



**L'XCELLENCE ÇA SE
NOURRIT!
Programme de distributeurs
automatiques santé**

Santé publique Ottawa
Décembre 2004



Auteurs

Le Programme de distributeurs automatiques santé L'Xcellence ça se nourrit a été mis à l'essai conjointement par Santé publique Ottawa et la firme Ventrex Vending Services.

Rédigé par :

Pascale Messier, diététiste en santé publique, Santé publique Ottawa

Gilles Cloutier, diététiste en santé publique, Santé publique Ottawa

Sarah Rowe, nutritionniste en santé publique, Santé publique Ottawa

Remerciements

L'Équipe de la nutrition de Santé publique Ottawa tient à remercier Steve Tremblay, président de Ventrex Vending Services, pour son appui continu au projet et sa volonté de faire avancer le dossier des distributeurs automatiques dans les écoles. Merci mille fois aussi aux écoles participantes et aux nombreux partenaires au sein de Santé publique Ottawa qui ont permis de mener à terme ce projet.

Écoles participantes :

Ashbury College

Canterbury High School

École secondaire catholique Garneau

École secondaire catholique Gisèle-Lalonde

Examiné par :

Jean Harvey, gestionnaire de programme, Prévention des maladies, nutritionniste en santé publique, Santé publique Ottawa

Steve Tremblay, président de Ventrex Vending Services
(613) 747-0455

Pour de plus amples renseignements, communiquer avec :

Gilles Cloutier, DtP

Diététiste en santé publique

Santé publique Ottawa

100, croissant Constellation, 7^e étage est
Ottawa (Ont.)

K2G 6J8

613-580-2424, poste 23715

gilles.cloutier@ottawa.ca

Ce document est également disponible en anglais.

Table des matières

Résumé	Page 1
1.0 Introduction	Page 3
2.0 Objectifs	Page 4
3.0 Approche	Page 4
4.0 Partenariat	Page 5
5.0 Facteurs qui ont influé sur le choix des collations et boissons saines	Page 5
6.0 Classification des collations et des boissons	Page 6
6.1 Système d'évaluation	Page 6
6.2 Catégories de couleur	Page 6
7.0 Critères d'évaluation des collations et des boissons	Page 7
7.1 Description des critères	Page 7
8.0 Projet pilote de distributeurs automatiques santé <i>L'Xcellence ça se nourrit!</i>	Page 8
9.0 Résultats du projet pilote	Page 9
10.0 Leçons tirées de l'expérience	Page 10
11.0 Prochaines étapes	Page 13
12.0 Discussion	Page 14
13.0 Recommandations	Page 15
14.0 Conclusion	Page 15
Annexes	
Annexe A : Classification et catégorisation des collations et boissons	Page 17
Annexe B : Exemples de produits évalués	Page 23
Références	Page 24

Résumé

Tous les professionnels de la santé publique s'entendent pour dire que l'école est un milieu propice pour favoriser l'adoption de comportements sains chez les enfants et les adolescents. Le taux de prévalence croissant de l'obésité chez les jeunes est une indication du besoin de mettre sur pied des programmes novateurs qui modifieront le milieu nutritionnel de l'école et de faire d'options saines, simples et abordables, des options « branchées ». Il y a différentes façons de transmettre aux élèves des messages sur la nutrition : en classe par l'enseignement, par les programmes de petits-déjeuners, de déjeuners et de cafétéria, par des campagnes de financement, des journées « spéciales » à la cafétéria et les distributeurs automatiques.

La présence des distributeurs automatiques dans les écoles a reçu beaucoup d'attention du public récemment. Les administrations des écoles secondaires et des conseils scolaires admettent que la plupart des aliments vendus dans ces distributeurs ont une valeur nutritionnelle minimale. Par contre, les recettes qui en sont tirées permettent de financer des activités scolaires comme les sports et l'athlétisme, argent dont les écoles ont bien besoin.

Le programme *L'Xcellence ça se nourrit* est une solution pragmatique à ce dilemme, en essayant de répondre à la question suivante : comment peut-on augmenter la valeur nutritionnelle des collations et des boissons vendues dans les distributeurs automatiques tout en maintenant cette source de financement pour les écoles? Comment pouvons-nous établir un partenariat avec l'industrie afin de concevoir des moyens pratiques de transformer ces machines traditionnelles en véritables « centres de saine alimentation »?

Pendant l'année scolaire 2003-2004, Santé publique Ottawa, en collaboration avec l'entreprise locale Ventrex Vending Services et quatre écoles secondaires d'Ottawa, a mis à l'essai le programme *L'Xcellence ça se nourrit*. Dans le présent rapport, on explique les hypothèses de départ, les méthodes utilisées et les résultats obtenus à la suite du projet pilote. On donne également les grandes lignes des mesures et des recommandations prises après avoir tiré des leçons de cette initiative.

Volets du projet *L'Xcellence ça se nourrit* :

- On évalue la valeur nutritionnelle des collations et des boissons, lesquelles sont classées en attribuant à chacune une couleur, selon une méthode établie par Santé publique Ottawa.
- Le code de couleurs aide les élèves à savoir quels aliments sont meilleurs pour la santé et on en fait la promotion pour mieux y sensibiliser les élèves.

- Des dégustations font connaître le programme et initient les élèves à des collations plus saines.
- Les collations bonnes pour la santé sont vendues au meilleur prix possible.

Le projet *L'Xcellence ça se nourrit* a prouvé avec succès que le concept de saine nutrition peut trouver preneur. Après une période d'essai de quatre mois, le volume des ventes s'est maintenu et la proportion de collations et de boissons santé a doublé comparativement à l'année précédente. La société Ventrex Vending a donc décidé, quelques mois après la fin du projet pilote, de tenter l'expérience dans plus de 50 écoles, cette fois-ci en augmentant la variété de collations et de boissons nutritives.

Cet exemple, qui illustre bien le potentiel de vente qu'ont les produits de distributeurs automatiques nutritifs, pousse les entreprises privées à poursuivre ce dans quoi elles excellent : produire et commercialiser leurs produits de façon novatrice et efficace. Le programme *L'Xcellence ça se nourrit* est fondé sur un partenariat qui combine les qualités d'entrepreneur du secteur privé et les compétences en santé nutritionnelle des services de santé publique et qui constitue un moyen clé de transmettre des messages sur la saine alimentation, de fournir des options saines dans les distributeurs automatiques des écoles et d'influencer les habitudes de consommation, à l'école comme ailleurs.

Les changements dans les machines distributrices des écoles constituent une étape cruciale de l'amélioration du vaste milieu dans lequel les jeunes vivent et apprennent. *L'Xcellence ça se nourrit* a fourni la preuve que les aliments sains peuvent aussi avoir leur place dans les distributeurs automatiques et que, s'ils font l'objet d'une promotion adéquate et sont vendus à un prix raisonnable, les jeunes n'hésitent pas à les acheter.

1.0 Introduction

On a beaucoup parlé dans les médias de la prévalence accrue de l'obésité au Canada, et particulièrement de la hausse inquiétante du nombre de cas d'obésité chez les enfants au cours des 15 dernières années. Les médias et les responsables de la santé ont commencé à parler d'épidémie pour décrire la situation (1). L'importance de l'influence du milieu sur la prévalence de l'obésité est reconnue généralement. Au point de vue de la santé publique, les écoles représentent le milieu idéal pour créer un environnement favorable à l'adoption d'habitudes alimentaires saines qui dureront toute la vie.

Des messages sur la nutrition sont transmis aux élèves de diverses façons dans le milieu scolaire : par l'enseignement en classe, les programmes de cafétéria, de petits-déjeuners et de dîners, les campagnes de financement, les journées spéciales à la cafétéria et les distributeurs automatiques. En classe, la nutrition fait partie du programme d'études officiel. À l'extérieur de la classe, les élèves sont bombardés de messages nutritionnels, qui ne sont pas nécessairement conformes à la théorie enseignée en classe. Pour éliminer ces messages contradictoires, il faut établir un environnement nutritionnel sain qui favorise et appuie, par les actes aussi bien que les paroles, l'adoption d'habitudes d'alimentation saines par les élèves (2).

