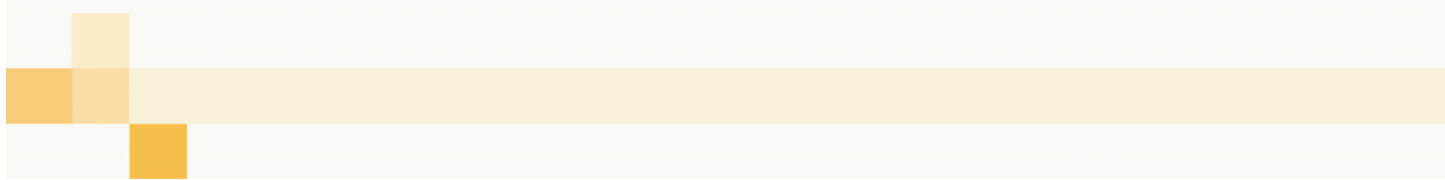
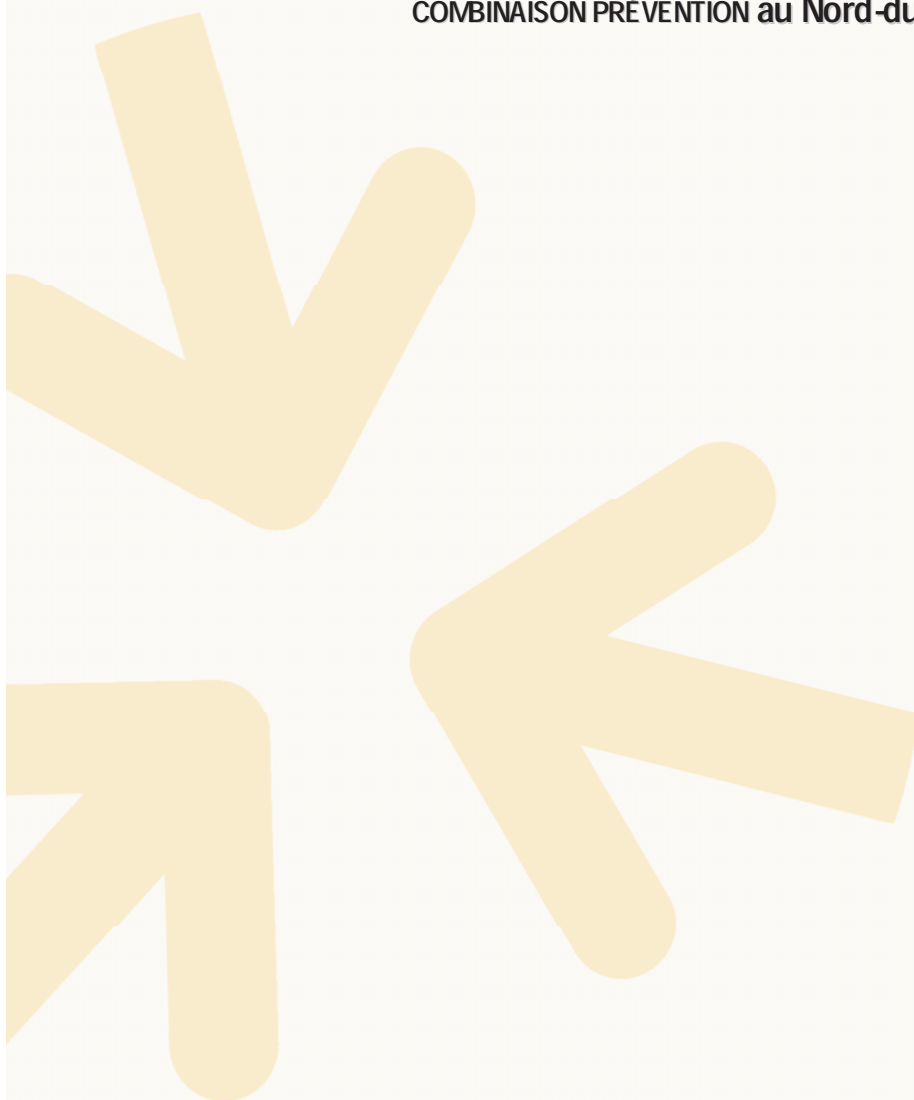


**GUIDE D'IMPLANTATION**  
de L'approche 0-5-30  
COMBINAISON PRÉVENTION au Nord-du-Québec



Recherche et rédaction :

**Alain Bergeron**, agent de planification, de programmation et de recherche, Direction de santé publique

**Karine Gauthier**, agente de planification, de programmation et de recherche, Direction de santé publique

Sous la direction de :

**Manon Laporte**, coordonnatrice, Direction de santé publique

Collaboration :

**Claudine Jacques**, agente de recherche, de planification et de recherche, Direction de santé publique

**Gilbert Lemay**, médecin-conseil, Direction de santé publique

**Nicole Merizzi**, chef des programmes et des services, Centre de santé Lebel

Citation suggérée pour ce document :

BERGERON Alain et Karine GAUTHIER. *Guide d'implantation de L'approche O 5 30 COMBINAISON PRÉVENTION au Nord-du-Québec*, Chibougamau, Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James, Direction de santé publique, 2008, 29 p.

*Le genre masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes lorsque le sens le justifie.*

## *Table des matières*

Introduction .....	1
1. Contexte d'application de la stratégie de déploiement .....	1
2. Structure d'implantation de L'approche 0•5•30 .....	3
L'offre de soutien de la Direction de santé publique .....	4
Le rôle des centres de santé .....	7
3. Les milieux ciblés .....	9
La planification des activités .....	10
Les conditions de réussite .....	18
Conclusion .....	19

### **ANNEXE**

Annexe 1 Bilan annuel des activités en prévention et promotion des saines habitudes de vie





## Introduction

Le présent guide d'implantation est un complément à *L'approche 0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION au Nord-du-Québec* (l'approche 0•5•30) qui s'adresse à l'ensemble des intervenants du CRSSS de la Baie-James qui œuvrent à la prévention des maladies chroniques et qui vise à créer une vision commune et à orienter les actions de promotion des saines habitudes de vie. Selon cette approche, les intervenants sont amenés à adapter leurs pratiques et leurs façons de faire afin de devenir des agents de changement et de parvenir ainsi à mobiliser les partenaires des différents milieux. Tout cela, dans l'objectif de réduire l'impact des maladies chroniques sur la société dans son ensemble, en réduisant la fréquence mais également la durée et la gravité par le déploiement d'actions en promotion de la santé et du bien-être de la personne, de la famille et plus largement, des collectivités.

Ce guide d'implantation s'adresse avant tout aux gestionnaires et aux professionnels du CRSSS de la Baie-James, et il se veut un outil utile pour le déploiement de l'approche 0•5•30 en précisant davantage le rôle attendu de chacun, les actions à réaliser pour les prochaines années et les cibles visées. Il est divisé en quatre grands chapitres, soit :

- 1) un bref rappel du contexte d'implantation ;
- 2) une description de la structure d'implantation incluant l'offre de soutien de la Direction de santé publique (DSP) et le rôle attendu des centres de santé ;
- 3) cette section définit l'intensité des interventions locales selon les différents milieux et présente une grille des activités à prioriser ;
- 4) enfin une dernière section sur les conditions de réussite.

## 1. Contexte d'application de la stratégie de déploiement

Les maladies chroniques sont responsables de la diminution de la qualité de vie d'une proportion de plus en plus importante de la population, en plus d'être une cause importante de mortalité précoce. À ce jour, la prévention demeure le moyen le plus efficace de réduire l'impact de la maladie. Afin de contribuer à la lutte aux maladies chroniques, la Direction de santé publique du Nord-du-Québec propose une stratégie reconnue efficace dans la littérature scientifique et auprès de l'ensemble des spécialistes de la santé publique. Les lignes directrices pour la mise en œuvre d'interventions efficaces misant sur l'adoption de saines habitudes de vie telles qu'une alimentation adéquate, un mode de vie physiquement actif et le non-usage du tabac se retrouvent dans le document *L'approche 0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION au Nord-du-Québec*.

