



0.5.30  
COMBINAISON PRÉVENTION

## Guide d'utilisation de la marque **0.5.30 COMBINAISON PRÉVENTION**

Une réalisation de la Direction régionale  
de santé publique de la Capitale nationale

*Agence  
de développement  
de réseaux locaux  
de services de santé  
et de services sociaux*

Québec   
Capitale nationale

# Table des matières

Principes et règles d'utilisation de la marque .....	3
Présentation .....	4
Code d'utilisation graphique .....	5
Applications couleur renversées.....	8
Applications monochromes .....	9
Applications graphiques à éviter .....	10
Matériel promotionnel imprimé.....	11
Autre matériel : cédérom - partie B .....	14

La Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale a développé, dans le cadre du Programme intégré de prévention des maladies chroniques 2002-2012, la marque 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION. Cette marque est mise à la disposition des acteurs de santé publique, désireux de s'y associer.

Pour guider les directions régionales de santé publique, les CLSC, les organismes locaux et régionaux qui souhaitent utiliser la marque 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION, la DSP de la Capitale nationale a conçu le présent guide d'utilisation. Ce guide présente les principes, les règles et le code d'utilisation graphique de la marque 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION. Des exemples d'applications adéquates et des exemples d'applications à éviter y sont proposés. Les outils développés ou à produire par l'équipe de la DSP de la Capitale nationale y sont également présentés.

Vous pouvez vous procurer les pièces dont vous avez besoin sur le cédérom qui vous a été transmis par la DSP de la Capitale nationale, en tenant compte des règles d'utilisation de la marque présentées dans ce guide.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec le Service des communications de la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale.

Ginette Langevin  
2 400, avenue D'Estimauville  
Beauport (Québec)  
G1E 7G9

Tél. : (418) 666-7000, poste 215  
Télécopieur : (418) 666-2776

# Principes et règles d'utilisation de la marque

**La marque 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION repose sur une programmation-cadre régionale et locale provenant du Programme intégré de prévention des maladies chroniques 2002-2012, de la région de la Capitale nationale.**

Ce guide s'adresse aux directions régionales de santé publique, aux CLSC et à leurs partenaires désireux d'implanter ce programme.

Adopter et utiliser la marque 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION implique, pour l'organisation, l'engagement de planifier et de mettre en œuvre les principes directeurs et les deux grandes stratégies du Programme de la région de la Capitale nationale\*.

Principes directeurs :

- 1) Garder le cap sur les trois habitudes de vie soit, le 0, le 5 et le 30.
- 2) Assurer une combinaison constante des stratégies et des interventions.

Stratégies :

- 1) Actions environnementales.
- 2) Actions éducatives.

Par ailleurs, le choix des actions, des groupes ciblés et des moyens utilisés revient à chacune des régions et ne se limite donc pas aux choix qui ont été faits dans la région de la Capitale nationale.

\* Sauvageau, Lyne, Céline, Lepage, Chantal, Sauvageau *Pour un Programme intégré de prévention des maladies chroniques 2002-2012*, Beauport, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Québec, Direction de santé publique, 2002, 73 p.

Dugal, Sonia et coll. *Programme intégré de prévention des maladies chroniques 2002-2012 dans la région de la Capitale nationale, population adulte*, Beauport, Agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux de la Capitale nationale, DSP, 2004, 69 p.

Voici les règles d'utilisation :

- 1) Les directions régionales de santé publique qui désirent utiliser la marque 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION doivent adresser une demande écrite au Service des communications de la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale.
- 2) Les CLSC qui désirent utiliser la marque 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION doivent adresser leur demande écrite à leur direction de santé publique.
- 3) Les organismes locaux et régionaux qui souhaitent s'associer à la marque 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION doivent adresser une demande écrite à leur direction de santé publique.
- 4) Les organismes qui utiliseront les outils développés par la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale devront faire mention de la source de la façon suivante :
  - Pour le programme : Édition adaptée du programme produit par la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale.
  - Pour un document : Édition adaptée du document produit par la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale.
- 5) Les organismes qui utiliseront la marque 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION devront respecter le code d'utilisation graphique.

Ce guide pourrait être modifié advenant la mise en place d'une stratégie québécoise de promotion des saines habitudes de vie qui adopterait la marque 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION.