Un aspect critiqué du milieu nutritionnel scolaire concerne les distributeurs automatiques. On les trouve le plus souvent dans les écoles secondaires, où les élèves les utilisent pour combler un creux, pour compléter leur lunch ou pour éviter de faire la queue à la cafétéria. Il a été suggéré qu'il serait avantageux pour la santé des élèves de retirer les distributeurs automatiques des écoles secondaires, puisque les produits offerts dans ces appareils sont habituellement riches en gras et en sucre et ont une valeur nutritive minime. Mais est-ce que ce serait une solution efficace?

En fait, les écoles comptent fortement sur les recettes des distributeurs automatiques pour répondre à leurs besoins financiers, surtout en ce qui a trait au financement des sports et des activités extrascolaires. Enlever les distributeurs automatiques priverait les écoles d'une activité génératrice de recettes dont elles ont grand besoin et dont bénéficie toute la collectivité scolaire. De plus, de nombreux élèves peuvent se rendre à pied à un dépanneur où l'on vend le même genre d'aliments et de boissons. Par conséquent, l'élimination des distributeurs automatiques des écoles n'aurait peut-être pour effet que de déplacer le lieu de la vente de quelques centaines de mètres.

Une solution de rechange à l'interdiction des distributeurs automatiques consiste à les utiliser comme des moyens de renforcer les messages positifs sur la nutrition et la bonne alimentation. La transformation de ces « points de vente de calories vides », contenant des collations et boissons n'ayant qu'une valeur nutritive minime, en des « centres d'alimentation saine » permet d'offrir des collations et des boissons saines et appétissantes aux élèves et une source de recettes aux écoles. La mise en place de distributeurs automatiques santé dans les écoles secondaires donnerait aux élèves l'occasion de comprendre les

principes d'une alimentation saine et de les mettre en pratique : de transformer la théorie apprise en classe en des habitudes alimentaires saines devant durer toute la vie.

Selon cette vision, l'Équipe de la nutrition de Santé publique Ottawa (SPO) a entrepris la création d'une variante plus saine du distributeur automatique traditionnel. Un projet pilote a été lancé dans quatre écoles secondaires d'Ottawa en vue de vérifier l'hypothèse voulant qu'il puisse être rentable de vendre des collations et des boissons saines dans les écoles d'Ottawa. Le résultat a été la mise en oeuvre du programme de distributeurs automatiques santé *L'Xcellence ça se nourrit*, une composante de base du processus graduel d'amélioration du milieu nutritionnel des écoles.

2.0 Objectifs

Les objectifs du projet pilote des distributeurs automatiques santé *L'Xcellence ça se nourrit* sont les suivants :

- Offrir aux élèves des collations et des boissons appétissantes et nutritives dans les distributeurs automatiques
 - à un prix concurrentiel
 - sous une forme adaptée à la configuration des distributeurs automatiques
 - dont le goût et la valeur sont semblables à ceux des collations et des boissons offertes normalement dans les distributeurs automatiques
- Renseigner les élèves sur la valeur nutritive des différentes collations et boissons
- Maintenir les recettes des écoles et des entreprises de distributeurs automatiques
- Modifier les habitudes des élèves en matière d'achat de collations et de boissons en les aiguillant vers des options plus saines à l'école et ailleurs
- Établir un code de couleurs simple permettant aux élèves de reconnaître rapidement les collations et les boissons santé

3.0 Approche

La stratégie sur laquelle repose le programme *L'Xcellence ça se nourrit* consiste à utiliser les forces du marché pour changer le contexte de la vente par distributeur automatique dans les écoles. En démontrant l'existence d'une demande et la rentabilité, sur les plans financier et de la responsabilité sociale, de la vente de collations et de boissons ayant une valeur nutritive plus élevée, on encourage les entreprises de distributeurs automatiques à contribuer à la solution. En théorie, la rentabilité du programme amène les entreprises de distributeurs automatiques à trouver des moyens novateurs et efficaces de promouvoir et vendre des produits plus sains, et la demande accrue de produits sains encourage l'industrie alimentaire à fabriquer des produits appropriés.

4.0 Partenariat

Le programme *L'Xcellence ça se nourrit* est un bon exemple de la façon dont les secteurs public et privé peuvent collaborer à promouvoir la santé. L'Équipe de la nutrition a entrepris ce projet et a pu le mener à terme en établissant un partenariat avec la firme Ventrex Vending Services, entreprise qui offre des services aux commerces, aux organismes et aux écoles de la région. Ventrex fournit actuellement des distributeurs automatiques à une cinquantaine d'écoles d'Ottawa. Quatre de ces écoles, dont deux de langue française et deux de langue anglaise, ont participé au projet pilote initial.

Ce partenariat multisectoriel a permis aux diététistes de SPO de tirer parti des ressources des écoles secondaires d'Ottawa, d'acquérir des connaissances pratiques sur l'industrie des distributeurs automatiques et de participer à l'élaboration de solutions tenant compte des tendances du marché. De son côté, Ventrex Vending Services a bénéficié des connaissances en nutrition et du soutien de SPO pour ce qui est de l'analyse de ses produits, acquis une visibilité positive en tant que société ayant choisi de contribuer à la solution et eu l'occasion d'accroître sa part du marché et d'augmenter le produit des ventes.

5.0 Facteurs qui ont influé sur le choix de collations et de boissons saines

Aux yeux de bien des gens, le « distributeur automatique parfait » offrirait des collations et des boissons appétissantes et saines aux élèves, la tranquillité d'esprit aux parents et au personnel scolaire et des recettes aux écoles. Plusieurs obstacles pratiques ont entravé la mise au point de ce « distributeur automatique parfait ».

La recherche de collations et de boissons santé à placer dans les distributeurs automatiques du programme *L'Xcellence ça se nourrit* s'est avérée une tâche difficile. Les facteurs suivants ont influé sur le choix de produits :

- 1. La disponibilité et la taille des produits alimentaires santé :** Un nombre croissant de produits sains et novateurs sont offerts, mais beaucoup de ces produits ne sont pas emballés d'une manière adaptée à un distributeur automatique. Les produits doivent être d'une taille précise, conforme aux dimensions des spirales ou des cases de sélection, et ils doivent être étiquetés individuellement pour la vente. De plus, l'emballage doit être assez fort pour prévenir le bris, les déchirures ou les dommages aux produits.
- 2. Taille des produits :** Pour qu'un produit puisse être vendu dans un distributeur automatique, il doit être disponible en emballage-portion. Au moment où le rapport a été rédigé, les produits santé populaires tels que les galettes de riz et les croustilles cuites au four à saveur de barbecue n'étaient offerts que dans de grands sacs.
- 3. Prix des produits santé :** Les boissons et les collations qui contiennent moins de gras et de sucre et dont la valeur nutritive est plus élevée

coûtent souvent plus cher que les produits ordinaires. C'est une réalité à laquelle font face tous les consommateurs, que les produits soient achetés à l'épicerie ou dans un distributeur automatique. Un prix plus élevé est un obstacle à la sélection de collations santé.

4. **Goût des produits santé** : La saveur est un élément essentiel lorsqu'on détermine les produits que les élèves choisiront d'acheter. Si les produits offerts ne répondent pas à leurs critères relativement au goût, les élèves vont probablement acheter leurs collations à un autre endroit, à l'école ou ailleurs.
5. **Allergies aux noix ou aux arachides** : Chaque école établit sa politique en matière d'aliments contenant des noix ou arachides. Cette politique détermine le genre de collations pouvant être mises en vente.
6. **Durée de conservation** : La durée de conservation des produits santé est souvent moins longue. La logistique de la surveillance des « dates limites d'utilisation » peut être une contre-incitation au stockage de ces produits.