L'approche 0•5•30 s'inscrit dans le contexte du Programme national de santé publique 2003-2012 (PNSP) qui fixe plusieurs objectifs d'amélioration des habitudes de vie. La mise en œuvre d'interventions globales et intégrées en habitudes de vie s'avère une priorité de santé publique et se retrouve dans le plan d'action en santé publique du CRSSS de la Baie-James *Vers un développement durable : pour des communautés et des individus en santé*. De plus, l'approche s'arrime avec les objectifs du Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention

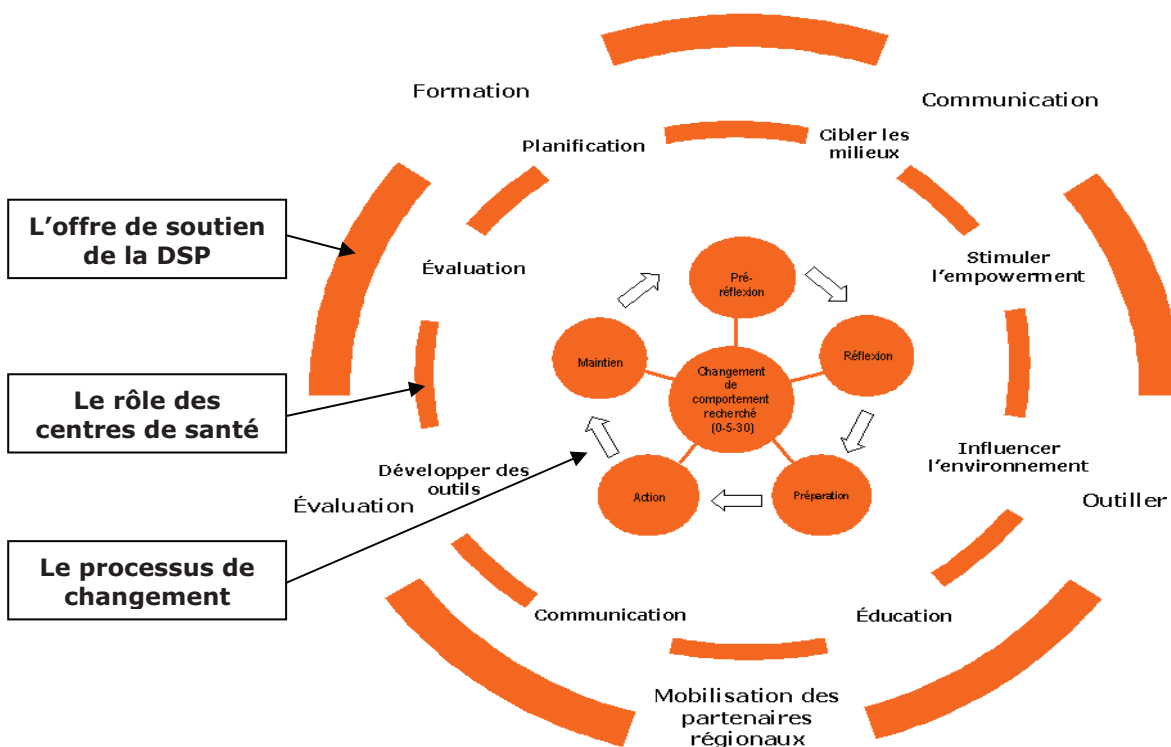
des problèmes reliés au poids 2006-2012 (PAG); tous ces programmes et plans d'action ne visent qu'un seul but : améliorer la qualité de vie des Québécoises et Québécois en leur permettant de vivre dans des environnements favorables à l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie tant sur le plan individuel que collectif.

Afin de déployer l'approche 0•5•30, la Direction de santé publique s'est d'abord assurée de pourvoir chaque centre de santé de la région de ressources spécifiquement dédiées à la promotion des saines habitudes de vie. Ces ressources devront s'arrimer aux structures et comités déjà en place dans les différentes communautés afin d'amener une plus grande mobilisation des différents acteurs vers la promotion des saines habitudes de vie. Le défi à relever est d'agir dans les différents milieux (milieu de garde à l'enfance, milieu scolaire, milieu municipal, milieu du travail et milieu communautaire et associatif) en combinant trois stratégies d'intervention (pratiques cliniques préventives, actions éducatives et environnementales) avec des actions sur les facteurs individuels et les facteurs structureaux de l'environnement. Par ces actions, la Direction de santé publique vise à augmenter la consommation de fruits et de légumes, la pratique régulière d'activité physique et de diminuer l'usage du tabac et l'exposition à la fumée secondaire chez la population en général.

## 2. Structure d'implantation de l'approche 0•5•30

La Direction de santé publique propose à l'ensemble des intervenants de la santé, une structure organisationnelle pour l'implantation de l'approche. Cette structure fait ressortir l'importance du partenariat entre les acteurs locaux et régionaux afin de produire des interventions reconnues efficaces auprès des usagers. Elle est constituée d'une offre de soutien de l'équipe régionale et d'une définition du rôle des acteurs locaux. La structure d'implantation est modélisée dans un graphique et chacun des rôles est expliqué plus loin.

### Modèle de la structure d'implantation de l'approche 0•5•30



Au centre de ce modèle, on retrouve l'objectif opérationnel de l'approche 0•5•30 qui est d'amener la population vers un changement de comportement qui vise l'adoption de saines habitudes de vie. Pour parvenir avec succès à modifier un comportement, un processus de changement passant par des étapes incontournables (pré-réflexion, réflexion, préparation, action et maintien) s'inspirant de l'approche de Prochaska, est nécessaire. En périphérie de l'objectif, on retrouve deux encadrements : le plus central cible les centres de santé en identifiant huit grands rôles attendus des intervenants; le second cercle représente l'offre de soutien de la Direction de santé publique qui est décrit en fonction des cinq champs d'expertise.

Les cercles utilisés dans ce modèle rappellent l'importance de travailler ensemble, à plusieurs niveaux et de façon continue pour assurer le succès des interventions auprès de la population.

# L'offre de soutien de la Direction de santé publique

En soutien au déploiement de l'approche 0•5•30 par les centres de santé, il importe aussi de bien camper le rôle de la Direction de santé publique, lequel veut accompagner les agents de changement dans leur mandat respectif.

## 1. Formation

Une importance particulière est accordée à l'acquisition des compétences, c'est-à-dire l'ensemble des connaissances, habiletés et attitudes essentielles à la mise en œuvre de l'approche 0•5•30. La formation des agents de changement facilitera le déploiement des diverses stratégies préconisées dans l'approche (pratiques cliniques préventives, actions éducatives et actions environnementales).

Également, l'acquisition des compétences essentielles (leadership, partenariat, collaboration et promotion et communication) permettra aux agents de changement de développer les compétences requises permettant de bien jouer leur rôle d'influence et de mobilisation des différents partenaires dans la lutte aux maladies chroniques.

### Calendrier des formations 2008-2012

Formations	Date
Formation sur le guide d'application, volet alimentation de la politique-cadre	2008-2009
Formation dans le cadre de la mise en œuvre du PAG (phase 1)	2008-2009
Fonds pour la promotion des saines habitudes de vie	2008-2009
L'approche de changement de comportement et la communication persuasive	2008-2009
Le marketing social	2008-2009
L'approche de mobilisation du milieu en 7 étapes	2009-2010
L'intervention brève et minimale	2009-2010
L'univers du monde municipal	2010-2011
Lobbying	2010-2011
(À déterminer)	2011-2012

## 2 Communication

Dans le but de soutenir, d'accompagner et de favoriser le réseautage entre les intervenants des centres de santé, un mécanisme de concertation régionale sera proposé dès la première année. De plus, la Direction de santé publique a défini ses objectifs de communication et propose un échéancier pour la réalisation des activités régionales en communication.

### Objectifs visés :

- Faire connaître *L'approche 0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION au Nord-du-Québec* auprès des milieux ;

- Soutenir les milieux pour la réalisation de campagnes sociétales et d'activités de promotion des saines habitudes de vie ;
- Sensibiliser la population à l'importance et aux bénéfices associés à l'adoption et au maintien de saines habitudes de vie ;
- Soutenir les professionnels de la santé dans leurs activités de communication.

### Échéancier des activités de communication

Activités	Date
Création d'un mécanisme pour établir une bonne chaîne de communication entre les centres de santé et la Direction de santé publique (DSP)	2008-2009
Création d'une table régionale des intervenants en promotion des saines habitudes de vie (DSP et centres de santé)	2008-2009
Création d'une signature visuelle et d'un slogan de L'approche 0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION au Nord-du-Québec	2008-2009
Rédaction du 2 <sup>e</sup> rapport de la directrice de santé publique : <i>Appel à la mobilisation des partenaires.</i>	2009-2010
Conception et/ou adaptation du matériel promotionnel et d'outils	2008-2012
Rédaction de textes concernant les saines habitudes de vie à diffuser dans les différents milieux (lettres, communiqués, etc.)	Continu
Organisation de conférences de presse pour promouvoir certaines campagnes promotionnelles	Au besoin
Rédaction de communiqués de presse pour certaines campagnes promotionnelles ciblées	Au besoin
Placement média pour certaines campagnes promotionnelles ciblées	Au besoin

### 3 Outils

Pour assurer le transfert de connaissances, l'accès à des outils et le partage d'expertise permettant de favoriser la planification d'actions locales, la Direction de santé publique propose une liste d'activités et d'outils (voir section « Planification des activités »). Également, du soutien scientifique et/ou technique et de l'accompagnement seront offerts pour appuyer les intervenants dans le déploiement de l'approche dans les différents milieux.

