



ENFANTS EN SANTÉ

ACTION COMMUNAUTAIRE



Action communautaire Enfants en santé

Notre communauté autochtone est l'une des 45 collectivités participant au Programme d'action communautaire Enfants en santé. Ce programme rassemble des collectivités partout en Ontario autour d'un objectif commun : améliorer la santé des enfants par l'exercice physique et une alimentation saine. Ces deux facteurs sont essentiels pour aider les enfants à maintenir un poids santé.

Six centres d'accès aux services de santé pour les Autochtones participent au programme. Y participent aussi de nombreuses collectivités où l'on trouve des populations autochtones.

Remarque importante :

- Dans cette fiche, le terme « Autochtones » fait référence aux Premières nations, Inuits et Métis. À des fins d'exactitude et d'uniformité, le terme « Indigènes* » est employé en référence à des statistiques précises (voir « Faits et chiffres » à la page 7 pour obtenir des statistiques sur la population autochtone de l'Ontario).
- Les statistiques ne rendent pas compte du vécu individuel, familial ou communautaire. Cela est encore plus vrai pour les collectivités autochtones. Il existe des lacunes dans les données pour les peuples autochtones en raison, d'une part, du manque de confiance dans la divulgation d'informations personnelles et concernant la collectivité (y compris dans la collecte de données pour le recensement et par le gouvernement) et d'autre part, de l'histoire coloniale. Pour ces raisons, les données fournies dans cette fiche peuvent sembler fragmentaires et ne brossent donc qu'un tableau incomplet de la réalité.

Thème 3 :

Choisissons plus de légumes et de fruits

Il est question ici d'inciter les enfants à manger plus de fruits et légumes. Le but visé est d'encourager les enfants et leurs familles à intégrer des fruits et légumes à chaque collation et chaque repas.

Tout au long du Thème 3, les collectivités participant au Programme d'action communautaire Enfants en santé (ACES) s'efforceront d'encourager les enfants à manger plus de fruits et légumes de la façon suivante :

- En améliorant les connaissances, les aptitudes et les comportements autour d'une alimentation saine
- En rendant les fruits et légumes plus accessibles dans les lieux où les enfants vivent, étudient et jouent

Les collectivités comptent réaliser leurs objectifs par des campagnes, des politiques, des programmes, des activités et divers soutiens.

Pourquoi est-il important que les enfants consomment plus de fruits et légumes?

- Lorsque nous avons interrogé les gestionnaires de projets locaux au sujet du Thème 3, presque tous nous ont répondu que la consommation de fruits et légumes est une question qui doit être abordée¹.
- Les fruits et légumes sont bons pour les enfants. Ils sont une excellente source de vitamines, minéraux, fibres et autres nutriment.
 - ~ Une alimentation saine permet d'abaisser la tension artérielle et d'améliorer l'état de santé général².
 - ~ Associé à l'exercice physique, un régime alimentaire sain riche en fruits et légumes contribue à réduire les maladies chroniques³.
- Pour les collectivités autochtones, encourager les enfants à manger plus de fruits et légumes présente de nombreux avantages :
 - ~ D'après le Guide alimentaire canadien pour les Premières nations, augmenter la consommation quotidienne de fruits et de produits laitiers, et diminuer la consommation d'aliments riches en calories, contribuent à réduire le risque de diabète et de maladies cardiaques⁴.
 - ~ L'Enquête régionale sur la santé des Premières Nations (2008-2010) montre qu'une alimentation saine et équilibrée était presque toujours associée à une « excellente » santé. Les enfants indigènes qui ont une bonne alimentation sont aussi plus susceptibles de :
 - › Participer à des jeux et des sports d'équipe ainsi qu'à des activités traditionnelles de tambours, de chants et de danses
 - › Manger et partager des aliments traditionnels (gibier, poissons, baies)
 - › Manger des fruits et légumes plusieurs fois par jour
 - › Ne pas consommer de boissons sucrées ni d'aliments prêts à manger⁵.
 - ~ Les collectivités autochtones possèdent un savoir ancestral sur la nourriture et son partage. Ces connaissances pourraient être utilisées plus largement à l'échelle des collectivités.