# Présentation

## 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION : l'image d'un discours unifié de prévention et la combinaison des interventions

### Qu'est-ce que le programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION ?

- C'est le message unifié de promotion des saines habitudes de vie, relié à la prévention de maladies chroniques, que les acteurs de la santé publique et leurs partenaires vont employer au cours des prochaines années.
- Un message unifié tant sur le plan de son contenu que de sa diffusion selon deux grandes stratégies :
  - les actions éducatives qui ciblent les professionnels de la santé;
  - les actions environnementales qui ciblent les milieux de vie.

L'objectif général du Programme intégré de prévention des maladies chroniques 2002-2012 est de favoriser l'adoption et le maintien de comportements favorables à la santé, soit **l'abstinence tabagique, une saine alimentation et une pratique régulière de l'activité physique**. Le programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION comporte trois mesures à adopter :

- **0 tabac dans l'environnement**
- **5 fruits et légumes par jour**
- **30 minutes d'activités physiques par jour**

La mesure 0-5-30 a été retenue car chacun des objectifs personnels qu'elle propose a un effet connu sur la prévention des maladies chroniques.

Le message 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION regroupe les trois habitudes de vie dans une même offensive. L'usage du tabac, une mauvaise alimentation et le manque d'activités physiques sont les habitudes de vie les plus fréquemment liées aux principales maladies chroniques que sont : les maladies cardiovasculaires, les cancers du poumon et de l'appareil digestif, les maladies pulmonaires obstructives chroniques, le diabète, l'ostéoporose, l'obésité, les maladies parodontales ainsi que certains facteurs de risque de ces maladies, tels les dyslipidémies, l'hypertension artérielle, etc.

# Code d'utilisation graphique

## Généralités

### Signature manuscrite :

Dans un texte courant, le 0-5-30 s'écrit avec des points centrés en hauteur entre les chiffres. La signature COMBINAISON PRÉVENTION s'écrit en lettres majuscules. Le choix de la police demeure à la discrétion de l'utilisateur.

### Signature graphique :

La signature graphique du Programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION se compose d'un logo principal;




Le logo principal est composé du message 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION et d'une sphère orange à l'intérieur de laquelle trois flèches pointent vers le centre de la sphère pour illustrer un but à atteindre, un objectif à viser. Les flèches représentent chacune des trois habitudes de vie.


### Recette couleur du dégradé :



### Logos des trois habitudes de vie :

Les logos des trois habitudes de vie sont composés de sphères numériques dotées de couleurs respectives.

 **Le rouge de 0 tabac :**  
- arrêt du tabagisme, interdiction

 **Le vert de 5 fruits et légumes :**  
- la verdure pour l'alimentation,  
feu vert pour en consommer plus

 **Le bleu du 30 min d'activités physiques représente :**  
- l'eau, l'air et l'action

### Recette couleur des dégradés :



# Code d'utilisation graphique

## Signature principale



### Logo 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION :

Le logo 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION est la signature principale du programme. Il doit être apposé sur tous les documents concernant le programme.

- La couleur de la sphère ne doit jamais être changée, sauf dans le cas d'application monochrome.
- Toujours utiliser la police de caractère originale accompagnant le logo. Différents formats sont disponibles sur le cédérom.
- Les points entre les chiffres doivent toujours être centrés en hauteur.

# Code d'utilisation graphique

## Signature des trois habitudes de vie



Utilisation complète verticale



Utilisation complète en palier

### Logos des trois habitudes de vie :

Les logos des habitudes de vie sont les signatures déclinées du programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION. Ils doivent toujours être accompagnés de la signature graphique principale.

- La couleur des sphères ne doit jamais être changée, sauf dans le cas d'application monochrome.
- Les chiffres et l'orientation des flèches ne doivent jamais être modifiés.
- Toujours utiliser la police de caractère originale accompagnant le logo. Différents formats sont disponibles sur le cédérom.
- Les logos peuvent être utilisés à la verticale, à l'horizontale, en palier ou séparément.



Utilisation complète horizontale

Les logos des habitudes de vie peuvent être utilisés séparément. Cependant, la signature principale 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION doit toujours être apposée sur tous les documents se référant au programme puisqu'elle se veut l'entité principale chapeautant les trois habitudes de vie combinées.



