquement actifs.

Devant les défis des changements du mode de vie, le gouvernement du Québec adoptait en 2006 un Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids. Dans le sillon des recommandations de ce plan, les commissions scolaires ont apporté des modifications majeures au menu des cafétérias dans les écoles. Une deuxième phase d'application de ce plan d'action concerne des changements dans l'offre alimentaire dans les établissements de santé.

Ce plan d'action lançait aussi une invitation au milieu municipal à se pencher sur tout ce qui touche l'offre alimentaire dans ses installations et sur ses propriétés. Cette relation de partenariat qui propose une intervention cohérente tout en respectant les sphères de responsabilité de chacun est essentielle pour la réussite du virage amorcé.

Le cadre conceptuel

Les développements récents des connaissances scientifiques confirment que la prévention et les déterminants de la santé passent nécessairement par une saine alimentation alliée à l'activité physique. L'intégration de la dimension alimentaire est un complément naturel et logique à ces efforts en vue de développer des environnements favorables à de saines habitudes de vie et ainsi favoriser l'épanouissement individuel et collectif des citoyens de Gatineau.

L'objectif principal

Contribuer à l'amélioration de la qualité des aliments offerts, créer des environnements favorables à une saine alimentation et enfin faciliter l'accès à des aliments sains dans les infrastructures, en accord avec la mission et les responsabilités de la Ville de Gatineau et en cohérence avec son intervention dans l'aménagement du territoire et des infrastructures communautaires, culturelles, de loisir, de sport et de plein air.

Les principes directeurs

- ▶ La promotion d'un environnement alimentaire sain et accessible.
- ▶ La mise en place d'actions cohérentes respectant les champs de responsabilités des acteurs concernés.
- ▶ Le leadership faisant figure de modèle au sein de la communauté.
- ▶ L'adoption de pratiques visant l'amélioration de l'environnement alimentaire et le développement durable.

Les axes d'intervention

LES COMPOSANTES DE L'ENVIRONNEMENT ALIMENTAIRE

- ▶ **L'offre alimentaire :**
 - ▷ la qualité des aliments offerts, leur présentation, l'accessibilité et l'innocuité;
 - ▷ des produits qui reflètent les goûts et les besoins des clientèles;
 - ▷ un choix d'aliments nutritifs et savoureux en cohérence avec la mission de l'organisation.
- ▶ **L'aménagement physique :**
 - ▷ la propreté des lieux de préparation des aliments;
 - ▷ des installations satisfaisant les critères d'accessibilité universelle;
 - ▷ une atmosphère agréable.
- ▶ **L'engagement, l'action et les partenariats :** plus l'action sera inclusive, donnant lieu à de larges partenariats avec tous les groupes et toutes les personnes concernées, plus les changements proposés seront durables.
- ▶ **Les messages culturels, éducatifs et promotionnels en cohérence avec les orientations.**

UNE ALIMENTATION SAINE

Les cibles d'une saine alimentation sont déjà clairement identifiées. Elles consistent à :

- ▶ offrir des repas ou des collations qui respectent les principes du *Guide alimentaire canadien*;
- ▶ offrir des aliments ayant une faible teneur en gras trans et saturés et privilégier les gras polyinsaturés et mono-insaturés;
- ▶ offrir des aliments ayant une teneur élevée en fibres alimentaires;
- ▶ réduire l'offre d'aliments et de boissons ayant une teneur élevée en sodium;

- ▶ privilégier comme boissons l'eau, le lait et les jus sans sucre ajouté;
- ▶ limiter les aliments ayant une teneur élevée en sucre ajouté;
- ▶ favoriser l'offre de fruits et de légumes frais.

Les stratégies d'intervention

Le succès de la mise en œuvre de la politique repose sur trois stratégies d'intervention et sur la capacité des intervenants à agir en cohésion et en partenariat.

- 1. Rédiger et réaliser des plans d'action en accord avec la politique**
- 2. Créer des environnements favorables**
- 3. Créer et renforcer les partenariats et la collaboration avec le milieu**

Les orientations

La politique alimentaire fera l'objet de plans d'action qui permettront de définir concrètement des cibles et des actions à mettre en œuvre. Ces plans seront réalisés en se basant sur les orientations suivantes :

- ▶ une graduation progressive des changements facilitant ainsi la participation de tous les acteurs et bénéficiaires aux modifications proposées;
- ▶ la priorité sera, à la première phase, d'élargir les choix alimentaires par l'intégration d'aliments à la fois savoureux et nutritifs;
- ▶ les priorités d'intervention seront établies en tenant compte de la fonction principale des infrastructures comme la pratique d'activités sportives;
- ▶ l'importance des actions mises en œuvre sera établie en fonction de la fréquence des activités (activité quotidienne, régulière, occasionnelle ou exceptionnelle);
- ▶ dans certains cas, des aliments ayant une forte teneur en sucre, en sel ou en gras trans et saturés pourront être bannis;
- ▶ les changements dans les choix proposés seront réalisés tout en maintenant l'accessibilité à des aliments nutritifs dont les coûts demeureront abordables.

Les champs d'application

LES INFRASTRUCTURES SPORTIVES

- ▶ Modifier l'offre alimentaire dans l'ensemble des infrastructures sportives de façon à offrir des aliments sains :
 - ▷ introduire des légumes crus et des fruits frais dans le menu;
 - ▷ privilégier comme boissons l'eau, le lait et les jus de fruit sans sucre ajouté;
 - ▷ bannir les boissons avec sucre ajouté;
 - ▷ bannir les fritures et les aliments ayant une forte teneur en gras trans et saturés;
 - ▷ bannir les aliments de faible valeur nutritive (chocolats, sucreries, bonbons);
 - ▷ réduire la teneur en sodium des aliments offerts.