« Nos enfants sont comme des fleurs. Les fleurs ont besoin de nourriture, d'amour et de soins. Elles ont besoin d'un endroit pour grandir et s'épanouir. »

~ Un Ancien de Cowichan Tribes, 2009⁶

Promouvoir la souveraineté alimentaire

Le Health Authority Healthy Food Guidelines for First Nations Communities donne la définition suivante de la souveraineté alimentaire :

La « souveraineté alimentaire » est le droit des peuples, des communautés et des pays de définir, dans les domaines de l'agriculture, du travail, de la pêche, de l'alimentation et de la gestion forestière, des politiques écologiquement, socialement, économiquement et culturellement adaptées à leur situation unique. La souveraineté alimentaire des peuples autochtones inclut également des éléments de caractère sacré et d'autodétermination »⁷.

De nombreuses collectivités autochtones ont commencé à prendre des mesures en vue de réaliser leur souveraineté alimentaire. Ces efforts ouvriront de nouvelles possibilités pour renforcer le dialogue sur ce thème important.

Promouvoir la nourriture traditionnelle

La nourriture traditionnelle est un aspect important de la souveraineté alimentaire des collectivités et des peuples autochtones. Les aliments traditionnels proviennent de ressources animales ou végétales obtenues par la cueillette, la culture, la pêche, le piégeage ou la récolte. Il s'agit notamment de viandes de gibier (orignal, cerf, etc.), d'algues, de baies et de légumes-racines. Les avantages sont multiples :

- Se procurer des aliments traditionnels demande beaucoup d'efforts physiques. C'est un excellent moyen pour les enfants et les familles de stimuler leur énergie tout en améliorant leur condition physique.
- Les enfants qui grandissent dans un milieu de pêcheurs, de chasseurs ou de cueilleurs auront plus facilement et plus souvent accès à des aliments traditionnels sains, ce qui peut être bénéfique pour réduire leur risque d'obésité⁸.
- La consommation d'aliments traditionnels est saine. Elle permet de développer une identité et de solides valeurs culturelles⁹. Elle est également liée à un apport élevé en protéines, fer, zinc et vitamines A et D, parce que les aliments traditionnels sont riches en nutriments¹⁰.

L'accès aux aliments traditionnels et leur consommation ont évolué au fil du temps. Les raisons à cela sont multiples :

- La disponibilité et la facilité d'accès des magasins d'alimentation et des aliments prêts à consommer
- Le changement climatique et d'autres préoccupations environnementales (p. ex. la pollution)
- Le coût et le temps nécessaires à la chasse, à la récolte et au traitement des aliments traditionnels.

Les peuples autochtones trouvent de nouveaux moyens de ramener les aliments traditionnels chez eux et dans leur collectivité. Dans certaines collectivités, le rétablissement, la protection et la dépendance à l'égard de la nourriture traditionnelle contribueront à améliorer la sécurité alimentaire.

Comment notre collectivité peut-elle encourager nos enfants autochtones à consommer plus de fruits et légumes tout en conservant une alimentation traditionnelle? Essayez d'inclure des légumes-racines, des petits fruits, des canneberges, du maïs, de la courge, des légumes verts (comme le pissenlit) et des ragouts dans le cadre d'un régime alimentaire sain.

Comportements sains – Comment faire de meilleurs choix alimentaires?

Guides alimentaires destinés aux collectivités autochtones

Le but des guides alimentaires est d'informer les familles dans notre collectivité et de les aider à faire de meilleurs choix d'aliments et de boissons, ce qui n'est pas toujours facile.

Les collectivités autochtones sont confrontées à des besoins et des défis uniques. Par exemple, il n'est pas toujours facile de concilier aliments vendus en magasin et aliments traditionnels. Les premiers sont plus facilement accessibles et abordables, mais ils sont aussi moins bons pour la santé.