6.0 Classification des collations et des boissons

Aux fins du projet pilote *L'Xcellence ça se nourrit*, les collations et boissons ont été classées dans quatre groupes de produits :

1. Collations à base de noix, de graines ou de légumineuses
2. Produits à base de lait
3. Produits à base de légumes ou de fruits
4. Produits alimentaires en général

6.1 Système d'évaluation

Dans chaque groupe de produits (collations à base de noix, de graines ou de légumineuses, produits à base de lait, produits à base de légumes ou de fruits, produits alimentaires en général), un ensemble unique de critères est employé pour classer les produits dans les catégories verte, jaune ou rouge. Prière de consulter la description détaillée du système d'évaluation présentée à l'annexe A.

6.2 Catégories de couleur

Catégorie verte :

Les collations et les boissons classées dans la catégorie verte sont des produits dont la valeur nutritive est bonne ou excellente. On trouve habituellement le produit intégral ou la plus grande partie de ses ingrédients dans le *Guide alimentaire canadien pour manger sainement*. Les produits de cette catégorie tendent à être plus pauvres en matières grasses et en sucre ajouté et plus riches en vitamines, en minéraux et en fibres. Ils sont désignés comme d'excellents choix et les élèves sont encouragés à les choisir de préférence.

Catégorie jaune :

Les collations et les boissons de la catégorie jaune ont une valeur nutritive importante. Ces produits peuvent faire partie d'un mode d'alimentation sain, mais

il faut en consommer moins souvent que les collations et les boissons de la catégorie verte parce qu'ils sont plus riches en sucre ou en matières grasses que les produits de la catégorie verte. Ils sont désignés comme de bons choix.

Catégorie rouge :

Les collations et les boissons classées dans la catégorie rouge ont généralement une valeur nutritive minime. Ces produits ont tendance à être riches en graisses et (ou) en sucres ajoutés et pauvres en vitamines, en minéraux et en fibres. Ces boissons et collations font souvent partie de la catégorie des « autres aliments » du Guide alimentaire canadien. Ils sont désignés comme des aliments pouvant être consommés de temps à autre.

7.0 Critères d'évaluation des collations et des boissons

Les critères nutritionnels utilisés pour évaluer chaque groupe de produits sont indiqués au tableau 7.1. Au moins un des critères suivants a été évalué dans chaque groupe : graisses totales, graisses saturées et graisses trans, fibres, sucres, teneur en calcium, teneur en fruits ou en légumes, teneur en légumineuses, en graines et en noix naturelles, et enrobage de chocolat ou de friandises. Le système d'évaluation a été établi en fonction de données probantes provenant des Apports nutritionnels de référence (ANREF) concernant les macronutriments (3); des Recommandations sur la nutrition de Santé Canada (4); des Allégations concernant la valeur nutritive de l'Agence canadienne d'inspection des aliments (5); et du *Report on Diet Nutrition and the Prevention of Chronic Disease* de l'OMS/FAO (6). Une description détaillée du système d'évaluation est présentée à l'annexe A.

Groupe de produits	Critères
Collations à base de noix, de graines ou de légumineuses (pas de système de points)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ pourcentage de noix naturelles, de graines, de légumineuses, de fruits secs et de friandises/chocolat ▪ enrobage de chocolat ou de friandises sur les noix, les graines et les légumineuses
Produits à base de lait (pas de système de points)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ sucre ajouté ▪ teneur en calcium ▪ matières grasses du lait
Produits à base de légumes ou fruits (pas de système de points)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ pourcentage de jus pur ou teneur en fruits ou en légumes
Produits alimentaires en général	<ul style="list-style-type: none"> ▪ graisses totales ▪ graisses saturées et graisses trans ▪ fibres ▪ sucres

Tableau 7.1 Critères nutritionnels utilisés pour évaluer les groupes de produits

8.0 Projet pilote *L'Xcellence ça se nourrit*

Le projet de distributeurs automatiques santé *L'Xcellence ça se nourrit* a été mis à l'essai d'octobre 2003 à janvier 2004 dans quatre écoles secondaires d'Ottawa. Les grandes lignes des étapes de la planification et de l'exécution du projet sont présentées ci-dessous.

A) Recrutement des écoles

Le responsable des comptes scolaires de Ventrex Vending Services a recruté les écoles qui ont participé au projet pilote. En se fondant sur ses relations de travail de longue date avec sa clientèle (c.-à-d. les directeurs d'école), il a pu discuter du programme de distributeurs automatiques santé avec toutes les écoles et choisir quatre des écoles qui ont manifesté de l'enthousiasme pour le projet.

B) Distributeurs automatiques utilisés

Un distributeur automatique « combiné » a été utilisé aux fins du projet pilote. Le tiers du distributeur était réfrigéré, et les deux tiers ne l'étaient pas. Pendant toute la durée du projet pilote, Ventrex a payé les frais supplémentaires reliés à ces distributeurs automatiques plus coûteux.

C) Recherche de produits santé

L'Équipe de la nutrition et le personnel de Ventrex ont fait une étude de marché afin de trouver des produits satisfaisant aux critères nutritionnels et offerts sous une forme adaptée aux distributeurs automatiques (taille, emballage et prix).

D) Classification de chaque produit

Chaque collation et boisson a été évaluée par des diététistes professionnels de SPO à l'aide de la méthodologie quantitative décrite à l'annexe A, et a été classée en conséquence dans la catégorie verte, jaune ou rouge.

E) Tests de dégustation et sélection des produits

Après avoir évalué les produits et les avoir classés dans les catégories de couleur, on a eu recours au groupe des tests de dégustation pour déterminer les produits que les élèves aimaient ou n'aimaient pas. Ventrex a fourni les produits et SPO a pourvu le groupe en personnel. Les élèves ont pu goûter à tous les aliments s'ils acceptaient de remplir un questionnaire. Ces dégustations ont prouvé aux élèves qu'ils pouvaient trouver des aliments sains et appétissants dans les distributeurs automatiques et les a sensibilisés au nouveau programme.

F) Identification du code de couleurs

Pour aider les élèves à reconnaître les produits santé offerts dans les distributeurs, chaque section ou spirale de l'appareil a été désignée par un autocollant de couleur verte, jaune ou rouge. Un autocollant correspondant a été placé près du code d'identification ou du numéro de sélection du produit. Pour plus de précision, une légende décrivant le code de couleurs a été affichée sur le devant du distributeur automatique.

G) Réapprovisionnement des distributeurs automatiques

Un diagramme de planification comprenant un plan des sections du distributeur automatique a été préparé afin d'indiquer le placement des produits et de faciliter

la détermination des articles qui se vendaient le mieux. Le personnel de livraison a maintenu des statistiques hebdomadaires sur les ventes pendant les deux premiers mois suivant l'introduction de chaque nouveau produit. Afin d'assurer un niveau déterminé de rentabilité, tout produit qui se vendait peu était remplacé par un autre produit de la même catégorie de couleur. Si un produit se vendait exceptionnellement bien, on l'offrait dans une deuxième case.

H) Prix et mesures d'incitation

Pour promouvoir les ventes des produits du distributeur automatique santé, le personnel de livraison a apposé des autocollants « sourire » sur la partie arrière de l'emballage d'une série de produits choisis au hasard des catégories verte et jaune. Quand les élèves trouvaient un collant sourire sur leur achat, ils pouvaient obtenir un prix. Le personnel de livraison de Ventrex s'est chargé d'apposer les autocollants sourire sur des produits des catégories verte et jaune pendant la période de quatre mois (11 ou 12 autocollants par semaine). En tout, 185 prix ont été distribués à chacune des quatre écoles participantes. Les prix, consistant en des bouteilles d'eau, des chaînes porte-clés, des akis, des frisbees, des laissez-passer pour les piscines locales, des CD, des sacs de sport et des sacs d'école, ont été donnés par la Ville d'Ottawa et des entreprises locales.

I) Présentations

Pour sensibiliser les élèves au programme de distributeurs automatiques santé *L'Xcellence ça se nourrit* et promouvoir les ventes, l'Équipe de la nutrition a offert à chacune des écoles participantes une présentation expliquant le nouveau distributeur automatique santé et le code de couleurs, ainsi que l'importance de la nutrition et de choix sains dans le milieu scolaire.