### 4 Mobilisation des partenaires régionaux

La Direction de santé publique présentera le plan d'action gouvernemental ainsi que l'approche 0•5•30 aux différents partenaires régionaux dans le but de susciter des actions en promotion des saines habitudes de vie tant sur le plan régional que local. Une offre de présentation sera faite notamment auprès de la Commission Loisir et Sport de la Baie-James, le Comité régional École en santé, le Comité développement social de la Baie-James, le Conseil régional des élus, la Commission administrative régionale du Nord-du-Québec, la Table régionale des organismes communautaires, le Mouvement jeunesse Baie-James et les différents ministères régionaux.

## 5 Évaluation

En réponse aux ententes administratives provinciales et régionales, la Direction de santé publique soutiendra les activités de cueillette de données pour les centres de santé. Un formulaire intitulé bilan annuel des activités en prévention et en promotion des saines habitudes de vie permettra de recueillir des données importantes pour assurer le suivi de l'atteinte des cibles attendues dans l'approche 0-5-30. Également, l'information qui s'en dégagera pourra servir de référence par rapport aux années passées. Le modèle du bilan annuel 2007 sera disponible ce printemps, en version électronique. Le modèle version papier se retrouve en annexe au document.

# Le rôle des centres de santé

Étant près de la population, les intervenants des centres de santé sont invités à jouer huit rôles pour lesquels on suggère les pratiques reconnues efficaces.

## 1. Planification

C'est à partir de l'approche 0•5•30 et du guide d'implantation que les centres de santé doivent faire la planification annuelle de leurs activités. Cette planification peut prendre la forme d'un plan d'action ou autre. Parmi les 41 activités proposées, chaque centre de santé planifiera et priorisera celles qui s'adaptent le plus à leur milieu en fonction des besoins identifiés et des ressources disponibles.

## 2 Cibler les milieux

En tenant compte des milieux ciblés dans l'approche 0•5•30 et ce guide d'implantation, les centres de santé identifient à chaque année les milieux qui sont les plus propices aux interventions. Cet exercice doit permettre de saisir les opportunités et respecter le degré d'ouverture de chaque milieu.

## 3 Stimuler l'empowerment

En utilisant les forces, les habiletés et le potentiel du milieu, les centres de santé établissent des ponts entre les acteurs des milieux ciblés dans un processus de mobilisation. Ils participent à l'élaboration de projets issus des structures de concertation existantes. Ils développent, par leur expertise, un processus d'aide et des partenariats qui favorisent toutes les personnes concernées dans l'échange.

## 4 Influencer l'environnement

Les centres de santé utilisent les opportunités et les éléments environnementaux tels que la disponibilité, les structures physique, sociale et politique, l'influence des médias et des messages culturels pour développer des activités, des outils ou des programmes. De plus, ils soutiennent les milieux dans leurs initiatives.

## 5 Éducation

Les centres de santé utilisent le transfert de connaissance pour mobiliser les milieux et les individus. La connaissance des enjeux de santé contribue largement à l'adoption d'un changement de comportement et davantage lorsqu'elle est combinée à des actions environnementales. Les activités éducatives représentent une des stratégies fondamentales de l'approche 0•5•30.

## 6 Communication

Les centres de santé réalisent l'ensemble des activités en lien avec les campagnes sociétales, les activités de promotion locales et les activités de réseautage avec les partenaires du milieu. De plus, les intervenants sont invités à participer à la table régionale des intervenants en promotion des saines habitudes de vie pour recevoir de l'information sur les pratiques reconnues efficaces, partager leurs bons coups et échanger de l'information.

## 7. Développer des outils

Les centres de santé identifient dans chacun des milieux les besoins spécifiques, s'accaparent des outils déjà existants et en développent de nouveaux selon les besoins, avec le soutien offert par la Direction de santé publique.

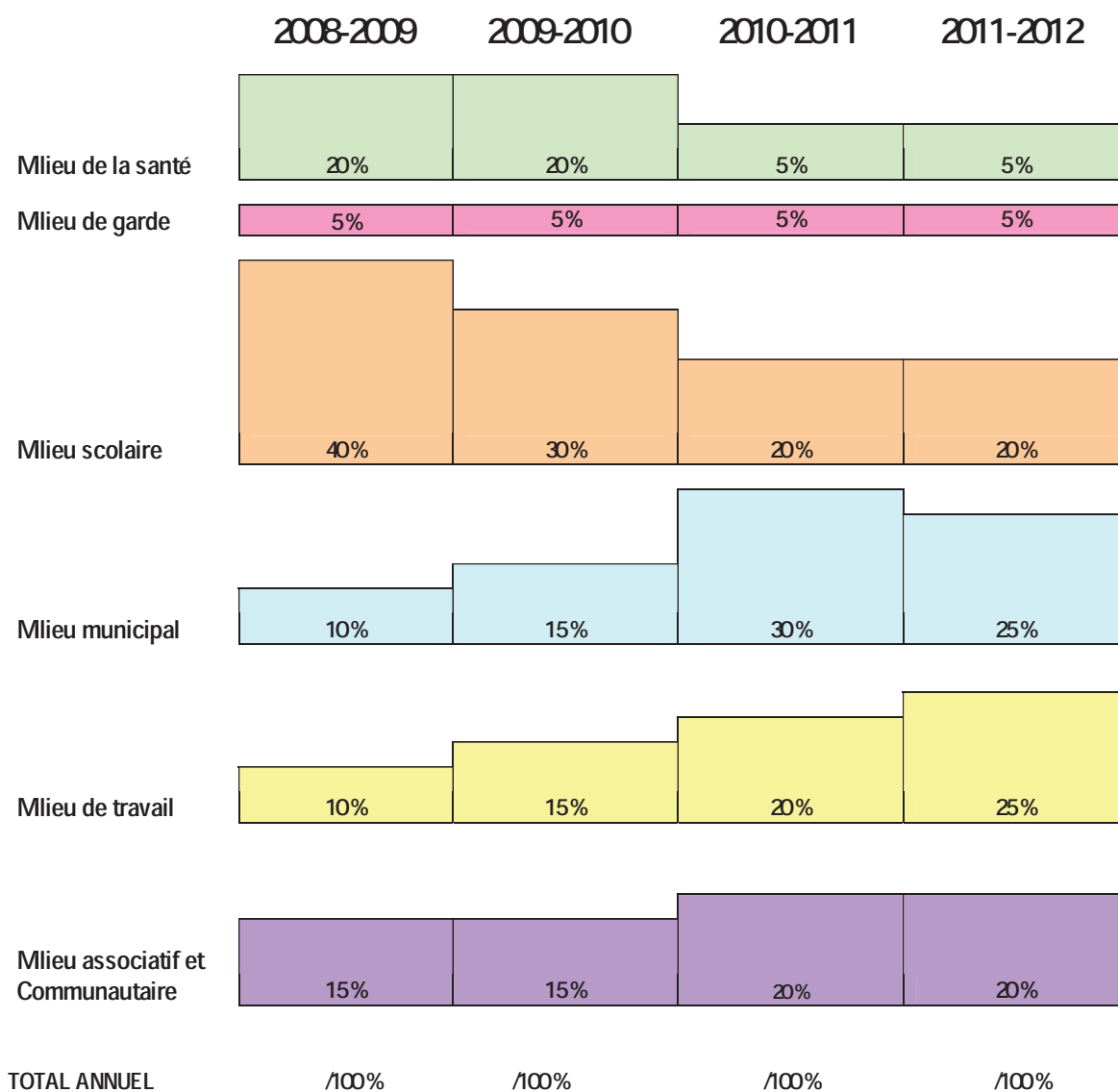
## 8 Évaluation

Les centres de santé soutiennent la collecte de renseignements relatifs aux environnements et aux habitudes de vie et participent à l'évaluation en complétant le bilan annuel des activités en prévention et promotion des saines habitudes de vie.

### 3. Les milieux ciblés

Le graphique suivant propose une répartition des interventions locales en tenant compte des différents milieux ciblés par l'approche 0•5•30. Cette répartition tient compte des orientations ministérielles ainsi que de la réceptivité des différents milieux. Ainsi, les centres de santé seront en mesure de planifier leurs activités en fonction de l'intensité des actions prévues pour chaque milieu pour chaque année. Cet exercice réitère l'importance de travailler globalement et sur tous les fronts.

#### Priorités par milieu 2008-2012



## La planification des activités

Dans le document *L'approche G-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION au Nord-du-Québec*, des « objectifs santé » ainsi que 41 exemples d'activités avec les milieux ciblés ont été identifiés. Ils sont repris dans la grille suivante à laquelle ont été ajoutés les cibles et les échéanciers de réalisation, les indicateurs à suivre ainsi que les outils disponibles afin de faciliter l'appropriation de la démarche de planification et de mise en œuvre. Chaque centre de santé verra à prioriser les activités qui s'adaptent aux besoins de leur milieu, et ce, en fonction des ressources disponibles. Les cibles sont inscrites afin de guider l'action et évaluer l'implantation de l'approche.