Utilisation 0 tabagisme séparément



Utilisation 5 fruits et légumes séparément



Utilisation 30 minutes d'activités physiques séparément

## Applications couleur renversées

Lorsque la valeur de contraste entre la signature et la couleur du fond est insuffisante, l'usage de la version renversée est prescrite. Les couleurs présentées ci-dessous ne servent qu'à titre d'exemple. Il est possible d'utiliser la signature sur d'autres fonds de couleur (texture, dégradé ou autres).

### 0·5·30 COMBINAISON PRÉVENTION



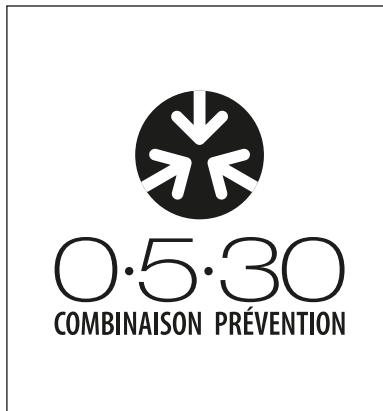
### 0·5·30 les trois habitudes de vie



# Applications monochromes

Lorsque le logotype est utilisé dans des imprimés monochromes, deux applications sont possibles : en positif (utilisation en noir ou en couleur spot) et en renversé.

## 0·5·30 COMBINAISON PRÉVENTION



Positif (en noir) sur fond blanc



Positif sur une teinte (couleur aplat)



Renversé sur fond noir



Renversé sur fond 1 couleur

## 0·5·30 les trois habitudes de vie



Positif (couleur aplat) sur fond blanc



Positif sur une teinte de noir



Renversé sur fond noir



Renversé sur fond 1 couleur

# Applications graphiques à éviter

Voici quelques exemples d'applications à éviter. Il n'y a pas de règles strictes à suivre si ce n'est le « gros bon sens ».

## 0·5·30 COMBINAISON PRÉVENTION



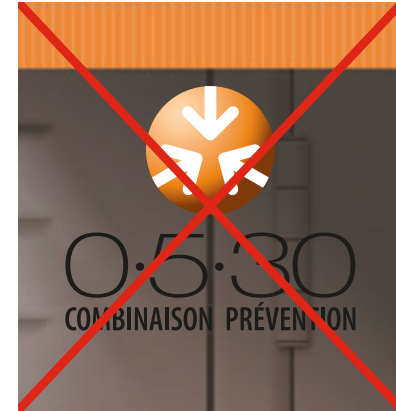
Valeur de contraste pas assez élevée



Ne jamais positionner en diagonale



Ne pas ajouter d'effet autour du logo



Valeur de contraste pas assez élevée lors de l'utilisation d'une photo ou d'une illustration en fond

## 0·5·30 les trois habitudes de vie déclinées



Valeur de contraste pas assez élevée



Sur un imprimé en quadrichromie utiliser le logo couleur



Ne jamais distordre

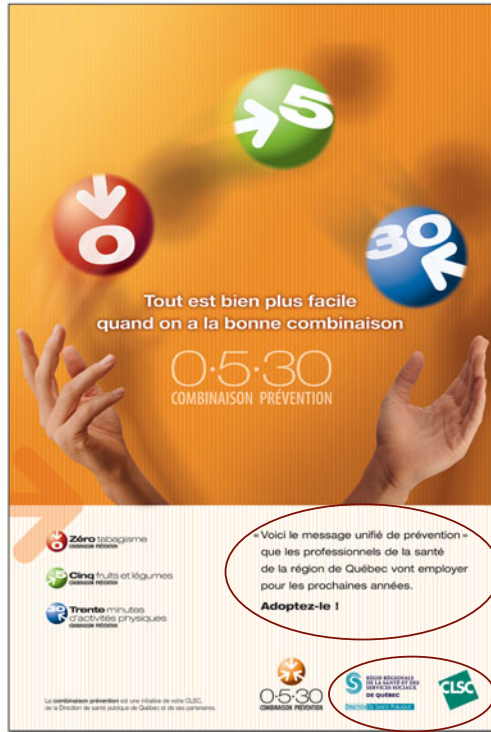


Ne jamais modifier la couleur de la sphère et du texte

# Matériel promotionnel imprimé

## Outils « généraux » - cédérom (partie A)

○ partie textes et logos modifiables selon vos besoins



Affiche générale



Pochette



Exemples d'images pour chaque habitude de vie (fond utilisé dans la présentation Power Point)

Voici quelques exemples de pièces imprimées produites par la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale.