Les guides alimentaires sont extrêmement utiles, car ils tiennent compte de tous ces facteurs. Nous avons réuni pour vous une liste de guides qui représentent la diversité géographique et culturelle de la communauté autochtone. Œuvrons ensemble pour favoriser une meilleure connaissance de l'histoire et des traditions alimentaires uniques de notre collectivité.

1. First Nations Health Authority Healthy Food Guidelines

Ces directives sont classées par groupes d'aliments et réparties en trois catégories : « à éviter »; « à consommer occasionnellement »; et « à consommer sans modération ». Voici quelques exemples pour le groupe des fruits et légumes :

- a) À éviter – les fruits enrobés de sucre, les croustilles de pomme de terre, les frites, et les fruits et légumes crus, mis en conserve à la maison ou cuits frais/surgelés accompagnés d'une sauce au beurre ou à la crème.
- b) À consommer occasionnellement – les fruits secs, les fruits et légumes crus mis en conserve à la maison ou cuits frais/surgelés accompagnés d'une sauce allégée.
- c) À consommer sans modération - les fruits et légumes crus mis en conserve à la maison ou cuits frais/surgelés accompagnés de sauces de type salsa faites à la maison¹¹.

2. The Coastal B.C. Native Food Guide¹²

Ce guide recommande de manger chaque jour une variété d'aliments issus de chacun des groupes alimentaires. Il donne des exemples d'aliments traditionnels pour chacun des groupes : produits à base d'os et produits laitiers; viande, poisson, oiseaux et œufs; baies et légumes; pains et céréales; etc.

3. The Inuit/Nunavut Food Guide¹³

Ce guide recommande de manger des aliments issus de chacune des catégories suivantes : viande et substituts; lait et substituts; produits céréaliers et fruits et légumes. C'est un guide illustré qui met l'accent sur la culture et les pratiques alimentaires traditionnelles des Inuits.

4. Bien manger avec le Guide alimentaire canadien - Premières nations, Inuit et Métis¹⁴

Les cultures autochtones ont des valeurs, des traditions et parfois des choix alimentaires qui diffèrent de ceux de la population canadienne en général. Le guide alimentaire personnalisé donne des exemples d'aliments traditionnels des Premières nations, des Inuits et des Métis. Il explique qu'on peut créer un modèle de saine alimentation en combinant les aliments traditionnels avec ceux que l'on retrouve dans les magasins d'alimentation. Il est publié en cri des plaines, cri de bois, ojibwe et inuktitut.

Pour en savoir plus sur ces guides et découvrir 12 recettes traditionnelles, voir la section « Autres ressources » à la fin de cette fiche d'information.

Que devons-nous donner à manger à nos enfants?

Le Guide alimentaire recommande 4 à 6 portions quotidiennes de fruits et légumes pour les enfants de 2 à 13 ans.

| Nombre de portions recommandé chaque jour ¹⁵ | | | |
|---|-----|-----|------|
| Âge (ans) | 2-3 | 4-8 | 9-13 |
| Portions de fruits et légumes | 4 | 5 | 6 |

Que représente une portion?

Les gens peuvent bien comprendre que les fruits et les légumes sont des choix d'aliments sains, mais le fait demeure que beaucoup de personnes ne savent pas ce que représente une portion. Voici quelques exemples de portions qu'offre le Guide alimentaire canadien pour les fruits et les légumes les plus courants.

Une portion de légumes correspond à :

- 125 mL (½ tasse) ou 1 épi de maïs
- 125 mL (½ tasse) ou 4 fleurettes ou bouquets de chou-fleur ou de brocoli
- 125 mL (½ tasse) ou 1 grosse carotte
- 125 mL (½ tasse) ou 6 tiges d'asperges
- 125 mL (½ tasse) de légumes frais, surgelés ou en conserve cuits, tels que haricots, carottes, gombo, margose amère, pak-choï ou courge
- 250 mL (1 tasse) de légumes verts à feuilles crus, tels que laitue, chou-vert frisé ou épinards
- 125 mL (½ tasse) de tomates ou de sauce tomate