### OBJECTIFS SANTÉ, D'ICI 2012:

- augmenter de 5% la proportion des personnes qui consomment au moins 5 portions de fruits et de légumes par jour;
- augmenter de 5% la pratique régulière de l'activité physique chez les jeunes de moins de 15 ans;
- augmenter de 5% la proportion d'adultes qui sont actifs physiquement;
- réduire de 9% la proportion des personnes de 12 ans ou plus qui font usage du tabac;
- réduire de 4% la proportion de non-fumeurs exposés à la fumée secondaire.

### Stratégie 1 : Les pratiques cliniques préventives

Activités	Milieux ciblés	DRSP	CSS	Cible et échéancier	Indicateurs	Outils
1. Assurer la formation des professionnels de la santé à l'approche de changement de comportement dans leurs activités de counselling	Les centres de santé, les cabinets privés, les pharmacies privées,	✓	✓	2008-2009, 5/5 des centres auront reçu la formation sur l'approche de changement de comportement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de professionnels de la santé qui ont reçu une formation selon l'approche de changement de comportement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• À développer</li> </ul>
2. Organiser un suivi des stades de changement de comportement du client par le personnel et préférentiellement dans le dossier médical	(médecins, infirmières, travailleurs sociaux nutritionnistes, dentistes, pharmaciens ergothérapeutes, etc.)	✓	✓	2009-2010, 3/5 des centres 2010-2011, 5/5 des centres	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de centres de santé qui proposent un suivi des stades de changement de comportement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• À développer</li> </ul>
3. Mettre en place dans les services de santé communautaire un système de référence et des outils de communication facilitant le déplacement des fumeurs vers les services de cessation offerts par les centres d'abandon du tabagisme	pharmaciens ergothérapeutes, etc.)	✓	✓	2009-2010, 2/5 des centres 2010-2011, tous les centres de santé	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de centres de santé offrant un système de référence en cessation tabagique</li> <li>• Nombre de représentations*</li> <li>• Inventaire des outils</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• À développer</li> <li>• Soutien médical à l'abandon du tabagisme</li> </ul>

\* Représentation : ensemble des activités de formation, d'éducation, de communication (conférence, présence à la radio, etc.) et de participation à des tables de travail.

Activités	Mieux ciblés	DRSP	CSSS	Cible et échéancier	Indicateurs	Outils
4. Outiller les professionnels de la santé et les clients avec du matériel de communication (brochures, cédéroms, cartons, guides alimentaires, carnets d'adresses, podomètres, références d'activités et autres)		✓	✓	Continu	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inventaire des outils</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>À développer</li> </ul>
5. Outiller les professionnels de la santé à échanger avec leurs clients sur les méfaits de la fumée de tabac secondaire sur la santé et plus particulièrement dans les véhicules et les résidences	Les centres de santé, les cabinets privés, les pharmacies privées, (médecins, infirmières, travailleurs sociaux nutritionnistes, dentistes, pharmaciens ergothérapeutes, etc.)	✓	✓	D'ici 2009-2010, 30 % des intervenants ont reçu une formation et du matériel informatique 2010-2011, 100 % des intervenants ont été informés.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre de représentations</li> <li>Inventaire des outils distribués</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trousse d'action espace sans fumée</li> <li>Sites Internet : Semaine québécoise pour un avenir sans tabac : <a href="http://www.meridbeaucoup.ca">www.meridbeaucoup.ca</a> Famille sans fumée : <a href="http://www.famillessansfume.ca">www.famillessansfume.ca</a> CQTS : <a href="http://www.cqts.qc.ca">www.cqts.qc.ca</a> Santé Canada : <a href="http://www.hc-sc.gc.ca">www.hc-sc.gc.ca</a></li> </ul>
6. Outiller les intervenants de première ligne à référer les clients vers les services disponibles (ex: centres d'abandon du tabagisme, programme Choisir de maigrir)			✓	2008, 100 % des intervenants de première ligne auront reçu l'information pertinente. 2009, tous les centres de santé auront formé les intervenants de première ligne à référer les usagers.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre de représentations</li> <li>Liste des milieux participants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>À développer</li> <li>Soutien médical à l'abandon du tabagisme</li> </ul>

## Stratégie 2: Les actions éducatives

Activités	Mieux ciblés	DRSP	CSSS	Cible et échéancier	Indicateurs	Outils
7. Faire connaître aux partenaires ainsi qu'à la population le Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids et la Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif	Tous les milieux	✓	✓	D'ici 2009, participer au moins à 3 activités de communication auprès des partenaires et de la population D'ici 2012, répondre aux demandes d'information ponctuelles provenant des partenaires et de la population	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre de milieux rejoints</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Le Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids</i></li> <li>Site Internet de QEF : <a href="http://www.quebecenforme.org">www.quebecenforme.org</a></li> <li>Document d'information des conditions de soutien des projets issus de la mobilisation de communautés locales : <a href="http://www.saineshabitudesdevie.org">www.saineshabitudesdevie.org</a></li> <li>Québec en forme : Plan stratégique 2007-2012</li> <li><i>Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif</i></li> <li>7 fiches thématiques <i>Pour un virage santé à l'école</i></li> <li><i>Cadre de référence pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif- enseignement supérieur</i> <a href="http://www.meq.gouv.qc.ca/sections/virageSante/">www.meq.gouv.qc.ca/sections/virageSante/</a></li> </ul>

Activités	Mieux ciblés	DRSP	CSSS	Cible et échéancier	Indicateurs	Outils
8. Diffuser et participer aux campagnes sociétales et activités de communication en saines habitudes de vie (Rendez-vous d'automne, Plaisirs d'hiver, Défi Santé 5/30, Fruits et légumes en vedette, Bougez plus, mangez mieux et autres)	Tous les milieux	✓	✓	Participer au moins à 5 campagnes par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de participants aux campagnes sociétales</li> <li>• Nombre de partenaires rejoints</li> <li>• Nombres de représentations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matériel promotionnel provincial et régional</li> <li>• Sites Internet : Kino-Québec : <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a> Bougez plus, mangez mieux : <a href="http://www.vasy.gouv.qc.ca">www.vasy.gouv.qc.ca</a> Fruits et légumes en vedette : <a href="http://www.vasy.gouv.qc.ca/Fell">www.vasy.gouv.qc.ca/Fell</a> Défi Santé 5/30 : <a href="http://www.defisante530.ca">www.defisante530.ca</a></li> <li>• Matériel promotionnel provincial et régional</li> <li>• Les différents Avis du comité scientifique de Kino-Québec</li> <li>• Sites Internet : Bougez plus, mangez mieux : <a href="http://www.vasy.gouv.qc.ca">www.vasy.gouv.qc.ca</a> 5 à 10 par jour! Pour votre santé : <a href="http://www.5a10parjour.com">www.5a10parjour.com</a> Les diététistes du Canada : <a href="http://www.dietitians.ca">www.dietitians.ca</a> Fédération du sport étudiant : <a href="http://www.sportetudiant.com">www.sportetudiant.com</a> Kino-Québec : <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a> La Fondation des maladies du cœur : <a href="http://www.fmcoeur.qc.ca">www.fmcoeur.qc.ca</a> Les producteurs laitiers du Canada : <a href="http://www.plaisirlaitiers.ca">www.plaisirlaitiers.ca</a></li> </ul>
9. Organiser des activités d'éducation et de formation visant la consommation d'au moins 5 fruits et légumes par jour et la promotion de l'activité physique dans la communauté (ex : le Défi « Moi j'croque » dans les écoles primaires; la diffusion des avis scientifiques de Kino-Québec, etc.)	Tous les milieux	✓	✓	Organiser au moins 2 activités d'éducation et de formation par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de documents distribués</li> <li>• Nombre de représentations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les différents Avis du comité scientifique de Kino-Québec sur le site Internet <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a> :</li> <li>• <i>L'activité physique et le poids corporel</i></li> <li>• L'activité physique comme déterminant de la qualité de vie des personnes de 65 ans et plus</li> <li>• Quantité d'activité physique requise pour en retirer des bénéfices pour la santé</li> <li>• L'activité physique, déterminant de la santé des jeunes</li> <li>• Avis sur les <i>Stratégies éprouvées et prometteuses pour promouvoir la pratique régulière d'activités physiques au Québec</i></li> </ul>
10. Soutenir les différents milieux selon leur besoin en information en partageant l'expertise concernant les stratégies et programmes reconnus efficaces	Tous les milieux	✓	✓	D'ici 2012, répondre aux demandes d'information ponctuelles provenant des partenaires et de la population.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de demandes répondues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documents de Kino-Québec :</li> <li>• Propositions des directeurs de santé publique au milieu scolaire pour contrer le désengagement des jeunes face à la pratique d'activité physique</li> <li>• Les jeunes et l'activité physique, situation préoccupante ou alarmante</li> <li>• L'activité physique, déterminant de la santé des jeunes - Avis du comité scientifique de Kino-Québec</li> <li>• L'amélioration des saines habitudes de vie chez les jeunes : Recommandations</li> <li>• Portrait de santé du Québec et des régions 2006</li> <li>• Les problèmes reliés au poids au Québec : un appel à L'ACTION</li> </ul>
11. Faire connaître au réseau scolaire les préoccupations de santé publique concernant l'état de santé des jeunes Québécois	Milieu scolaire	✓	✓	Réaliser une activité de communication par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de représentations</li> <li>• Nombre de documents distribués</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documents de Kino-Québec :</li> <li>• Propositions des directeurs de santé publique au milieu scolaire pour contrer le désengagement des jeunes face à la pratique d'activité physique</li> <li>• Les jeunes et l'activité physique, situation préoccupante ou alarmante</li> <li>• L'activité physique, déterminant de la santé des jeunes - Avis du comité scientifique de Kino-Québec</li> <li>• L'amélioration des saines habitudes de vie chez les jeunes : Recommandations</li> <li>• Portrait de santé du Québec et des régions 2006</li> <li>• Les problèmes reliés au poids au Québec : un appel à L'ACTION</li> </ul>
12. Soutenir le déploiement du programme <i>Bien dans sa tête bien dans sa peau</i> à l'école secondaire	Milieu scolaire	✓	✓	2009-2010, 6/6 écoles secondaires seront informées du programme. D'ici 2012, au moins une école secondaire aura réalisé des activités du programme	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de rencontres avec les écoles</li> <li>• Nombre d'écoles participantes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La trousse d'implantation et d'intervention</li> <li>• Site Internet : <a href="http://www.biendanssapeau.ca">www.biendanssapeau.ca</a></li> <li>• Évaluation de l'implantation du programme <i>Bien dans sa tête, bien dans sa peau</i> dans la région de Québec</li> </ul>