9.0 Résultats du projet pilote de quatre mois

Ce projet pilote a offert une période de vérification par essai et erreur de l'efficacité du programme *L'Xcellence ça se nourrit*. Après la période de quatre mois, les données sur les ventes ont confirmé le succès du programme et indiqué qu'il pourrait être appliqué à d'autres écoles. Voici un regroupement des données sur les ventes durant les deux dernières années scolaires :

- Pendant l'année scolaire de référence 2002-2003, chaque élève du secondaire d'Ottawa a dépensé en moyenne 1,44 \$ par semaine dans les distributeurs automatiques, dont un montant de 0,29 \$ (20 %) par semaine était consacré à l'achat de produits des catégories verte ou jaune (bien que cette classification n'ait pas été établie à ce moment) et 1,15 \$ (80 %) par semaine à des produits de la catégorie rouge (7).
- Durant les quatre mois du projet pilote *L'Xcellence ça se nourrit*, 40 % en moyenne des produits vendus appartenaient aux catégories verte ou jaune. Les ventes globales des distributeurs automatiques des écoles sont demeurées relativement stables. En moyenne, les élèves ont continué de dépenser 1,44 \$ par semaine dans les distributeurs automatiques. Chaque élève a consacré 0,59 \$ (40 %) par semaine à des produits des

catégories verte ou jaune, et 0,85 \$ (60 %) par semaine à des produits de la catégorie rouge (7).

En résumé, les ventes globales dans les quatre écoles participantes sont demeurées stables pendant la période d'essai. La principale différence, c'est que la quantité de collations et de boissons santé achetées a doublé par suite du projet pilote. Celui-ci a confirmé que le fait d'inclure des collations santé dans les distributeurs automatiques n'a pas eu d'effet négatif sur le produit des ventes et que les élèves ont consommé des produits santé quand ceux-ci étaient plus accessibles.

10.0 Leçons tirées de l'expérience

La conception et la mise en oeuvre du projet pilote *L'Xcellence ça se nourrit* a donné aux partenaires l'occasion d'apprendre les aspects pratiques de l'exécution d'un programme de distributeurs automatiques santé dans les écoles. Les leçons importantes qui ont été tirées de l'expérience sont décrites ci-dessous.

Partenariat et rôles :

Il était essentiel de reconnaître et de respecter le point de vue distinct de chaque partenaire relativement au projet. La firme Ventrex Vending est centrée sur la satisfaction de la clientèle et le succès commercial, alors que l'Équipe de la nutrition vise la promotion d'une alimentation saine dans les écoles. À la fin, Ventrex et SPO ont tous les deux constaté qu'il était avantageux de combiner leurs opinions et leurs méthodes en un modèle unifié selon lequel les distributeurs automatiques contribuent de façon positive à l'environnement nutritionnel.

Les élèves et le personnel scolaire ont un rôle fondamental à jouer dans la promotion du programme *L'Xcellence ça se nourrit* dans leur milieu scolaire. Bien que les écoles aient semblé très intéressées et disposées à participer à ces activités de promotion, le suivi a été minime en raison des contraintes de temps. Des méthodes permettant d'accroître la portée du programme et de tirer parti de la possibilité de participation des élèves devront être examinées.

Recherche et évaluation de produits :

L'un des rôles de Ventrex était de faire une étude de marché afin de trouver des produits plus sains pouvant être vendus dans les distributeurs automatiques. Ventrex a encouragé les parents, les enseignants, les élèves et les directeurs d'école à suggérer des produits du marché. Le rôle de l'Équipe de la nutrition était d'évaluer les données nutritionnelles sur les produits et de les classer en conséquence.

Comme l'exemple suivant le démontre, il a été découvert que la participation de diététistes professionnels à l'évaluation des produits est essentielle. Un muffin aux carottes a été soumis à l'évaluation de l'Équipe de la nutrition. On supposait que parce qu'il contenait des carottes, le produit serait classé dans la catégorie verte ou jaune. L'évaluation a permis de déterminer que le muffin contenait plus de 700 calories, dont 70 % provenaient de matières grasses.

Par conséquent, le muffin a été classé dans la catégorie rouge. Les partenaires ont convenu de la nécessité de recourir au jugement de diététistes professionnels pour assurer la catégorisation appropriée des produits.

Éventail de produits :

Il était entendu que le concept d'un distributeur automatique santé « parfait » ne se concrétiserait que si l'on pouvait l'appliquer de façon pratique. Par exemple, sur le plan financier, il serait risqué pour les entreprises de distributeurs automatiques et les écoles d'investir dans une machine distributrice ne comprenant que des produits de la catégorie verte. Cependant, un distributeur comprenant des produits des catégories verte et jaune et quelques aliments de la catégorie rouge représenterait un point de départ beaucoup moins risqué. Des questions telles que la difficulté de trouver des produits nutritifs et adaptés, à prix raisonnable, devaient aussi être prises en considération. Les participants ont appris qu'ils devaient accepter des compromis pour que le projet puisse passer de la théorie à la réalité du milieu scolaire.

Concurrence :

Le distributeur automatique santé est souvent situé à côté des distributeurs ordinaires. Le défi que le programme *L'Xcellence ça se nourrit* doit relever est de demeurer concurrentiel. Les produits offerts dans les distributeurs ordinaires tendent à être annoncés, commercialisés et désignés de manière à attirer les jeunes à l'aide des médias de masse. Il est essentiel que le prix des produits plus sains soit concurrentiel. Les croustilles cuites au four, par exemple, coûtent en général 0,50 \$ de plus parce qu'elles sont importées des États-Unis. Une réunion avec le fournisseur a entraîné une légère réduction du prix et grâce à la hausse de la valeur du dollar canadien, à compter de l'automne 2004, les croustilles ordinaires et celles qui sont cuites au four seront offertes au même prix. Il est important de faire cet effort supplémentaire pour pouvoir supporter la concurrence.

Classification et évaluation des produits :

Le classement initial des collations et boissons dans les catégories de couleur a été effectué à l'aide d'un système d'évaluation plus simple que ce qui est décrit dans le présent document. Initialement, les produits ont été classés en fonction de leur teneur en matières grasses ou de la liste d'ingrédients. Il est devenu évident que pour faciliter l'extension de *L'Xcellence ça se nourrit* à d'autres écoles et programmes communautaires, un système de classement polyvalent et normalisé pouvant servir à évaluer des produits divers de façon uniforme devait être mis au point. Pour répondre à ce besoin, l'Équipe de la nutrition a élaboré le système de classification présenté dans ce document.

Le classement des aliments selon un code de couleurs continuera d'évoluer au fur et à mesure que les diététistes de SPO évalueront de nouvelles

collations et boissons. Les critères quantitatifs seront modifiés de manière à inclure plus de catégories de produits et à tenir compte des nouvelles preuves scientifiques et de l'élaboration de nouvelles politiques relatives à la santé et à la nutrition.

Code de couleurs :

Initialement, les produits des catégories verte, jaune ou rouge étaient clairement identifiés au point de vente. À la fin du projet pilote, seuls les produits des catégories verte et jaune étaient étiquetés. Ce changement a été apporté pour deux raisons : il semble plus important de promouvoir les choix santé que d'avoir l'air de dénigrer les choix moins favorables à la santé. Le fait de désigner les marques de certains fabricants d'une manière négative aurait pu avoir d'autres répercussions.

Distributeur automatique utilisé :

Le distributeur automatique « combiné », qui comprend une section réfrigérée et une section destinée à la vente de produits secs, a été placé dans les écoles pour la période de quatre mois prévue pour le projet. En théorie, la conception de ce distributeur permettait d'offrir une plus grande variété de produits, par exemple lait, lait au chocolat, yogourt, fromage effilochable et poudings à base de lait, de même que légumes et fruits. En fait, il a été difficile de trouver une source de collations à base de fruits ou de légumes, et ces produits étaient susceptibles d'être attaqués par les mouches à fruits ou endommagés en descendant vers le bac de prélèvement. Les produits laitiers s'écoulaient trop lentement et la durée de conservation était un problème. Le seul produit qui se vendait de façon constante était le lait (au chocolat ou 2 %). De plus, les distributeurs automatiques combinés exigent une mise de fonds beaucoup plus importante (8 000 \$, par comparaison à 3 000 \$ pour un appareil non réfrigéré). En fait, l'appareil non réfrigéré offrait aux élèves un plus grand choix de produits santé et populaires que l'appareil combiné.