Une portion de fruits correspond à :

- 1 pomme, orange, pêche, poire ou banane de taille moyenne
- 20 cerises ou grains de raisin
- 125 mL (½ tasse) de baies, melon, mangue ou banane plantain frais ou surgelés



Obstacles potentiels

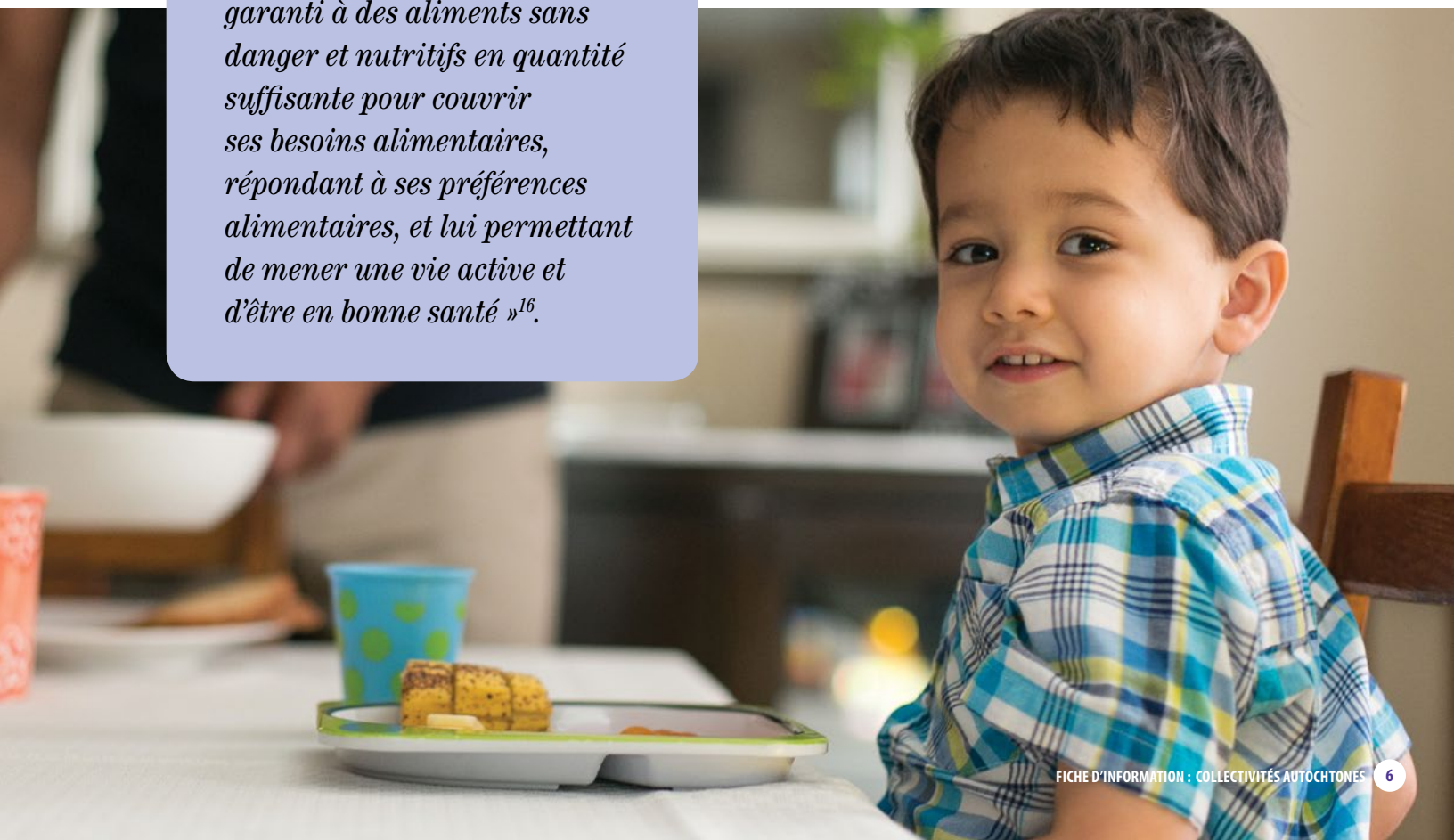
Dans notre souci de trouver des moyens d'encourager nos enfants et nos familles autochtones à consommer des fruits et légumes à chaque repas et chaque collation, nous devons garder à l'esprit les valeurs, les expériences et les défis uniques auxquels fait face notre collectivité. Les collectivités autochtones et leurs familles sont confrontées à toutes sortes de défis et d'obstacles :