Activités	Mieux ciblés	DRSP	CSSS	Cible et échéancier	Indicateurs	Outils
13. Soutenir les interventions de type <i>Choisir de maigrir</i> auprès de clientèle à risque	Centres de santé		✓	2009-2010, mettre en place un service dans au moins un centre de santé 2011-2012, offrir le service dans deux centres de santé ou plus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de services mis en place</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La formation <i>Choisir de maigrir</i></li> <li>• La trousse d'intervention « clé en main »</li> <li>• Le site Internet d'Équilibre Groupe d'action sur le poids : <a href="http://www.equilibre.ca">www.equilibre.ca</a></li> </ul>
14. Offrir la formation en leadership étudiant <i>Voltage</i> à l'ensemble des écoles	Milieu scolaire		✓	Offrir à chaque année à toutes les écoles, la formation en leadership étudiant <i>Voltage</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre d'écoles rejointes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guide de l'accompagnateur <i>Voltage</i></li> <li>• Banques de jeux dans la cour d'école</li> </ul>
15. Réaliser des interventions en cessation tabagique; individuel et de groupe à l'intérieur des centres d'abandon du tabagisme (CAT)	Centres de santé		✓	2008-2009 intervenir auprès de 65 usagers en services individuel ou de groupe 2009-2010, 70 usagers 2010-2011, 75 usagers	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre d'usagers qui utilisent les services des CAT</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Document de formation <i>L'intervention tabagique dans les centres d'abandon du tabagisme</i></li> </ul>
16. Faire connaître aux fumeurs les services en cessation tabagique (campagne CAT, ligne téléphonique, site Internet et autres)	Tous les milieux	✓	✓	Rejoindre au moins 3 milieux par des activités de promotion des services en cessation tabagique par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de milieux rejoints par des activités de promotion des services en cessation tabagique.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sites Internet : J'arrête : <a href="http://www.jarrete.qc.ca">www.jarrete.qc.ca</a> CQTS : <a href="http://www.cqts.qc.ca">www.cqts.qc.ca</a> La gang allumée : <a href="http://www.lagangallumee.com">www.lagangallumee.com</a> J'arrête, j'y gagne : <a href="http://www.defitabac.ca">www.defitabac.ca</a> La ligne téléphonique J'arrête 1-866-JARRETE</li> </ul>
17. Proposer et réaliser des activités d'éducation et de soutien à l'abandon tabagique dans différents milieux de vie (ex: conférence sur la banalisation de la cigarette auprès des membres d'une maison de jeunes)	Tous les milieux	✓	✓	Rejoindre au moins 2 milieux par des activités d'éducation et de soutien à l'abandon tabagique par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de milieux rejoints</li> <li>• Nombre de représentations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sites Internet : J'arrête, j'y gagne : <a href="http://www.jarrete.qc.ca">www.jarrete.qc.ca</a> CQTS : <a href="http://www.cqts.qc.ca">www.cqts.qc.ca</a> La gang allumée : <a href="http://www.lagangallumee.com">www.lagangallumee.com</a> Defacto : <a href="http://www.sporteliant.com">www.sporteliant.com</a> Santé Canada : <a href="http://www.hc-sc.gc.ca">www.hc-sc.gc.ca</a></li> </ul>
18. Proposer et réaliser annuellement des activités de sensibilisation et d'éducation s'adressant à l'ensemble des adultes sur les méfaits de la fumée de tabac secondaire sur la santé et particulièrement dans les véhicules et les résidences (ex : <i>Semaine québécoise pour un avenir sans tabac, Famille sans fumée, Roulez sans fumée</i> et autres)	Milieux municipal, communautaire et associatif	✓	✓	Rejoindre au moins 2 milieux par des activités d'éducation et de sensibilisation sur les méfaits de la fumée de tabac secondaire sur la santé par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de milieux rejoints</li> <li>• Nombre de représentations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trousse d'action espace sans fumée</li> <li>• Sites Internet : Semaine québécoise pour un avenir sans tabac : <a href="http://www.merci.beaucoup.ca">www.merci.beaucoup.ca</a> Famille sans fumée : <a href="http://www.famillesansfumee.ca">www.famillesansfumee.ca</a> CQTS : <a href="http://www.cqts.qc.ca">www.cqts.qc.ca</a> Santé Canada : <a href="http://www.hc-sc.gc.ca">www.hc-sc.gc.ca</a></li> </ul>
19. Organiser une représentation du spectacle <i>In Vivo</i> auprès des adolescents	Milieu scolaire	✓	✓	Automne 2008-2009 organiser dans 100 % des écoles secondaires du secteur ouest une représentation du spectacle <i>In Vivo</i> Automne 2011-2012 organiser dans 100 % des écoles secondaires du secteur est une représentation du spectacle <i>In Vivo</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de représentations</li> <li>• Nombre de participants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Site Internet : <a href="http://www.invivo.biz">www.invivo.biz</a></li> <li>• La vidéo promotionnelle du spectacle <i>In Vivo</i></li> </ul>

