

---

<b>Procédure administrative :</b>	<i>La nutrition et les activités physiques lors de réunions ou de rencontres</i>	<b>Numéro :</b>	<i>PA - 7.053.2</i>
<b>Catégorie :</b>	<i>Administration des écoles</i>	<b>Pages :</b>	<i>2</i>
<b>Approuvée :</b>	<i>le 20 juin 2011</i>	<b>Modifiée :</b>	<i>le 29 mai 2017</i>

---

## 1. Principes directeurs

La présente procédure administrative repose sur les principes directeurs suivants :

- 1.1 Sous réserve d'une condition médicale qui les empêche de le faire, tous les participants à des réunions, à des rencontres ou à des ateliers d'une durée supérieure à deux heures pourront profiter d'au moins une pause-action comprenant de l'activité physique.
- 1.2 Lorsque des repas ou des collations sont offerts, les choix alimentaires seront avant tout sains et nutritifs.

## 2. Modalités d'application

Afin d'aider à la mise en œuvre des principes énoncés à l'article 1, les éléments suivants sont proposés.

- 2.1 Des pauses-action au travail
  - a) Chaque pause-action comprend des étirements ou une activité physique comme la marche.
  - b) La participation aux activités physiques est facultative.
  - c) Il est important d'inciter les participants à porter des espadrilles lorsqu'on les invitera à marcher.
  - d) La création d'un dépliant ou d'un outil électronique qui propose des suggestions d'activités.

## 2.2 L'alimentation saine

- a) Les choix et les quantités d'aliments doivent s'inspirer du *Guide alimentaire canadien* : <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-fra.php>
- b) Lorsqu'une collation ou un repas est offert, il est important de commander la quantité adéquate pour éviter le gaspillage de nourriture.
- c) Il est recommandé de choisir avant tout des fruits et des légumes de l'Ontario.
- d) Il est suggéré de ne pas offrir de sel de table aux repas.

***Dans ce document, ainsi que dans toutes les politiques du Conseil, un genre inclut l'autre, tout comme le singulier englobe le pluriel lorsque le contexte l'exige.***

*Renvoi : P – 7.053.2 – La nutrition et activités physiques lors des réunions*