Sécurité et insécurité alimentaires parmi les populations

- **Accès** aux fruits et légumes
- **Coût** des fruits et légumes
- **Qualité inégale** des produits frais
- **Disponibilité** des aliments nutritifs

« La sécurité alimentaire est une situation caractérisée par le fait que toute la population a en tout temps un accès matériel et socioéconomique garanti à des aliments sans danger et nutritifs en quantité suffisante pour couvrir ses besoins alimentaires, répondant à ses préférences alimentaires, et lui permettant de mener une vie active et d'être en bonne santé »¹⁶.

- Les quatre piliers de la sécurité alimentaire sont la disponibilité, l'accès, l'utilisation et la stabilité¹⁷.
- L'accès aux aliments sains, comme les fruits et légumes, dépend du revenu. Les aliments moins bons pour la santé sont souvent moins chers. C'est pourquoi l'insécurité alimentaire est liée à de mauvais régimes alimentaires.
 - ~ Un tiers des foyers autochtones vivant hors réserve sont en situation d'insécurité alimentaire¹⁸.
- L'insécurité alimentaire varie dans les réserves et les collectivités des Premières nations. Les collectivités éloignées sont le plus touchées par ce problème¹⁹.
 - ~ D'après les données d'une enquête, le taux d'insécurité alimentaire parmi les peuples autochtones au Canada était deux fois plus élevé dans la population générale (28,2 %, sauf les peuples des Premières nations vivant en réserve, contre 12,6 %) ²⁰.
 - ~ Les résultats de l'Enquête auprès des peuples autochtones de 2012²¹ ont montré que 41 % des Inuits de 15 ans et plus vivaient dans des foyers en situation d'insécurité alimentaire.
 - ~ Les données concernant les Métis sont limitées²².



Comment aborder le Thème 3

Nous devons élaborer un plan adapté aux besoins de notre collectivité. Voici quelques idées :

- Promouvoir la sécurité alimentaire par l'éducation et un environnement favorable. Nous pouvons aussi élaborer des programmes qui s'attaquent à la question de l'accès et de la disponibilité de la nourriture.
- Améliorer l'accès aux fruits et légumes en organisant des banquets communautaires qui proposent des aliments sains et traditionnels.
- Améliorer l'accès aux aliments sains à l'école et après l'école en mettant en place des programmes de repas sains.
- Renforcer les initiatives communautaires existantes au niveau local.
- Élaborer des actions d'éducation et de sensibilisation expliquant en quoi consiste une alimentation nutritive (y compris les fruits et légumes). Nous pouvons aider les familles et les collectivités à comprendre qu'une alimentation saine et équilibrée peut associer aliments vendus en magasin et aliments traditionnels.
- Mieux informer les populations sur les aliments traditionnels, y compris les compétences requises pour cueillir, chasser, préparer et entreposer correctement ces aliments.
- Créer et améliorer les programmes communautaires pour faciliter l'accès aux fruits et légumes. Nous pouvons offrir ces programmes dans le cadre communautaire, éducatif ou récréatif.
- Soutenir le développement et l'amélioration des jardins communautaires. Ces projets favorisent une alimentation saine et des aliments nutritifs aux événements communautaires, aux rassemblements et aux familles.
- Augmenter la consommation d'aliments traditionnels. Nous pouvons protéger et rétablir leur place dans notre collectivité pour bénéficier d'une plus grande sécurité alimentaire et de choix alimentaires plus variés.