### Stratégie 3: Les actions environnementales

Activités	Mieux ciblés	DRSP	CSSS	Cible et échéancier	Indicateurs	Outils
20. Utiliser les outils d'information et de promotion des saines habitudes de vie développés sur le plan provincial et en produire selon les besoins	Centres de santé	✓	✓	Continu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inventaire des outils utilisés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Outils et matériel promotionnel provincial</li> <li>• Sites Internet : Kino-Québec : <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a> Bougez plus, mangez mieux : <a href="http://www.vasy-gouv.qc.ca">www.vasy-gouv.qc.ca</a> Fédération du sport étudiant : <a href="http://www.sportetudiant.com">www.sportetudiant.com</a> Fondation des maladies du cœur : <a href="http://www.fmcoeur.qc.ca">www.fmcoeur.qc.ca</a> Vert l'action : <a href="http://www.go4green.ca">www.go4green.ca</a> Santé Canada : <a href="http://www.hc-sc.gc.ca">www.hc-sc.gc.ca</a> 5 à 10 par jour! : <a href="http://www.5to10aday.com/fr">www.5to10aday.com/fr</a> Acti-Menu : <a href="http://www.actimenu.ca">www.actimenu.ca</a> Les Producteurs laitiers du Canada : <a href="http://www.plaisirlaitiers.ca">www.plaisirlaitiers.ca</a></li> </ul>
21. Organiser des activités lors des journées, semaines ou mois thématiques en lien avec les habitudes de vie, (ex. : <i>Bougez plus, mangez mieux, Défi Santé 500 d'Acti-Menu, Fruits et légumes en vedette, Mois de la nutrition</i> et autres)	Tous les milieux	✓	✓	Participer au moins à 5 campagnes par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de participants aux campagnes sociétales</li> <li>• Nombre de partenaires rejoints</li> <li>• Nombre de représentations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matériel promotionnel provincial et régional</li> <li>• Sites Internet : Kino-Québec : <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a> Bougez plus, mangez mieux : <a href="http://www.vasy-gouv.qc.ca">www.vasy-gouv.qc.ca</a> 5 à 10 par jour! Pour votre santé : <a href="http://www.5a10parjour.com">www.5a10parjour.com</a> Les diététistes du Canada : <a href="http://www.dietitians.ca">www.dietitians.ca</a> Fédération du sport étudiant : <a href="http://www.sportetudiant.com">www.sportetudiant.com</a> JNSAP : <a href="http://www.mels.gouv.qc.ca/sections/jnsap">www.mels.gouv.qc.ca/sections/jnsap</a></li> </ul>
22. Mobiliser les différents partenaires afin de développer des projets novateurs en saines habitudes de vie (ex. : Soutenir les projets admissibles au <i>Fonds pour la promotion des saines habitudes de vie</i> )	Tous les milieux	✓	✓	Mobiliser différents partenaires pour la réalisation d'au moins 3 projets novateurs en saines habitudes de vie par année	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de partenaires rejoints</li> <li>• Nombre des projets développés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Avis sur les Stratégies éprouvées et prometteuses pour promouvoir la pratique régulière d'activités physiques au Québec</i> : <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a></li> <li>• Site Internet de QEF : <a href="http://www.quebecenforme.org">www.quebecenforme.org</a></li> <li>• Document d'information des conditions de soutien des projets issus de la mobilisation de communautés locales : <a href="http://www.saineshabitudesdevie.org">www.saineshabitudesdevie.org</a></li> <li>• Programme École en forme et en santé : <a href="http://www.mels.gouv.qc.ca/lancement/ecole">www.mels.gouv.qc.ca/lancement/ecole</a></li> <li>• Programme d'aide gouvernementale aux modes de transport alternatifs à l'automobile : <a href="http://www.mtg.gouv.qc.ca">www.mtg.gouv.qc.ca</a></li> <li>• Matériel promotionnel national et provincial</li> <li>• Le guide alimentaire canadien : <a href="http://www.hc-sc.gc.ca">www.hc-sc.gc.ca</a></li> <li>• Le guide d'activité physique : <a href="http://www.hc-sc.gc.ca">www.hc-sc.gc.ca</a></li> <li>• Bougez plus, mangez mieux : <a href="http://www.vasy.gouv.qc.ca">www.vasy.gouv.qc.ca</a></li> <li>• Ça va Sabine : <a href="http://www.aspcq.org">www.aspcq.org</a></li> <li>• <i>Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif</i></li> <li>• 7 Fiches thématiques <i>Pour un virage santé à l'école</i></li> <li>• <i>Cadre de référence pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif- enseignement supérieur</i> : <a href="http://www.meq.gouv.qc.ca/sections/viragesSantel/">www.meq.gouv.qc.ca/sections/viragesSantel/</a></li> <li>• Autres milieux : à développer</li> </ul>
23. Diffuser le matériel promotionnel (ex: <i>Bougez plus, manger mieux, le Guide alimentaire, Ça va Sabine</i> et autres)	Tous les milieux	✓	✓	Continu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inventaire du matériel diffusé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matériel promotionnel national et provincial</li> <li>• Le guide alimentaire canadien : <a href="http://www.hc-sc.gc.ca">www.hc-sc.gc.ca</a></li> <li>• Le guide d'activité physique : <a href="http://www.hc-sc.gc.ca">www.hc-sc.gc.ca</a></li> <li>• Bougez plus, mangez mieux : <a href="http://www.vasy.gouv.qc.ca">www.vasy.gouv.qc.ca</a></li> <li>• Ça va Sabine : <a href="http://www.aspcq.org">www.aspcq.org</a></li> </ul>
24. Soutenir les milieux dans l'application d'une politique pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif	Tous les milieux	✓	✓	À chaque année, soutenir au moins un milieu dans l'application d'une politique pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de milieux soutenus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif</i></li> <li>• 7 Fiches thématiques <i>Pour un virage santé à l'école</i></li> <li>• <i>Cadre de référence pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif- enseignement supérieur</i> : <a href="http://www.meq.gouv.qc.ca/sections/viragesSantel/">www.meq.gouv.qc.ca/sections/viragesSantel/</a></li> <li>• Autres milieux : à développer</li> </ul>

Activités	Mieux ciblés	DRSP	CSSS	Cible et échéancier	Indicateurs	Outils
25. Assumer un rôle de conseiller et de promoteur dans les projets d'aménagement physique : parcs, sentiers, salles de pause, comptoirs alimentaires, systèmes de signalisation, etc.	Tous les milieux	✓	✓	Continu	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liste des projets soutenus</li> </ul>	Documents de Kino-Québec : <ul style="list-style-type: none"> <li>Augmentez vos actifs et Pour une population plus active, le milieu municipal peut faire la différence</li> <li>Aménageons notre milieu de vie pour nous donner le goût de bouger : www.kino-quebec.qc.ca</li> <li>Avis sur les Stratégies éprouvées et prometteuses pour promouvoir la pratique régulière d'activités physiques au Québec : www.kino-quebec.qc.ca</li> </ul>
26. Soutenir les initiatives des milieux tout en participant au maintien et à l'amélioration de la qualité des infrastructures existantes	Tous les milieux	✓	✓	Continu	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre de représentations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>À développer</li> </ul>
27. Assurer à la clientèle l'accessibilité et la disponibilité des services (ex. : accessibilité et la disponibilité du programme <i>Choisir de maigrir, disponibilité d'activité physique pour personnes sédentaires</i> )	Centres de santé	✓	✓	Continu		<ul style="list-style-type: none"> <li>À développer</li> </ul>
28. Sensibiliser les milieux de vie à l'importance d'augmenter la disponibilité des fruits et légumes au moindre coût	Tous les milieux	✓	✓	Sensibiliser au moins 3 milieux de vie par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre de représentations</li> <li>Liste des milieux rejoints</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bougez plus, mangez mieux : www.vasy.gouv.qc.ca</li> <li>5 à 10 par jour! Pour votre santé : www.5a10parjour.com</li> <li>Les diététistes du Canada : www.diétitiens.ca</li> <li>Le guide alimentaire canadien : www.nc-sc.gc.ca</li> </ul> Documents Kino-Québec www.kino-quebec.qc.ca : <ul style="list-style-type: none"> <li>Pour une population plus active, le milieu municipal peut faire la différence</li> <li>Les filles c'est pas pareil</li> <li>Mieux vivre ensemble dans la cours d'école, Guide d'animation et d'aménagement</li> <li>Dynamo « Piste de réflexion et point de repère pour l'action »</li> </ul>
29. Favoriser l'organisation d'activités physiques accessibles à tous et à bas prix dans les municipalités, les corporations, les organismes et les écoles	Milieux municipal, scolaire, communautaire et associatif	✓	✓	Favoriser l'organisation d'activités physiques accessibles à tous, auprès d'au moins 2 milieux de vie par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre de milieux rejoints</li> </ul>	Documents Kino-Québec www.kino-quebec.qc.ca : <ul style="list-style-type: none"> <li>Pour une population plus active, le milieu municipal peut faire la différence</li> <li>Aménageons nos milieux de vie pour nous donner le goût de bouger</li> </ul>
30. Sensibiliser et recommander aux décideurs des façons de faciliter l'accessibilité aux activités physiques (horaires, critères d'admission, tarifs, etc.)	Tous les milieux	✓	✓	Sensibiliser au moins 2 milieux par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre de milieux rejoints</li> <li>Nombre de milieux participants</li> </ul>	Documents Kino-Québec www.kino-quebec.qc.ca : <ul style="list-style-type: none"> <li>Pour une population plus active, le milieu municipal peut faire la différence</li> <li>Aménageons nos milieux de vie pour nous donner le goût de bouger</li> </ul>
31. Soutenir les programmes provinciaux de promotion de l'activité physique dans les écoles ( <i>Nôis de l'activité physique et du sport étudiant, Défi de la santé, Iso-Actif, Gym en forme, Jeunes cœurs en santé, Marchons vers l'école, et autres</i> )	Milieu scolaire	✓	✓	Soutenir au moins 3 programmes provinciaux de promotion de l'activité physique par année	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liste des activités</li> <li>Nombre de représentations</li> </ul>	Matériel promotionnel provincial <ul style="list-style-type: none"> <li>Kino-Québec : www.kino-quebec.qc.ca</li> <li>Fédération du sport étudiant : www.sportetudiant.com</li> <li>Vert l'action : www.gofogreen.ca</li> <li>Fondation des maladies du cœur : www.fmcoeur.qc.ca</li> </ul>
32. Soutenir l'organisation de cours d'écoles actives et structurées dans un aménagement des aires de jeux sécuritaires	Milieu scolaire	✓	✓	Sensibiliser 100 % des écoles primaires à l'importance des cours d'écoles actives et structurées et des aires de jeux sécuritaires, à chaque année	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre de représentations</li> <li>Liste des activités</li> </ul>	Documents Kino-Québec www.kino-quebec.qc.ca : <ul style="list-style-type: none"> <li>Cours d'écoles actives et structurées : organisation des aires de jeux pour la récréation</li> <li>Mieux vivre ensemble dans la cour d'école</li> <li>Guide d'animation et d'aménagement</li> <li>Voltage au primaire</li> <li>Banques de jeux dans la cour d'école</li> </ul>