- ▶ Apporter des améliorations à l'environnement et aux équipements reliés à la préparation et à la distribution des aliments.

LES CASSE-CROÛTE ET LES DISTRIBUTRICES DANS LES ÉDIFICES MUNICIPAUX, LES CENTRES COMMUNAUTAIRES ET LES CENTRES CULTURELS

- ▶ Modifier l'offre alimentaire dans les distributrices de façon à offrir des aliments sains :
 - ▷ introduire des aliments sains;
 - ▷ privilégier comme boissons l'eau, le lait et les jus de fruit sans sucre ajouté;
 - ▷ bannir les boissons avec sucre ajouté;
 - ▷ bannir les aliments de faible valeur nutritive (chocolats, sucreries, bonbons).

LES ÉVÉNEMENTS PUBLICS ET LES FÊTES POPULAIRES

Favoriser l'offre d'aliments sains dans les événements organisés en collaboration ou par la Ville de Gatineau :

- ▶ introduire des aliments sains dans le menu;
- ▶ privilégier comme boissons l'eau, le lait et les jus de fruit sans sucre ajouté.

Conclusion

Par sa politique alimentaire, la Ville de Gatineau désire marquer l'importance qu'elle accorde à la qualité de vie de ses citoyens et plus particulièrement à la valeur nutritive des aliments qui leur sont offerts dans ses installations et lors de la tenue d'événements publics et de fêtes populaires.

Gatineau démontre ainsi sa volonté de joindre ses efforts à ceux des autres paliers de gouvernement afin de faciliter les choix santé en nutrition. Les enjeux sont importants pour toutes les Gatinoises et tous les Gatinois, mais surtout pour les enfants et les adolescents.

Le succès de cette politique est tributaire des actions concertées de nombreux organismes partenaires, dont les réseaux de la santé, du sport et des loisirs, lesquels sont invités à joindre leurs actions à celles qui sont proposées dans cette politique et à opter pour des choix alimentaires santé!



Remerciements

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui ont contribué à l'élaboration de cette politique.

DIRECTION DU SERVICE

- ▶ Simon Rousseau, directeur du Service des loisirs, des sports et du développement des communautés

DIVISION DE LA QUALITÉ DE VIE

- ▶ Agathe Lalande, chef de la Division de la qualité de vie et du développement communautaire

COORDINATION DE LA POLITIQUE

- ▶ Anick Fortin, agente à la Commission Gatineau, Ville en santé

COMITÉ DE TRAVAIL

- ▶ Anick Fortin, agente à la Commission Gatineau, Ville en santé
- ▶ Linda Chénier, nutritionniste, Centre de santé et de services sociaux de Gatineau
- ▶ Véronique Ouellet St-Denis, nutritionniste, Centre de santé et de services sociaux de Papineau
- ▶ Éric Boily, chef de la Division des fêtes et festivals du Service des arts, de la culture et des lettres
- ▶ Gilles St-Louis, responsable, gestions des arénas et des lieux publics, Service des loisirs, des sports et du développement des communautés
- ▶ Jacinthe Deault, rédactrice contractuelle

COMMISSION GATINEAU, VILLE EN SANTÉ 2011

- ▶ Renée Amyot, Centre de santé et des services sociaux de Gatineau
- ▶ Luc Angers, conseiller municipal
- ▶ Kathleen Barrette, Société de transport de l'Outaouais
- ▶ Monique Beaudoin, Table régionale des organismes communautaires autonomes de l'Outaouais
- ▶ Guylaine Beaulieu, Centraide Outaouais
- ▶ Guy Berthelotte, Service de police de la Ville de Gatineau
- ▶ Nicole Champagne, conseillère municipale
- ▶ Pauline Fortin, Direction de la santé publique

- ▶ François Grenier, Québec en forme
- ▶ Denise Laferrière, conseillère municipale et présidente de la commission
- ▶ Marcel Lalonde, représentant des commissions scolaires de Gatineau
- ▶ Johanne Lauzon, Centre de santé et des services sociaux de Papineau
- ▶ Karl Lavoie, Chambre de commerce
- ▶ JoAnne Paradis, Cégep de l'Outaouais
- ▶ Martin Robitaille, Université du Québec en Outaouais
- ▶ Mychelle Vaive, Office municipal d'habitation de Gatineau

COMMISSION DES LOISIRS, DES SPORTS ET DE LA VIE COMMUNAUTAIRE 2011

- ▶ Mireille Apollon, conseillère municipale
- ▶ Carl Clements, Kino-Québec
- ▶ Pierre Cousineau, Table de concertation des aînés retraités de l'Outaouais
- ▶ Joseph De Sylva, conseiller municipal et président de la commission
- ▶ François Grenier, Québec en forme
- ▶ Gilbert Jolin, membre citoyen
- ▶ Jean-Guy Landriault, membre citoyen
- ▶ Stéphane Lauzon, conseiller municipal
- ▶ Sylvain Pamerleau, membre citoyen
- ▶ Chantal Patrice, Commission scolaire des Draveurs
- ▶ Jean-Marc Purenne, Loisir sport Outaouais
- ▶ Michel Roy, membre citoyen

*La version définitive de la politique alimentaire
fut adoptée par le conseil municipal le 29 mars 2011.*