- Créer des environnements sains et favorables à des changements durables. Nous pouvons mettre l'accent sur nos écoles, nos garderies, nos collectivités et nos foyers.
- Élaborer des ressources et des messages nutritionnels adaptés à notre culture.
- Faciliter l'accès à l'information sur les aliments culturels, locaux et traditionnels.
- Promouvoir la fierté culturelle.
- Organiser des événements de mise en conserve dans notre collectivité.

N'oubliez pas que...

- De nombreuses collectivités autochtones ont une approche globale de la santé et du bien-être qui repose sur l'équilibre physique, émotionnel, mental et spirituel des individus.
- La santé et le bien-être des Autochtones sont influencés par des facteurs historiques bien réels, dont notamment les inégalités, économiques et politiques.

*« Dans la collectivité, nous possédons un vaste savoir. »
Nous employons une approche globale pour aborder la nourriture, l'environnement et la santé et nous avons défini le partenariat comme une collaboration entre les membres de la collectivité qui privilégie la compréhension, la compassion et la bonté. »*

~ Propos d'un participant du Cercle de la parole, cité dans Food Security in a Northern First Nations Community: An Exploratory Study on Food Availability and Accessibility²³.

Faits et chiffres

- En 2011, plus des 300 000 personnes qui se déclaraient indigènes au Canada (soit environ 20 %) vivaient en Ontario, où elles représentent 2,5 % de la population totale.
 - ~ Ce nombre englobe trois groupes indigènes jouissant d'une reconnaissance constitutionnelle au Canada : 209 510 membres des Premières nations, 86 020 Métis et 3 360 Inuits²⁴.
- La population indigène est généralement plus jeune que la population non indigène.
 - ~ En Ontario, quatre indigènes sur dix (plus de 40%) étaient âgés de moins de 25 ans, contre 30 % de la population non indigène²⁵.
- Des études ont montré que les indigènes ont des taux de surpoids et d'obésité plus élevés que la population générale. Leur espérance de vie est aussi plus faible.
 - ~ Environ 60 % des enfants et des jeunes indigènes âgés de 2 à 17 et vivant hors réserve ont un poids santé. Les autres sont en surpoids ou obèses²⁶.
 - ~ Parmi les enfants des Premières nations de 2 à 11 ans vivant en réserve dans des collectivités des Premières nations, environ 40 % ont un poids santé. Les autres sont en surpoids ou obèses²⁷.
- Les résultats de l'Enquête régionale sur la santé 2007-2008 effectuée auprès des parents/gardiens des enfants des Premières nations âgés de 2 à 11 ans ont montré que 60 % d'entre eux mangeaient « toujours » ou « presque toujours » une alimentation nutritive et équilibrée. Moins de 5 % des enfants ne recevaient que rarement ou jamais une alimentation nutritive et équilibrée. L'enquête a montré que :
 - ~ Environ 35 % des enfants mangeaient des légumes plusieurs fois par jour.
 - ~ Environ 50 % des enfants mangeaient des fruits (jus non compris) plusieurs fois par jour.
 - ~ Environ 10 % des enfants des Premières nations vivant hors réserve, 9 % des enfants métis et 24 % des enfants inuits (tous âgés de 2 à 5 ans) consommaient des aliments prêts à manger ou des aliments transformés chaque jour²⁸.
- Un examen de l'alimentation des jeunes des Premières nations au Canada (âgés de 6 à 18 ans) vivant dans des régions éloignées ou en milieu isolé semble indiquer que leur alimentation est riche en calories et pauvre en nutriments. Ces enfants ne mangent pas assez de fruits et légumes. Ils ont aussi tendance à consommer trop de boissons sucrées, de collations et d'aliments prêts à manger²⁹. Ceci est probablement dû aux coûts élevés des produits frais et aux coûts de transport et d'entreposage associés.
- Le milieu où les enfants vivent, étudient et jouent peut influencer leur alimentation saine et équilibrée. Par exemple, le fait que l'enfant vive avec deux parents, un seul parent, ou une famille élargie, sera déterminant dans ses choix alimentaires et l'accès aux fruits et légumes.
- Les indigènes mangent moins de nourriture traditionnelle qu'autrefois³⁰.
 - ~ D'après des données de 2004, les indigènes ne tirent que 6 % à 40 % de leurs calories de l'alimentation traditionnelle³¹.
- Lorsque tous les membres de la famille mangent ensemble, les repas sont plus nutritifs. C'est aussi l'occasion pour eux de renouer contact³².



