



# DE PROJET PILOTE À PROGRAMME DURABLE

Écollation est un projet de distribution de collations gratuites de fruits et de légumes frais dans des écoles primaires et secondaires. Il intègre des actions d'éducation alimentaire et de développement durable. Il vise à réduire les inégalités sociales de santé en favorisant l'accès aux fruits et légumes chez les jeunes, particulièrement dans les écoles situées en milieu défavorisé.

Écollation s'est déployé entre 2017 et 2023 sous la forme d'un projet pilote, coordonné par l'Association québécoise de la garde scolaire (AQGS) et financé par la Politique gouvernementale de prévention en santé (PGPS) du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). Le projet pilote a été mis en œuvre dans 6 régions, rejoignant au total 24 écoles de milieux défavorisés (18 primaires, 6 secondaires) et a permis à près de 7 000 élèves d'en bénéficier.

Sur la base des résultats du projet pilote, l'AQGS a reçu le mandat de fournir des outils et un accompagnement à tous les établissements scolaires primaires et secondaires qui souhaitent implanter un projet comme Écollation.

Ce mandat s'inscrit dans le cadre du second Plan d'action interministériel 2022-2025 (PAI2) de la PGPS.



# Pourquoi choisir d'offrir des collations de fruits et légumes frais aux élèves ?



## 01

### L'école a une responsabilité de saines habitudes alimentaires

Un milieu important pour inculquer de saines habitudes alimentaires aux jeunes, qui perdureront à l'âge adulte.

## 02

### Pour en augmenter la consommation

Les collations de fruits et de légumes frais offertes sur une base régulière améliorent grandement l'alimentation des élèves.

## 03

### Pour améliorer l'accès, sans stigmatiser

Les collations de fruits et de légumes frais offertes à TOUS les élèves réduisent les inégalités sociales et le fardeau financier des familles, en plus d'améliorer l'accès à des aliments frais et sains.

## 04

### Pour réduire la consommation d'aliments ultra-transformés

Les enfants en consomment déjà trop. En plus de favoriser la carie dentaire, ces aliments souvent suremballés génèrent une quantité importante de déchets.

## 05

### Pour développer la littératie alimentaire des élèves

En combinant la distribution de collations à des activités d'éducation alimentaire, on maximise l'impact sur le développement de la littératie alimentaire des élèves.

## 06

### Pour s'ancrer dans sa communauté et stimuler le développement économique local

En mettant de l'avant les fruits et légumes du Québec, Écollation vient soutenir l'économie maraîchère et les systèmes alimentaires territoriaux.



“

Plusieurs de nos élèves ont accès par l'entremise d'Écollation à des fruits et des légumes qu'ils goûtent pour la première fois. De plus, le fait que tous les élèves de la classe mangent la même collation permet à certains de s'ouvrir à de nouveaux aliments.

”

École Capitaine Luc Fortin, Montérégie



# Principes de base pour réaliser un projet intégré



L'expérience acquise au cours du projet pilote et la prise en compte des solutions innovantes mises en place par les écoles pour adapter le projet à la réalité de leurs milieux ont permis d'identifier les principes de base.

## Principes guidant l'offre de collations de fruits et de légumes frais



### Objectifs

Assurer une régularité dans le but de favoriser la consommation et l'acceptabilité des fruits et des légumes.

Favoriser la découverte et le développement des goûts

Favoriser des opérations simplifiées (temps de préparation et de distribution)

### Indicateurs

5 jours par semaine  
Au minimum 3 jours fixes

Viser 15 à 20 variétés de fruits et légumes par saison (environ 40 % de légumes et 60% de fruits)

Opter pour des fruits et des légumes entiers pour plus de la moitié des collations

## Principes guidant le développement durable

### Objectifs

En saison, privilégier l'achat de fruits et légumes du Québec

Réduire les impacts du transport des denrées

Réduire les déchets

Réduire le gaspillage alimentaire

### Indicateurs

Se doter de cibles variables selon les disponibilités. Ex. : près de 90 % en septembre, 75 % en octobre, 45 % en novembre et en deçà de 40 % le reste de l'année scolaire.

Faire des ententes avec des détaillants et des producteurs locaux

Utiliser des emballages et des contenants réutilisables pour le service des collations et exiger ceux-ci auprès des fournisseurs

Ajuster les quantités de fruits et légumes commandées, redistribuer et transformer les surplus

## Principes guidant l'éducation alimentaire

### Objectifs

Impliquer les élèves

Servir les collations de fruits et légumes dans une ambiance positive et éducative

Profiter des formations, de l'accompagnement et des programmes des organismes spécialisés (ex. : AQGS, Ateliers cinq épices, Croquarium, Tablee des chefs)

### Indicateurs

Faire la promotion des collations de fruits et légumes, choisir des items du menu, préparer des fruits et légumes, utiliser des restes, faire le service.