Il a donc été décidé que les distributeurs combinés ne sont pas un bon choix dans les écoles. Ventrex a suggéré de reprendre les deux modèles distincts de distributeurs automatiques, c'est-à-dire un distributeur non réfrigéré pour les collations et un appareil réfrigéré pour les boissons. Un distributeur supplémentaire, offrant uniquement du lait liquide, aromatisé ou non, a aussi été mis en place.

Évaluation

Les données relatives aux ventes ont été utilisées pour effectuer une évaluation quantitative du projet pilote, mais on obtiendrait un aperçu plus exact si l'attitude et les comportements des élèves étaient aussi évalués. On recommande de procéder à des évaluations réflexes et en cours d'exécution portant sur ces questions avant, durant et après la mise en oeuvre du programme *L'Xcellence ça se nourrit*.

11.0 Prochaines étapes

Le programme de distributeurs automatiques *L'Xcellence ça se nourrit* a commencé par un projet pilote de quatre mois réalisé dans quatre écoles. En raison du succès du projet pilote, en collaboration avec SPO, Ventrex a immédiatement élargi le programme de manière à l'offrir à un plus grand nombre d'écoles et a donné plus d'ampleur au concept des distributeurs automatiques santé. Les éléments suivants sont mis en oeuvre à compter de l'automne 2004.

- Un distributeur automatique de produits secs *L'Xcellence ça se nourrit* a été installé dans toutes les écoles desservies par Ventrex Vending (plus de 50 écoles).
- En raison de la popularité du lait (blanc et au chocolat), des distributeurs contenant exclusivement du lait 1 % (aromatisé ou non) ont été installés dans toutes les écoles.
- L'eau embouteillée est un choix populaire chez les élèves. À 1,50 \$, l'eau occupait le troisième rang parmi les produits qui se sont vendus le mieux l'an dernier. Cette année, le prix de l'eau embouteillée sera réduit à 1,25 \$ et on lui donnera un placement préférentiel (avec les jus de fruits purs) dans le distributeur. Ventrex s'attend à ce que l'eau soit le produit qui se vende le mieux cette année scolaire.
- Des boissons gazeuses seront encore offertes dans certains distributeurs *L'Xcellence ça se nourrit* et dans les distributeurs automatiques traditionnels, mais on leur donnera un placement moins préférentiel. On s'attend à ce que la popularité du lait, de l'eau et du jus de fruit pur entraîne une réduction des ventes de boissons gazeuses dans ces distributeurs.
- Au moins 50 % de tous les produits en vente dans les distributeurs des écoles participantes desservies par Ventrex sont des produits des catégories verte ou jaune. Avec le temps, on s'attend à ce que la proportion de produits de ces catégories augmente.
- Ventrex a préparé des étiquettes en plastique vertes et jaunes qui seront placées de façon permanente en arrière-plan du code de sélection que les élèves utilisent pour indiquer leur choix de produit. Ces couleurs aideront les élèves à reconnaître les produits nutritifs.
- On apportera un changement environnemental important en remplaçant les représentations graphiques de boissons gazeuses sur le devant des distributeurs par des représentations d'eau ou de jus. Ce changement sera effectué d'ici la fin de 2005.
- Au début de 2005, cinq nouveaux distributeurs de lait arriveront au Canada et seront mis à l'essai par Ventrex dans les écoles qui participent à *L'Xcellence ça se nourrit*. Ces distributeurs, dont la devanture sera vitrée, faciliteront la vente de fromage et de yogourt.

- Les diététistes professionnels de SPO continueront de classer les collations et les boissons selon le code de couleurs. On s'attend à ce que ce système évolue de manière à inclure un plus grand nombre de catégories de produits et à tenir compte des nouvelles preuves scientifiques et des changements concernant les politiques en matière de nutrition en santé publique.
- SPO enregistre le nom *L'Xcellence ça se nourrit* et sera titulaire des droits relatifs à cette marque. Afin d'accroître la portée du programme, les fournisseurs de services alimentaires et les entreprises de distributeurs automatiques recevront tous les renseignements nécessaires à la mise en oeuvre du programme. Un protocole d'entente précisera les conditions d'utilisation du nom *L'Xcellence ça se nourrit*.
- Les diététistes professionnels de SPO prépareront des affiches et d'autre matériel de communication afin de sensibiliser les élèves au programme *L'Xcellence ça se nourrit*.
- Pour encourager l'essai de nouveaux produits, une case de chaque distributeur automatique de produits secs *L'Xcellence ça se nourrit* est réservée à de nouveaux produits.

12.0 Discussion

Le programme *L'Xcellence ça se nourrit* s'est formé en tant que discussion entre deux points de vue différents. Des compromis et des solutions créatives adoptés par les deux partenaires ont permis d'obtenir un programme qui s'est avéré pratique et réalisable. Le programme est susceptible de croître et de s'améliorer à mesure que l'industrie alimentaire fournira des produits plus sains et adaptés aux distributeurs automatiques et que les élèves modifieront graduellement leurs habitudes d'achat. Le maintien du souci de la rentabilité lors de la prestation du programme signifie que le partenariat avec l'industrie peut continuer de croître. La canalisation des connaissances et de la créativité commerciales de l'industrie continuera de diriger les efforts vers un milieu scolaire plus sain. La participation des professionnels de la santé publique demeurera une partie intégrale du programme en vue d'assurer le maintien de l'objectif de promotion de la santé du projet pilote. Le fait de démontrer que les collations et les boissons santé se vendent bien dans les distributeurs automatiques des écoles secondaires d'Ottawa est une première étape importante. La réalisation de l'objectif final, qui est d'offrir des distributeurs automatiques santé rentables dans les écoles d'Ottawa, est possible, mais elle nécessitera l'utilisation d'une approche constante et progressive au fil des ans.

13.0 Recommandations concernant la mise en oeuvre d'un programme semblable de distributeurs automatiques dans votre collectivité ou votre école :

- Trouvez une entreprise de distributeurs automatiques disposée à essayer ce programme et ouverte à cette idée (Ventrex a de nombreux organismes affiliés dans tout le pays).
- Soyez patient; ne vous attendez pas à ce que des changements surviennent du jour au lendemain.
- Prévoyez une certaine souplesse dans votre choix de produits. Certains des produits choisis ne sont peut-être pas l'idéal, mais ils offrent une certaine valeur nutritive et représentent une amélioration par rapport aux produits courants. Cette souplesse donne à l'industrie le temps de satisfaire aux normes et permet aux élèves de s'habituer à l'idée qu'un produit santé puisse être acceptable ou « cool ».
- Laissez agir le temps. Nous avons attendu quatre mois avant d'avoir des résultats positifs. Une plus longue période permettrait d'effectuer une évaluation en cours d'exécution et d'apporter les changements requis.
- Créez un bon partenariat. L'industrie, les écoles et les bureaux de santé ont tous des rôles importants à jouer.
- Faites participer les élèves autant que possible : ils ont besoin de sentir qu'ils font partie du projet. Encouragez-les à fournir un apport et faites-les participer à la création d'outils de commercialisation qui serviront à promouvoir le projet.
- Examinez de nouveaux produits. Mettez sur pied un groupe des tests de dégustation dans les écoles, afin de déterminer les produits qui plaisent le plus aux élèves (et qu'ils seraient prêts à acheter).
- Communiquez vos découvertes à d'autres bureaux de santé et écoles. Les nouveaux produits santé qui sont conformes aux critères, les outils qui ont aidé à promouvoir le projet et les nouvelles mesures que vous et vos partenaires prenez pour faire avancer le projet sont tous des renseignements importants.