Autres ressources utiles

The Healthy Weights Connection database of Indigenous community resources :

http://www.healthyweightsconnection.ca/resources/other-resources?filter_2521=17

First Nations Health Authority Healthy Food Guidelines for First Nations Communities :

http://www.fnha.ca/documents/healthy_food_guidelines_for_first_nations_communities.pdf

Southern Ontario Aboriginal Diabetes Initiative :
<http://soadi.ca/>

Coastal B.C Food Guide : <http://www.wabano.com/wp-content/uploads/2015/03/Coastal-BC-Native-Food-Guide.pdf>

Inuit Food Guide(s) : <http://www.wabano.com/wp-content/uploads/2015/03/Nunavut-Food-Guide-side-1.pdf> & <http://www.wabano.com/wp-content/uploads/2015/03/Nunavut-Food-Guide-side-2.pdf>

Traditional food fact sheets : http://www.fnha.ca/Documents/Traditional_Food_Fact_Sheets.pdf

Réseau Nutrition autochtone (sous l'égide des Diététistes du Canada) : <http://www.dietitians.ca/Dietitians-Views/Specific-Populations/Aboriginal-Nutrition.aspx>

Bien manger avec le Guide alimentaire canadien - Premières Nations, Inuit et Métis (Santé Canada) :
<http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/fnim-pnim/index-eng.php>

Réseau Nutrition autochtone, Diététistes du Canada) : - 12 Traditional Food Recipes:
<http://www.dietitians.ca/Your-Health/Nutrition-A-Z/Cooking/Indigenous-Recipes.aspx>

Pour en savoir plus sur les activités dans votre collectivité et comment participer, veuillez communiquer avec la personne responsable d'Action communautaire Enfants en santé :

.....
Nom

.....
Courriel

.....
Téléphone

.....
Site Web

Pour en savoir plus sur l'alimentation saine des enfants : Ontario.ca/enfantsensante

Références :