Utiliser les outils disponibles sur le site d'[Écollation](#) pour animer des activités de goût et adopter des attitudes favorisant la découverte des aliments et l'écoute des signaux de faim

Confier la responsabilité du volet éducatif à au moins un intervenant scolaire, qui animera entre-autres les ateliers.



“ Les outils d'Écollation nous ont aidé à mettre en place un atelier d'éveil au goût. Nous avons fait une dégustation les yeux fermés, avec un questionnaire Kahoot pour trouver ce qu'ils avaient mangé. Les élèves ont adoré cette activité. ”

École Saint-Paul, Outaouais ★★★★★

# Deux modes d'opération



## À travers l'école et au sein de la communauté

De la planification des achats à leur transport, de la préparation des fruits et légumes à leur distribution, de la réutilisation, du recyclage et jusqu'au compostage des restes de collations, la mise en place d'Écollation est un travail d'équipe. Avec l'expérience, nous avons constaté qu'il existe deux modèles d'opération courants, avec des variantes locales.



Certaines écoles assument tout le processus à l'interne (ex : personnel du service de garde, personnel enseignant).



D'autres choisissent de travailler avec des partenaires locaux (ex : organisme communautaire, regroupement de cuisines collectives, entreprise d'insertion et d'économie sociale spécialisées en préparation de repas).

Grâce à l'expérience acquise, l'AQGS pourra guider les écoles dans le développement de partenariats et d'ententes de collaboration.

## SURVOL DES TÂCHES À RÉALISER POUR IMPLANTER ÉCOLLATION DANS UNE ÉCOLE

### Tâches

### Moyens et outils

Évaluation des besoins en équipements, rangement, préparation et conservation	Accès aux équipements et produits suivants : frigo, poubelle, eau courante, bac de recyclage et de compost si disponible, produits sanitaires, tables et chaises (guide et fiches disponibles auprès de l'AQGS)
Entente avec un fournisseur local pour l'achat et la livraison	Distributeur, épicerie locale, producteur ou combinaison des trois
Programmation mensuelle des collations et des ressources nécessaires pour les opérations	Registre mensuel des achats (quantités, variétés, montants), du nombre de portions servies, des heures travaillées, etc., avec l'outil de planification Excel fourni par l'AQGS qui permet de faire des moyennes hebdomadaires et mensuelles automatiques
Mode de distribution des collations, personnel et élèves affectés à cette tâche	Mobiliser les élèves plus âgés pour la distribution aux plus jeunes
Gestion des restes et des emballages	Recyclage des emballages pour activités de bricolage, système de collecte des résidus, réutilisation, transformation ou compostage
Aménagement des locaux pour le rangement, la conservation et le service, en conformité avec les règles du MAPAQ	Guide de bonnes pratiques d'hygiène et de salubrité alimentaires (MAPAQ).



“ Nos élèves des classes de déficience intellectuelle de moyenne à sévère sont responsables des livraisons et du retour des bacs et cela contribue à une expérience socio-professionnelle significative pour eux. ”

École Secondaire La Cité, Capitale-Nationale ★★★★★

# Accompagnement de l'AQGS

Pour les écoles pilotes d'Écollation qui poursuivront de façon autonome et pour celles qui souhaiteraient éventuellement implanter cette initiative dans leur milieu, l'AQGS offre des services d'accompagnement qui sont adaptés aux besoins des écoles et des partenaires :

- Appui dans la recherche de financement;
- Partage d'outils pratiques (guide pratique de mise en œuvre, Webinaire de formation);
- Maintien des outils développés dans le cadre du projet pilote sur le site Internet d'Écollation (ateliers thématiques et pédagogiques, vidéos, etc.);
- Formation personnalisée sur la mise en œuvre d'Écollation;
- Conseil (partenariat, mise en place, réduction des coûts, utilisation des outils, QAF, etc.);
- Réseautage, partage de solutions, etc.

“ Cette année, une nouvelle personne est responsable du projet Écollation. Elle prépare, distribue et fait la gestion administrative du projet. Elle travaille à notre service de garde, son horaire coupé lui permet d'effectuer les tâches relatives aux collations entre ses périodes de travail. Le sentiment d'efficacité est par ce fait amplifié. ”

★★★★★ École du Buisson, Capitale-Nationale

“ Il y a des parents qui me remercient de mon implication dans ce programme. Ils sont contents que leurs enfants puissent en bénéficier. J'ai été témoin à plusieurs reprises de voir des élèves manger partiellement leur fruit pour en rapporter à leurs parents. ”

École St-Calixte, Lanaudière ★★★★★



## Coordonnatrices

Emmanuelle Berthou

✉ [Emmanuelle.berthou@gardescolaire.org](mailto:Emmanuelle.berthou@gardescolaire.org) ☎ 514 996-6799

Lucie Laurin Dt.P.

✉ [Lucie.laurin@gardescolaire.org](mailto:Lucie.laurin@gardescolaire.org) ☎ 514-898-5172