Activités	Milieux ciblés	DRSP	CSSS	Cible et échéancier	Indicateurs	Outils
33. Solliciter l'ensemble des écoles à s'inscrire au concours <i>École Active</i> de Kino-Québec	Milieu scolaire		✓	En 2008-2009, que 10/13 écoles soumettent un projet dans le cadre du concours École active En 2009-2010, 2010-2011 et 2011-2012, que 12/13 des écoles soumettent un projet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de projets soumis</li> <li>• Nombre d'écoles participantes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Site Internet de Kino-Québec : <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a></li> <li>• Dépliant promotionnel <i>Concours École active</i></li> </ul>
34. Soutenir les interventions visant l'amélioration de la sécurité et le transport actif dans les quartiers, les parcs, et particulièrement sur le chemin de l'école	Milieux municipal, scolaire, communautaire et associatif	✓	✓	Soutenir au moins 1 intervention visant l'amélioration de la sécurité et le transport actif par année	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre d'interventions réalisées</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aménageons nos milieux de vie pour nous donner le goût de bouger : <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a></li> <li>• Vert l'action : <a href="http://www.gofogreen.ca">www.gofogreen.ca</a></li> <li>• Programme d'aide gouvernementale aux modes de transport alternatifs à l'automobile : <a href="http://www.mtq.gouv.qc.ca">www.mtq.gouv.qc.ca</a></li> </ul>
35. Réaliser des activités pour la <i>Journée nationale du sport et de l'activité physique dans les milieux ciblés</i>	Milieux municipal, scolaire, communautaire et associatif	✓	✓	Réaliser au moins 1 activité dans 3 milieux par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liste des activités réalisées</li> <li>• Nombre de participants pour chaque activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matériel promotionnel provincial</li> <li>• Site Internet de la JNSAP : <a href="http://www.meis.gouv.qc.ca/sections/jnsap">www.meis.gouv.qc.ca/sections/jnsap</a></li> </ul>
36. Joindre les municipalités et les entreprises de plus de 10 employés par une offre de service proposant des activités de la campagne <i>Rendez-vous d'automne</i>	Milieux municipal, scolaire, communautaire et associatif	✓	✓	En 2008-2009, rejoindre 100 % des municipalités et au moins 50 % des entreprises de plus de 10 employés par une offre de service. En 2009-2010, 100 % des municipalités et 75 % des entreprises En 2010-2011, 2011-2012, 100 % des municipalités et 80 % des entreprises.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de milieux rejoints</li> <li>• Nombre de milieux participants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matériel promotionnel de la campagne Rendez-vous d'automne</li> <li>• Kino-Québec : <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a></li> <li>• L'ABC de la formation d'un club de marche</li> <li>• Le carnet du marcheur</li> <li>• Augmentez vos actifs</li> </ul>
37. Joindre les écoles, les municipalités et les milieux communautaires et associatifs et les entreprises de 10 employés et plus par une offre de service proposant des activités de la campagne <i>Plaisirs d'hiver</i>	Milieux municipal, scolaire, communautaire et associatif	✓	✓	En 2008-2009, rejoindre 100 % des écoles et des municipalités et au moins 50 % des milieux communautaires et associatifs par une offre de service En 2009-2010, 100 % des écoles et des municipalités et au moins 60 % des milieux communautaires et associatifs En 2010-2011, 2011-2012, 100 % des écoles et des municipalités et au moins 70 % des milieux communautaires et associatifs.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de milieux rejoints</li> <li>• Nombre de milieux participants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matériel promotionnel de la campagne Plaisirs d'hiver</li> <li>• Kino-Québec : <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a></li> <li>• Une vie active et saine à l'école et dans la communauté Edition d'hiver : <a href="http://www.everactive.org/files/WinterActiveFullResourcèfrench.pdf">www.everactive.org/files/WinterActiveFullResourcèfrench.pdf</a></li> <li>• Hiver l'action : <a href="http://www.gofogreen.ca/hivert_action">www.gofogreen.ca/hivert_action</a></li> </ul>
38. Mettre en place ou consolider les activités des groupes <i>V'active</i> en partenariat avec la clientèle participant au programme PIED	Milieux municipal, scolaire, communautaire et associatif	✓	✓	Promouvoir ou soutenir les activités des groupes <i>V'active</i> dans au moins un milieu par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre d'interventions réalisées</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kino-Québec : <a href="http://www.kino-quebec.qc.ca">www.kino-quebec.qc.ca</a></li> <li>• <i>L'activité physique comme déterminant de la qualité de vie des personnes de 65ans et plus - Avis du comité scientifique de Kino-Québec</i></li> </ul>
39. Diffuser le matériel promotionnel sur les méfaits de la fumée de tabac secondaire sur la santé et, particulièrement dans les véhicules et les résidences	Milieux municipal, scolaire, communautaire et associatif	✓	✓	Diffuser le matériel promotionnel sur les méfaits de la fumée de tabac secondaire sur la santé dans au moins 3 milieux par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de milieux rejoints</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matériel promotionnel provincial</li> <li>• Trousse d'action espace sans fumée</li> <li>• Sites Internet : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Semaine québécoise pour un avenir sans tabac : <a href="http://www.mercibeaucoup.ca">www.mercibeaucoup.ca</a></li> <li>• Famille sans fumée : <a href="http://www.famillesansfume.ca">www.famillesansfume.ca</a></li> <li>• CQTS : <a href="http://www.cqts.qc.ca">www.cqts.qc.ca</a></li> <li>• Santé Canada : <a href="http://www.hc-sc.gc.ca">www.hc-sc.gc.ca</a></li> </ul> </li> </ul>

Activités	Milieux ciblés	DRSP	CSSS	Cible et échéancier	Indicateurs	Outils
40. Soutenir l'organisation de l'activité de <i>La gang allumée</i> dans les écoles secondaires et les maisons de jeunes	Milieux municipal, scolaire, communautaire et associatif		✓	Soutenir au moins 1 projet de la gang allumée à chaque année	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de projets soutenus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matériel promotionnel de La gang allumée</li> <li>• La gang allumée : <a href="http://www.lagangallumee.com">www.lagangallumee.com</a></li> </ul>
41. Diffuser le matériel promotionnel et organiser des activités de recrutement au défi « J'arrête, j'y gagne » et au Défi Santé 5/30	Tous les milieux		✓	Diffuser 100 % du matériel promotionnel et organiser au moins 3 activités de recrutement par année.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre de milieux rejoints</li> <li>• Nombre de participants pour chacun des défis pour la région</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matériel promotionnel provincial</li> <li>• Sites Internet : Acti-Menu : <a href="http://www.actimenu.ca">www.actimenu.ca</a> Défi « J'arrête, j'y gagne » : <a href="http://www.defitabac.qc.ca">www.defitabac.qc.ca</a> Défi Santé 5/30 : <a href="http://www.defisante530.ca">www.defisante530.ca</a></li> </ul>

## Les conditions de réussite

Afin de créer des environnements favorables à l'adoption de saines habitudes de vie, la concertation des divers milieux est indispensable. Pour cela, les intervenants en promotion des saines habitudes de vie auront à jouer le rôle d'agent de changement et faire face au défi de la mobilisation. Il faudra considérer que la mobilisation est un processus :

- lent qui exige du temps ;
- qui repose davantage sur des individus que sur des institutions ;
- qui exige de la souplesse et de l'adaptabilité ;
- qui repose sur les potentialités du milieu ;
- qui fait davantage référence aux forces des individus ou des milieux.

Pour qu'un milieu soit mobilisé, il est nécessaire que :

- le projet soit issu et porté par la communauté ;
- le projet soit simple et facile à comprendre ;
- le projet concerne l'ensemble de la communauté ;
- le parcours soit global, souvent complexe ;
- la communauté soit valorisée dans la réalisation du projet ;
- le leadership soit assuré par un organisme crédible ;
- le parcours du projet soit logique et cohérent.

Le profil souhaité d'un « agent de changement » :

- capacité d'établir des liens ;
- ouverture ;
- capacité d'initiatives ;
- certaine notoriété dans le milieu ;
- capacité de laisser de la place aux autres ;
- engagement ;
- accepter le droit à l'erreur.

## Conclusion

En continuité avec *L'approche O 5 30 COMBINAISON PRÉVENTION au Nord-du-Québec* paru en 2007, le *Guide d'implantation de L'approche O 5 30 COMBINAISON PRÉVENTION au Nord-du-Québec* a été conçu pour les centres de santé afin de faciliter la mise en œuvre d'interventions reconnues efficaces auprès de l'ensemble des milieux de vie afin de lutter contre la progression des maladies chroniques.