- 1 Ministère de la Santé et des Soins de longue durée. (2016). Sondage auprès des gestionnaires de projets locaux du Programme d'action communautaire Enfants en santé
- 2 Centre de collaboration nationale de la santé autochtone. (2011). Le comportement nutritionnel des enfants et jeunes Métis du Canada : Un examen préalable. À consulter ici : [http://www.nccah-ccnsa.ca/Publications/Lists/Publications/Attachments/13/Nutritional%20Habits%20of%20Metis%20Children%20and%20Youth%20\(English\).pdf](http://www.nccah-ccnsa.ca/Publications/Lists/Publications/Attachments/13/Nutritional%20Habits%20of%20Metis%20Children%20and%20Youth%20(English).pdf)
- 3 Organisation mondiale de la santé. Rapport sur la Santé dans le Monde 2002 - Réduire les risques et promouvoir une vie saine. Genève : OMS; 2002
- 4 First Nations Health Authority Healthy Food Guidelines for First Nations Communities. (2013). À consulter ici : http://www.fnha.ca/documents/healthy_food_guidelines_for_first_nations_communities.pdf
- 5 First Nations Information Governance Centre. (2012). First Nations Regional Health Survey 2008/10. Publié sur : http://fnigc.ca/sites/default/files/docs/first_nations_regional_health_survey_rhs_2008-10_-_national_report.pdf
- 6 Growing up healthy: a resource booklet about healthy children for First Nations and Metis parents in B.C. À consulter ici : http://www.nccah-ccnsa.ca/Publications/Lists/Publications/Attachments/93/growingup_EN_web.pdf
- 7 First Nations Health Authority Healthy Food Guidelines for First Nations Communities. (2013). À consulter ici : http://www.fnha.ca/documents/healthy_food_guidelines_for_first_nations_communities.pdf
- 8 Organisation nationale de la santé autochtone. (2012). Aboriginal Children and Obesity
- 9 Assembly of First Nations Environmental Stewardship Unit. (2007). Traditional Foods: Are they safe for First Nations consumption? À consulter ici : http://www.afn.ca/uploads/files/rp-traditional_foods_safety_paper_final.pdf
- 10 Les Diétitistes du Canada. (2014). Réseau Nutrition autochtone.
- 11 First Nations Health Authority Healthy Food Guidelines for First Nations Communities. 2013. À consulter ici : http://www.fnha.ca/documents/healthy_food_guidelines_for_first_nations_communities.pdf
- 12 Coastal B.C. Native Food Guide. À consulter ici : <http://www.wabano.com/wp-content/uploads/2015/03/Coastal-BC-Native-Food-Guide.pdf>
- 13 Wabano Inuit Food Guide. À consulter ici : <http://www.wabano.com/wp-content/uploads/2015/03/Nunavut-Food-Guide-side-1.pdf>
- 14 Bien manger avec le Guide alimentaire canadien - Premières Nations, Inuit et Métis, 2007. À consulter ici : http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/pubs/fnim-pnim/index-fra.php#a_2
- 15 Idem
- 16 Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture. (2016). À consulter ici : <http://www.fao.org/economic/ess/ess-fs/en/>
- 17 Idem
- 18 Willows, ND., Veugelers, P., & Kuhle S, (2009). Prevalence and sociodemographic risk factors related to household food security in Aboriginal people in Canada. Public Health Nutrition; 12(8):1150-1156.
- 19 Les Diétitistes du Canada. (2016). Prevalence, Severity and Impact of Household Food Insecurity: A Serious Public Health Issue (PROOF)
- 20 Idem
- 21 Wallace S. Inuit Health: Selected findings from the 2012 Aboriginal Peoples Survey. Août 2014. Statistique Canada.
- 22 Conseil des académies canadiennes. (2014). La sécurité alimentaire des populations autochtones dans le Nord du Canada : Évaluation de l'état des connaissances. Comité d'experts sur l'état des connaissances à propos de la sécurité alimentaire dans le Nord du Canada. Ottawa
- 23 Food Security in a Northern First Nations Community: An Exploratory Study on Food Availability and Accessibility. (2012). À consulter ici : http://www.naho.ca/jah/english/jah08_02/08_02_food-security.pdf
- 24 Statistique Canada. Les peuples autochtones : Feuillet d'information de l'Ontario. (2016). À consulter ici : <http://www.statcan.gc.ca/pub/89-656-x/89-656-x2016007-fra.htm>
- 25 Idem
- 26 Shields M (2006) Overweight and obesity among children and youth. Health Reports, Vol 17 (3). Statistics Canada Catalogue 82-003
- 27 Centre de gouvernance de l'information des Premières Nations (2012). Enquête régionale sur la santé des Premières Nations (2008-2010). À consulter ici : http://fnigc.ca/sites/default/files/docs/first_nations_regional_health_survey_rhs_2008-10_-_national_report.pdf
- 28 Idem
- 29 Gates, A., Skinner, K., & Gates M. (2014). The diets of school-aged Aboriginal youths in Canada: a systematic review of the literature
- 30 Samson and Pretty (2006); Johnson et al. (2009)
- 31 Initiative sur la santé de la population canadienne (ISPC). Améliorer la santé des Canadiens. (2004). Ottawa : Institut canadien d'information sur la santé
- 32 Pyper, E, Harrington, D., & Manson. H. (2016). The impact of different types of parental support behaviours on child physical activity, healthy eating, and screen time: a cross-sectional study