Ces outils se trouvent sur le cédérom (partie A) ci-joint afin que vous adaptiez les pièces selon vos besoins. De plus, des zones éditables (indiquées en rouge) ont été créées pour que vous en fassiez un usage personnalisé, tout en préservant l'uniformité graphique du programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION.

Des outils sont en développement pour soutenir les actions éducatives auprès des professionnels de la santé et des patients, ainsi que les actions environnementales en milieu de travail. Un dépliant général présentant le programme et des dépliants suggérant des trucs pour arriver à intégrer chacune des trois habitudes de vie sont également en développement.

# Matériel promotionnel imprimé

## Outils « actions éducatives »

○ partie textes et logos modifiables selon vos besoins



Dépliant médecin

« Teaser » médecin

Voici quelques exemples de pièces imprimées produites par la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale pour l'intervention auprès des médecins en cabinet privé.

Ces outils se trouvent sur le cédérom (partie A) ci-joint afin que vous adaptiez les pièces selon vos besoins. De plus, des zones éditables (indiquées en rouge) ont été créées pour que vous en fassiez un usage personnalisé, tout en préservant l'uniformité graphique du programme 0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION.

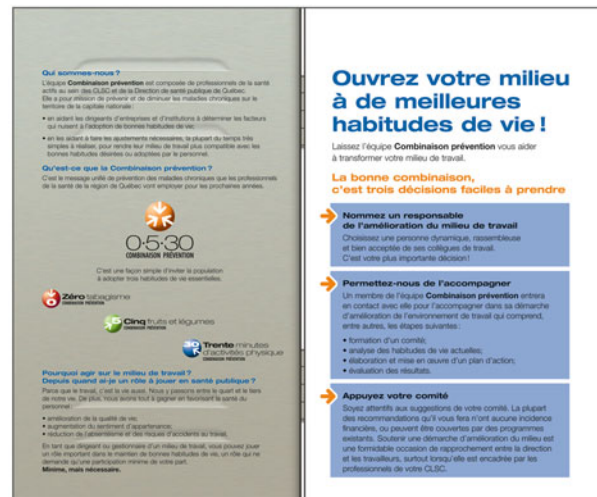
# Matériel promotionnel imprimé

## Outils « actions environnementales »

○ partie textes et logos modifiables selon vos besoins



Couverture de cartable



« Teaser » directeur d'école

Voici quelques exemples de pièces imprimées produites par la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale, pour l'intervention dans le milieu scolaire comme milieu de travail.

Ces outils se trouvent sur le cédérom (partie A) ci-joint afin que vous adaptiez les pièces selon vos besoins. Des zones éditables (indiquées en rouge) ont été créées pour que vous en fassiez un usage personnalisé, tout en préservant l'uniformité graphique du programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION.

## Autre matériel

### Outils disponibles - cédérom (partie B)

- Document présentant le programme 0-5-30 (mise à jour) intitulé : *Programme intégré de prévention des maladies chroniques 2002-2012 dans la région de la Capitale nationale, population adulte.*
- Présentation du Programme en format *PowerPoint* : *La prévention des maladies chroniques dans la région de Québec. Perspective d'intervention auprès des adultes.*
- Version électronique des outils présentés dans le cahier à anneaux *Guide de transformation du milieu de travail* :
  - présentation *PowerPoint* pour l'activité de représentation dans les milieux de travail;
  - questionnaires pour l'analyse des besoins : sondage sur les habitudes de vie et caractéristiques des milieux;
  - présentation *PowerPoint* pour la diffusion des résultats du sondage dans les milieux de travail;
  - grille de planification des activités en milieu de travail;
  - grille d'évaluation des activités réalisées en milieu de travail;
  - outils destinés aux répondants et aux milieux de travail;
  - répertoire des ressources énumérant les services publics, privés et communautaires disponibles sur le territoire.

En plus du cédérom, les directions de santé publique recevront le cahier à anneaux mentionné à gauche *Guide de transformation du milieu de travail*.

Note : Le matériel promotionnel imprimé a été produit par LXB Communication-Marketing, 675, rue Saint-Amable, Québec (Québec) G1R 2G5.  
Pour tout renseignement, communiquer avec madame Sylvie Martineau au (418) 529-9761, poste 123.