14.0 Conclusion

Le programme de distributeurs automatiques santé *L'Xcellence ça se nourrit* est fondé sur le principe que la vente de collations santé peut être rentable. C'est cette promesse de bénéfices qui pousse les sociétés privées à faire ce dans quoi elles excellent : commercialiser, promouvoir et vendre les produits de façon novatrice et efficace. *L'Xcellence ça se nourrit* est un partenariat qui combine les talents d'entrepreneur du secteur privé et les connaissances en nutrition des services de santé publique afin de transmettre des messages sur l'alimentation saine, d'offrir des aliments sains dans les distributeurs automatiques des écoles et d'influencer le comportement d'achat des élèves.

Le projet pilote *L'Xcellence ça se nourrit* a prouvé avec succès l'idée que des collations et des boissons saines puissent trouver preneur. Dans quatre écoles de collectivités diverses, les recettes des distributeurs automatiques sont

demeurées stables pendant la période d'essai. Le fait que Ventrex Vending ait multiplié par douze le nombre d'écoles qui utilisent les distributeurs automatiques sains prouve que le programme *L'Xcellence ça se nourrit* est efficace.

La crédibilité d'un programme de collations et de boissons saines dépend en grande partie de la détermination de ce qui constitue un produit sain. Les diététistes de SPO ont effectué cette détermination en classant les produits dans trois catégories : verte, jaune et rouge. Ils ont conçu un système quantitatif, tabulaire et prêt à l'emploi de classement des produits en vente. Le système est simple et peut être utilisé par d'autres professionnels de la nutrition pour obtenir des résultats uniformes.

La modification du milieu dans lequel les jeunes vivent et apprennent est un moyen clé d'améliorer leur santé. La transformation du système de distributeurs automatiques dans les écoles est une étape cruciale, qui ne représente toutefois qu'un élément. Nous sommes fermement convaincus qu'avec le temps, grâce aux efforts concertés de sensibilisation de toutes les sources, les élèves apprendront à reconnaître l'importance des aliments sains et à *en acheter*; les fabricants de collations et de boissons prépareront des produits plus sains pour remplir ce créneau croissant, et les entreprises de distributeurs automatiques continueront de commercialiser de façon novatrice les aliments des catégories verte et jaune. À la longue, ces tendances axées sur le marché et soutenues par les professionnels de la santé publique réussiront à changer le contexte de la vente par distributeurs automatiques dans les écoles. La transformation de la vente par distributeurs automatiques en milieu scolaire est une étape essentielle. Cependant, le meilleur moyen d'améliorer la santé des enfants et des jeunes est de modifier le milieu global dans lequel ils vivent et apprennent. Nous mettons d'autres groupes au défi d'envisager des méthodes créatives de contribuer à la solution.

Annexe A

Classification et catégorisation des collations et des boissons

La première étape du classement d'un produit dans la catégorie verte, jaune ou rouge consiste à déterminer le groupe de produits auquel il appartient. Le schéma de décision suivant est conçu pour aider à effectuer cette classification. Pour utiliser l'arbre de décision, vous devrez disposer de la liste d'ingrédients du produit et, s'il s'agit d'un produit à base de lait, de la teneur en calcium.

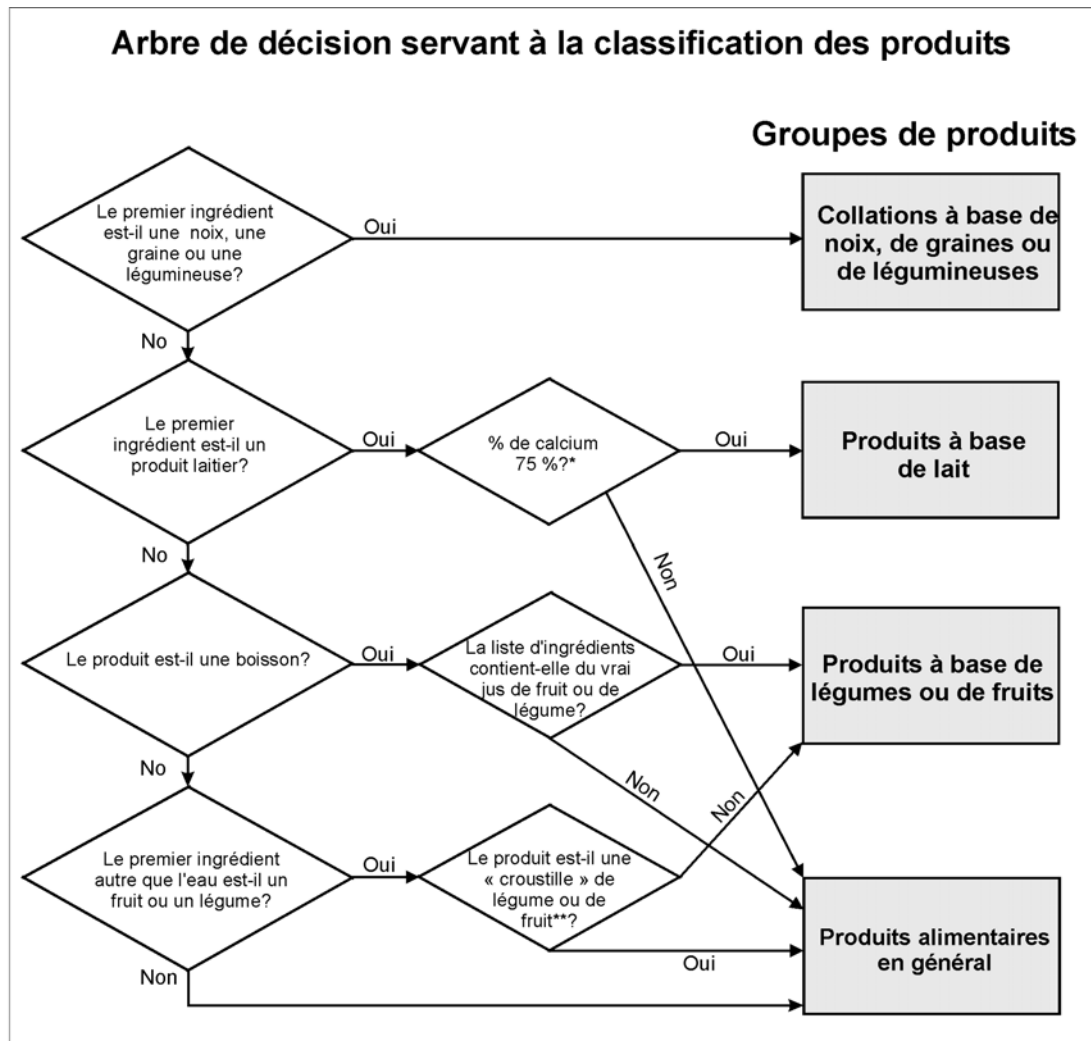


Figure A

* Pour faire partie de ce groupe, le produit doit comprendre des ingrédients laitiers et au moins 75 % du calcium que contient le produit entier dont il découle (p. ex., un produit laitier aromatisé doit contenir au moins 75 % du calcium que contient le lait blanc ordinaire en mg par litre).

** Les produits vendus sous forme de « croustilles », comme les croustilles de pommes de terre, de maïs et de bananes, sont considérés comme des produits alimentaires en général.

Dans chacun des quatre groupes de produits (collations à base de noix, de graines ou de légumineuses, produits à base de lait, produits à base de légumes ou de fruits et produits alimentaires en général), un ensemble unique de critères est utilisé pour classer les produits dans les catégories verte, jaune ou rouge. La partie suivante présente une description des quatre groupes de produits et des critères relatifs au code de couleurs.

Collations à base de noix, de graines ou de légumineuses

Pour qu'un produit soit classé dans ce groupe, le premier ingrédient énuméré doit être une noix, une graine ou une légumineuse. La plupart des produits de ce groupe sont grillés, séchés ou crus, et ils sont souvent vendus en tant que mélange. Le contenu du produit détermine si la collation est classée dans la catégorie verte, jaune ou rouge (Voir le tableau A1). Les critères suivants sont utilisés pour déterminer la catégorie de couleur.