La Direction de santé publique du Nord-du-Québec souhaite donc intervenir avec une offre de formation pour les intervenants, en adaptant et en produisant des outils, en soutenant le développement d'une stratégie locale et en soutenant la réalisation de l'évaluation mesurée par les intervenants. Également, les informations retrouvées dans les tableaux d'outils de planification permettront aux gestionnaires et aux intervenants de développer leur stratégie locale d'implantation. Cependant, la réussite du déploiement de l'approche ne pourra être possible sans l'implication des intervenants et leurs qualités d'agent de changement car ils sont les bougies d'allumage des activités de promotion et de prévention de la santé.

L'impact de *L'approche O 5 30 COMBINAISON PRÉVENTION au Nord-du-Québec* sera celui d'un travail d'équipe et d'un mouvement collectif du réseau de la santé pour amener la population à adopter de saines habitudes de vie. À ce titre, le 2<sup>e</sup> rapport de la directrice de santé publique qui se veut un appel à la mobilisation des partenaires locaux et régionaux viendra appuyer la démarche et statuer l'importance d'agir maintenant et sur tous les fronts, pour prévenir les maladies chroniques.

# Annexe 1

## Bilan annuel des activités en prévention et promotion des saines habitudes de vie

Centre de santé : \_\_\_\_\_

Nom de l'intervenant : \_\_\_\_\_

Date : 1<sup>er</sup> avril \_\_\_\_\_ au 31 mars \_\_\_\_\_

### 1.0 Milieu scolaire

Activités réalisées	Nombre de milieux		Objectifs	Moyens utilisés	Intervenants (organisations, bénévoles, bénévoles / Comités / Clubs)	Indicateurs (nombre de participants, représentations, documents/outils réalisés ou distribués)	Commentaires
	Ayant reçu l'Info.	Ayant participé					
Journée nationale du sport et de l'activité physique	5	3	Promouvoir l'activité physique dans le cadre de la JNSAP auprès des jeunes du primaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>Représentations allongées</li> <li>Enseignantes : ont animé les récréations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2 récréations allongées à 30 minutes</li> <li>Utilisation du matériel fourni (20 ballons)</li> <li>Bonne participation des élèves (environ 800))</li> </ul>		
	2	2	Promouvoir l'activité physique dans le cadre de la JNSAP auprès des jeunes du secondaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>Enseignants en éducation physique : ont animé la danse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2 activités de danse aérobique durant l'heure du midi</li> <li>Bonne participation (environ 300 élèves)</li> </ul>		
	5	5	Promouvoir l'activité physique hivernale auprès des jeunes du primaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>Danse aérobique</li> <li>Devoirs actifs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Enseignantes : ont expliqué les consignes et encouragé les élèves à participer aux « Devoirs actifs »</li> <li>Le service de garde a fait des jeux extérieurs lors de cette semaine « Devoirs actifs »</li> <li>La direction a envoyé un mémo aux parents pour annoncer les « Devoirs actifs »</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participation : 950 élèves</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les élèves ont été très motivés à faire leurs « Devoirs actifs ».</li> <li>Plusieurs élèves ont réussi à faire les 5 jours « Devoirs actifs ».</li> <li>Plusieurs parents se sont impliqués dans les « Devoirs actifs » de leurs enfants</li> </ul>
Campagne Plaisirs d'hiver							

# Bilan annuel des activités en prévention et promotion des saines habitudes de vie

Centre de santé : \_\_\_\_\_

Date : 1<sup>er</sup> avril \_\_\_\_\_ au 31 mars \_\_\_\_\_

Nom de l'intervenant : \_\_\_\_\_

## 1.0 Milieu scolaire

Activités réalisées	Nombre de milieux		Objectifs	Moyens utilisés	Partenaires (organisations) impliqués /Contribution	Indicateurs (nombre de participants, représentations, documents/outils réalisés ou distribués)	Commentaires
	Ayant reçu l'info.	Ayant participé					
Journée nationale du sport et de l'activité physique							
Campagne Plaisirs d'hiver							
Defi « Moi j'croque »							
Concours École active							

Activités réalisées	Nombre de milieux		Objectifs	Moyens utilisés	Partenaires (organisations) impliqués /Contribution	Indicateurs (nombre de participants, représentations, documents/outils réalisés ou distribués)	Commentaires
	Ayant reçu l'info.	Ayant participé					
Mois de la nutrition							
Mois de l'activité physique et du sport étudiant							
Politique-cadre							
Loi sur le tabac en milieu scolaire							
La gang allumée							

Activités réalisées	Nombre de milieux		Objectifs	Moyens utilisés	Partenaires (organisations) impliqués /Contribution	Indicateurs (nombre de participants, représentations, documents/outils réalisés ou distribués)	Commentaires
	Ayant reçu l'info.	Ayant participé					
In Vivo							
Autre initiative <sup>1</sup>							

1. Autres activités ou projet de communication, programme ou mesure mis en place, activités de mobilisation ou de concertation d'acteurs, de soutien ou de collaboration avec des partenaires pour la mise en place d'intervention dans le milieu, présentation, formation, diffusion de publication ou d'avis scientifique ou d'autres activités en vue d'éclairer la démarche de partenaires.

## 20 Mlieu municipal

Activités réalisées	Nombre de milieux		Objectifs	Moyens utilisés	Partenaires (organisations) impliqués /Contribution	Indicateurs (nombre de participants, représentations, documents/outils réalisés ou distribués)	Commentaires
	Ayant reçu l'info.	Ayant participé					
Journée nationale du sport et de l'activité physique							
Campagne Rendez-vous d'automne							
Campagne Plaisirs d'hiver							
Autre initiative <sup>1</sup>							

### 3.0 Milieu du travail

Activités réalisées	Nombre de milieux		Objectifs	Moyens utilisés	Partenaires (organisations) impliqués / Contribution	Indicateurs (nombre de participants, représentations, documents / outils réalisés ou distribués)	Commentaires
	Ayant reçu l'info.	Ayant participé					
Rendez-vous d'automne							
Defi Santé 5/30							
Fruits et légumes en vedette							
Autre initiative <sup>1</sup>							

- 
1. Autres activités ou projet de communication, programme ou mesure mis en place, activités de mobilisation ou de concertation d'acteurs, de soutien ou de collaboration avec des partenaires pour la mise en place d'intervention dans le milieu, présentation, formation, diffusion de publication ou d'avis scientifique ou d'autres activités en vue d'éclairer la démarche de partenaires.

## 4.0 Milieu associatif et communautaire

Activités réalisées	Nombre de milieux		Objectifs	Moyens utilisés	Partenaires (organisations) impliqués / Contribution	Indicateurs (nombre de participants, représentations, documents/outils réalisés ou distribués)	Commentaires
	Ayant reçu l'info.	Ayant participé					
Journée nationale du sport et de l'activité physique							
Plaisirs d'hiver							
Defi Santé 5/30							
Autre initiative <sup>1</sup>							

- 
1. Autres activités ou projet de communication, programme ou mesure mis en place, activités de mobilisation ou de concertation d'acteurs, de soutien ou de collaboration avec des partenaires pour la mise en place d'intervention dans le milieu, présentation, formation, diffusion de publication ou d'avis scientifique ou d'autres activités en vue d'éclairer la démarche de partenaires.

## 5.0 Autres clientèles (Viactive)

Activités réalisées	Nombre de milieux		Objectifs	Moyens utilisés	Partenaires (organisations) impliqués / Contribution	Indicateurs (nombre de participants, représentations, documents/outils réalisés ou distribués)	Commentaires
	Ayant reçu l'info.	Ayant participé					
Mettre en place ou consolider les activités des groupes Viactive							
Autre initiative <sup>1</sup>							

- 
1. Autres activités ou projet de communication, programme ou mesure mis en place, activités de mobilisation ou de concertation d'acteurs, de soutien ou de collaboration avec des partenaires pour la mise en place d'intervention dans le milieu, présentation, formation, diffusion de publication ou d'avis scientifique ou d'autres activités en vue d'éclairer la démarche de partenaires.

## 6OMlieu de la santé

Activités réalisées	Nombre de milieux		Objectifs	Moyens utilisés	Partenaires (organisations) impliqués /Contribution	Indicateurs (nombre de participants, représentations, documents/outils réalisés ou distribués)	Commentaires
	Ayant reçu l'info.	Ayant participé					
Organiser un suivi des stades de changement de comportement du client par le personnel							
Mettre en place dans les services de santé communautaire un système de référence et des outils de communication facilitant le déplacement des fumeurs vers les services de cessation offerts par les CAT							
Outiller les professionnels de la santé et les clients avec du matériel de communication							
Autre initiative <sup>1</sup>							

1. Autres activités ou projet de communication, programme ou mesure mis en place, activités de mobilisation ou de concertation d'acteurs, de soutien ou de collaboration avec des partenaires pour la mise en place d'intervention dans le milieu, présentation, formation, diffusion de publication ou d'avis scientifique ou d'autres activités en vue d'éclairer la démarche de partenaires.

Parmi toutes ces activités, quelle a été votre plus grande fierté et pourquoi?

---

---

---

---

---