Contenu du produit	Catégorie de couleur
<ul style="list-style-type: none"> Noix, graines ou légumineuses entièrement naturelles ou mélange de ces produits (peut contenir du sel ou des épices) Mélange de noix, de graines ou de légumineuses et de fruits séchés purs 	Verte
<ul style="list-style-type: none"> Noix, graines ou légumineuses avec des morceaux de friandises ou de chocolat ou d'autres produits des catégories rouge ou jaune, si le poids des produits ajoutés est inférieur ou égal à 25 % du poids total. 	Jaune
<ul style="list-style-type: none"> Noix, graines ou légumineuses mélangées à des morceaux de friandises ou de chocolat (ou d'autres produits des catégories rouge ou jaune), si le poids des produits ajoutés est supérieur à 25 % du poids total. 	Rouge
<ul style="list-style-type: none"> Noix enrobées de chocolat, de friandises ou de yogourt, si l'enrobage correspond à plus de 25 % du poids total 	Rouge

Tableau A1 Critères de détermination de la catégorie de couleur des collations à base de noix, de graines ou de légumineuses

Critères de catégorisation des produits à base de lait :

Le groupe des produits à base de lait du programme *L'Xcellence ça se nourrit* comprend de nombreux aliments et boissons indiqués dans le groupe des produits laitiers du *Guide alimentaire canadien pour manger sainement*. Le groupe des produits à base de lait du programme est divisé en trois sous-groupes :

1. Lait liquide et boissons au lait aromatisé
2. Yogourt et boissons au yogourt
3. Fromages

Pour être classé dans ce groupe, le produit doit comprendre des ingrédients laitiers et au moins 75 % de la teneur en calcium du produit entier dont il découle (p. ex., un produit de lait aromatisé doit contenir 75 % de la quantité de calcium que contient le lait blanc ordinaire en mg par litre). Les produits

qui ne satisfont pas à ce critère sont classés dans le groupe des produits alimentaires en général (voir la figure A). Le tableau A2 indique la quantité minimale de calcium que doit contenir un produit pour être classé dans le groupe des produits à base de lait selon le schéma d'évaluation du programme *L'Xcellence ça se nourrit*.

Type de produit	Teneur en calcium exprimée en milligrammes par unité de volume ou de poids	Teneur en calcium exprimée en pourcentage de la valeur quotidienne par unité de volume ou de poids
Lait aromatisé/frappé	235 mg par portion de 250 mL	21 % par portion de 250 mL
Yogourt et boissons au yogourt	240 mg par portion de 175 g	21 % par portion de 175 g
Fromage	240 mg par portion de 50 g	21% par portion de 50 g

Tableau A2 Quantité minimale de calcium nécessaire pour classer un produit laitier dans le groupe des produits à base de lait selon le schéma d'évaluation des produits du programme *L'Xcellence ça se nourrit*.

Après avoir déterminé que le produit contient suffisamment de calcium pour appartenir au groupe des produits à base de lait, il faut le classer dans une catégorie de couleur. Le fromage est évalué selon sa teneur en matières grasses du lait seulement. Le lait liquide, les boissons au lait aromatisé, le yogourt et les boissons au yogourt sont classés dans les catégories verte, jaune ou rouge selon deux critères :

1. Quantité de sucre total (ce qui comprend le lactose)
2. Teneur en matières grasses du lait (M.F.)

Pour être classés dans la catégorie verte, ces produits doivent satisfaire aux deux critères ci-dessus. S'ils ne répondent qu'à un seul ou à aucun de ces critères, les produits sont classés dans la catégorie jaune.

Type de produit	Critères	Catégorie de couleur
Lait liquide, boissons à base de lait aromatisé	≤35 g sucre total / 250 mL et ≤ 2 % M.F.	Verte
	> 35 g sucre total / 250 mL et (ou) >2% M.F.	Jaune
Yogourt et boissons au yogourt (tailles diverses indiquées en raison des emballages différents)	<ul style="list-style-type: none"> • ≤ 35 g sucre total / 200 g • ≤ 31 g sucre total / 175 g • ≤ 20 g sucre total / 113 g • ≤ 17,5 g sucre total / 100 g et ≤ 2 % M.F.	Verte
	<ul style="list-style-type: none"> • >35 g sucre total / 200 g • >31 g sucre total / 175 g • >20 g sucre total / 113 g • >17,5 g sucre total / 100 g et (ou) > de 2 % M.F.	Jaune
Fromage	≤ 20 % M.F.	Verte
	> 20 % M.F.	Jaune

Tableau A3 Critères de détermination de la catégorie de couleur des produits à base de lait

Produits à base de légumes ou de fruits

Les boissons classées dans ce groupe doivent contenir du jus de vrai légume ou de vrai fruit selon la liste d'ingrédients. Pour qu'une collation soit classée dans ce

groupe, le premier ingrédient autre que l'eau doit être un légume ou un fruit. Les produits vendus sous forme de « croustilles », par exemple les croustilles de pommes de terre, de maïs ou de bananes, font partie du groupe des produits alimentaires en général.

Le pourcentage de vrai fruit peut être obtenu habituellement du fabricant. Dans certains cas, il est possible de calculer le pourcentage à l'aide des données du Fichier canadien sur les aliments nutritifs et des renseignements sur la valeur nutritive de collations non sucrées de la même ligne de produits.

Pourcentage de légumes ou de fruits purs	Catégorie de couleur
75-100 %	Verte
50-74,9 %	Jaune
<50 %	Rouge

Tableau A4 Critères de détermination de la catégorie de couleur des produits à base de légumes ou de fruits

Produits alimentaires en général

Ce groupe comprend tous les produits qui ne font pas partie des trois autres groupes de produits (voir la figure A). Il englobe une proportion importante des collations et boissons offertes dans les distributeurs automatiques.

Dans le groupe des produits alimentaires en général, un système de points est employé pour déterminer si le produit appartient à la catégorie verte, jaune ou rouge. Les points sont attribués en fonction de la teneur en graisses totales, en graisses saturées et trans, en sucre et en fibres du produit.

Le total des points accordés au produit détermine la catégorie de couleur (voir le tableau A5). Par exemple, si une barre de granola reçoit 2 points pour les graisses totales, 5 points pour les graisses saturées et trans, aucun point pour le sucre et 2 points pour les fibres, soit un total de 9 points, le produit est classé dans la catégorie verte.

Catégorie de couleur	Total des points (inclusivement)
Verte	8-12
Jaune	4-7
Rouge	3 ou moins

Table A5 Total des points déterminant la catégorie de couleur des produits alimentaires en général

La présente partie explique la façon dont les points sont attribués en ce qui concerne chacun des quatre critères (graisses totales, graisses saturées et trans, sucre et fibres). Les calculs utilisés pour établir le système du programme *L'Xcellence ça se nourrit* sont fondés sur l'hypothèse qu'une portion correspond à la taille du produit offert et que la collation ou boisson moyenne du groupe des produits alimentaires en général contient 200 calories.

1. Graisses totales

Grammes de graisses totales par produit	Points
3,00 g ou moins	3
de 3,01 g à 6 g	2
de 6,01 g à 8 g	1
de 8,01 g à 9 g	0
de 9,01 g à 11 g	-1
Plus de 11 g	-10*

Tableau A6 Attribution des points relativement aux graisses totales

*Si la valeur est -10, le produit est placé automatiquement dans la catégorie rouge

L'attribution des points est fondée sur :

- Les règlements sur l'étiquetage de l'Agence canadienne d'inspection des aliments, selon lesquels un produit à *faible teneur en lipides* doit contenir au plus 3 g de graisses par portion déterminée (5).
- Le *Guide alimentaire canadien pour manger sainement*, qui comprend l'énoncé d'orientation suivant : « Choisissez de préférence des aliments moins gras » (8).
- La fourchette de distribution acceptable des macronutriments (FDAM) des Apports nutritionnels de référence (ANREF) concernant les macronutriments, précisant que les enfants de 4 à 18 ans devraient avoir un apport total en matières grasses représentant de 25 à 35 % de l'apport énergétique total (3).

2. Graisses saturées et graisses trans

Grammes de graisses saturées et de graisses trans par produit	Points
1,5 g ou moins	5
de 1,51 g à 2 g	4
de 2,01 g à 2,5 g	3
de 2,51 g à 3 g	2
de 3,01 g à 3,5 g	1
de 3,51 à 5 g	
Plus de 5 g	-1

Tableau A7 Attribution des points relativement aux graisses saturées et trans

L'attribution des points est fondée sur :

- Les Recommandations sur la nutrition de Santé Canada, selon lesquelles la consommation de graisses saturées et trans devrait être réduite au minimum, tout en ayant une alimentation riche en nutriments (4).
- Les règlements sur l'étiquetage, qui précisent que les aliments à *faible teneur en acides gras saturés* doivent contenir au plus 2 g d'acides gras saturés et trans combinés (par quantité de référence et par portion déterminée) et doivent fournir au plus 15 % de la somme des acides gras saturés et des acides gras trans (9).
- Aux fins des calculs du programme *L'Xcellence ça se nourrit*, si la valeur en acides gras saturés et en acides gras trans n'est pas déclarée (sur le tableau de la valeur nutritive ou par le fabricant), un total de 0 est attribué automatiquement.

3. Fibres

Grammes de fibres par portion	Points
6 g ou plus	4
de 4 g à 5,99 g	3
de 2 g à 3,99 g	2
de 1 g à 1,99 g	1
de 0 à 0,9 g	0
Non disponible	0

Tableau A8 Attribution des points relativement aux fibres

L'attribution des points est fondée sur la description des allégations concernant les fibres alimentaires de l'Agence canadienne d'inspection des aliments (10).

1. « Source » de fibres = aliments qui contiennent au moins 2 g de fibres alimentaires par portion
2. « Source élevée » de fibres = aliments qui contiennent au moins 4 g de fibres alimentaires par portion
3. « Source très élevée » de fibres = aliments qui contiennent au moins 6 g de fibres par portion

4. Sucres

% de calories du sucre	Points
Supérieur ou égal à 40 % et inférieur à 50 %	-2
Supérieur à 50 %	-10
Le sucre est le premier ingrédient énuméré	-10

Tableau A9 Attribution des points relativement au sucre

L'attribution des points est fondée sur :

- L'apport en nutriments visé concernant les sucres libres publié par l'OMS et la FAO, qui recommandent que moins de 10 % de l'énergie totale provienne des *sucres libres* de l'alimentation (6).
- L'ANREF suggérant un apport maximal de 25 % de l'énergie totale provenant des sucres ajoutés (3).
- Parce que le tableau de la valeur nutritive indique le sucre total plutôt que le sucre ajouté, le système de points du programme *L'Xcellence ça se nourrit* est fondé sur la teneur en sucre total. Cependant, dans le cas des produits du groupe des produits alimentaires en général, le sucre total est habituellement un bon indicateur du sucre ajouté. Dans des circonstances où la teneur en sucre ajouté peut être déterminée avec confiance, le critère concernant le sucre est ajusté en conséquence.

Annexe B

L'Xcellence ça se nourrit!

EXEMPLES DE PRODUITS

Produits alimentaires en général	Distributeur/ Marque	Taille du produit	Points – graisses totales	Points – gras sat. et trans	Points - sucre	Points - fibres	Total des points	Catégorie de couleur
Barre Nature Valley (croustade de pommes)	Nature Valley	42 g	2	5	0	2	9	verte
Barre énergétique Vector (baies)	Kellogg	55 g	2	4	0	3	9	verte
Croustilles de riz Crispy (cheddar) *	Quaker	40 g	2	5	0	1	8	verte
Gruau sur le pouce (brioche à la cannelle)	Quaker	47g	1	3	0	2	6	jaune
Grignotises Cheerios (original)	General Mills	50 g	2	3	0	0	5	jaune
SunChips (oignon)	Frito Lay	50 g	-1	5	0	2	6	jaune
Carrés de Rice Krispies (original)	Kellogg	37g	2	3	-2	0	3	rouge
Biscuits DeliSage (vanille)	Christie	50 g	2	1	0	0	3	rouge
Croustilles Miss Vickies (nature)	Miss Vickie's	43g	-10	0	0	1	-9	rouge

Nota : La liste susmentionnée est de nature indicative seulement.

L'inclusion dans cette liste ne constitue pas une approbation de Santé publique Ottawa.

Les données ont été obtenues à l'aide de l'étiquette des produits ou d'appels à la ligne de renseignements aux consommateurs. On s'est efforcé d'obtenir des données à jour. Les utilisateurs devraient vérifier les renseignements sur la valeur nutritive indiqués sur l'emballage des produits.

Catégorie de produits	Distributeur/ Marque	Catégorie de couleur
Collations à base de noix, de graines ou de légumineuses		
Mélange montagnard, salé		verte
Noix mélangées, non salées		verte
« Noix » de soya grillées		verte
Mélange tropical avec 20 % de croustilles de banane		jaune
Mélange de noix et de Smarties (15 % de Smarties)		jaune
Arachides enrobées de chocolat		rouge
Produits à base de lait		
Lait 2 % dans un carton à lait ordinaire	Générique	verte
Milk to Go – Vanille	Dairyland	verte
*Lait Coffee Crisp	Nestlé	jaune
Creamy Raspberry	Danone	verte
Fromage mozzarella effilochable	Black Diamond	verte
**Fromage cheddar effilochable	Black Diamond	jaune
Produits à base de légumes ou de fruits		
Jus d'orange	Minute Maid	verte
Boisson aux agrumes	Five Alive	jaune
Punch aux agrumes à saveur d'orange	Sunny D	rouge

* **Nota :** Excède la limite de 35 g de sucre total par 250 mL, donc : catégorie jaune

** **Nota :** Excède la limite de 20 % de matières grasses du lait, donc : catégorie jaune

Références

1. Tremblay MS, D.J. Willms. Secular Trends in the Body Mass Index of Canadian Children. *Journal de l'Association médicale canadienne* 2000;163(11): 1429-1433. [erratum publié dans le JAMC, 2001; 164(7): 970].
2. Ontario Society for Nutrition Professionals in Public Health School Nutrition Workgroup 2004: *Call to Action: Creating a Healthy School Nutrition Environment*, Mars 2004.
http://www.osnp-ph.on.ca/call_to_action.pdf
3. Food and Nutrition Board, Institute of Medicine of the National Academies: *Dietary Reference Intake for Energy, Carbohydrates, Fibre, Fat, Fatty Acids Cholesterol, Protein and Amino Acids, Macronutrient Report*, 2002.
4. Santé Canada. *Recommandations sur la nutrition pour les Canadiens et les Canadiennes – Ébauche de la recommandation sur les lipides*, Ottawa, 2004. http://www.hc-sc.gc.ca/hpfb-dgpsa/onpp-ppn/comment_period_rec_on_fat_e.html (07/12/04).
5. Agence canadienne d'inspection des aliments. *Guide d'étiquetage et de publicité sur les aliments, Section VI : Allégations concernant la valeur nutritive 6.2.3.3*, Ottawa, 2003.
<http://www.inspection.gc.ca/english/bureau/labeti/guide/6-2-5-e.shtml>
6. Organisation mondiale de la santé. *Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation on Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Disease*, 5.1.3. OMS, Genève, 2003.
<http://www.fao.org/DOCREP/005/AC911E/ac911e07.htm>
7. Ventrex Vending: *Sales Report*, Ottawa, 2003.
8. Santé Canada. *Guide alimentaire canadien pour manger sainement*, Ottawa, 1997.
9. Gazette du Canada, partie II, vol. 137, n° 1, Ottawa, 1^{er} janvier 2003. Disponible à :
<http://canadagazette.gc.ca/partII/2003/20030101/html/sor11-e.html> (17/09/04).
10. Agence canadienne d'inspection des aliments. *Guide d'étiquetage et de publicité sur les aliments, Section VI : Allégations concernant la valeur nutritive, 6.2.4.6.2*, Ottawa, 2003.
<http://www.inspection.gc.ca/english/bureau/labeti/guide/6-2-5-e.shtml>