

Bulletin de liaison

Villes, villages, territoires et
communautés en santé du
réseau de l'Abitibi-Témiscamingue



*La volonté profonde de tout homme, de tout peuple, de toute communauté quelle qu'elle soit,
c'est d'être libre, de sentir son génie éclabousser son lieu et l'inscrire dans le monde.
(Patrick Chamoiseau)*

Février 2006

Vol. 3 n° 5

Bonjour à toutes et à tous,

Le 10 février dernier, a eu lieu une rencontre régionale sur les *Enjeux et défis des maladies chroniques*. À cette rencontre, les participantes et participants étaient invités à réfléchir sur le modèle d'organisation des services en Abitibi-Témiscamingue, à l'approche interdisciplinaire à développer afin de maximiser l'accès aux soins et services pour la population.

Des personnes ressources de la région, Marie-Josée Racicot, Gérald Létourneau, Olivier Tardif et Sylvie Bellot de l'Agence de santé et des services sociaux ont fait ressortir certaines caractéristiques au plan des statistiques et des interventions préventives et de l'approche interdisciplinaire.

Des conférencières, de l'Hôpital Charles Lemoyne de Montréal et de l'Institut thoracique de Montréal, mesdames Christine Mimeault et Diane Nault, ont présenté des expériences novatrices concernant d'une part, *L'équipe multidisciplinaire : un processus de collaboration* et d'autre part, *le Réseau de soins et de services intégrés destiné à la clientèle atteinte de maladie pulmonaire obstructive chronique* dans leur institution.

Pour leur part, les représentants du Centre de santé et de services sociaux de la Vallée-de-l'Or ont présenté les caractéristiques et le fonctionnement de leur Clinique multidisciplinaire de prise en charge de maladies chroniques pour la clientèle atteinte d'une pathologie chronique, limitative et évolutive.

Cette journée de formation était basée sur le modèle intégré de lutte aux maladies chroniques pour la région de l'Abitibi-Témiscamingue, modèle proposé par l'Agence de la santé et des services sociaux aux différents Centre de santé et de services sociaux de la région. À l'intérieur du modèle de lutte, différents aspects ont été analysés plus en profondeur jusqu'à ce jour, soit le programme intégré de prévention des maladies chroniques « 0-5-30 combinaison prévention », le modèle d'organisation des soins et services, l'approche interdisciplinaire et les autos-

Ce modèle se veut évolutif et plusieurs acteurs seront interpellés par son implantation.

La lutte contre les maladies chroniques nécessite des actions tant auprès des individus que dans les milieux de vie. Les municipalités sont alors des partenaires privilégiés en ce qui a trait à la mise en place de projets facilitant l'adoption de saines habitudes de vie entre autre, pour la pratique régulière de l'activité physique, pour l'accès à une saine alimentation et à des environnements sans fumée.

Carmen V. Boucher, coordonnatrice

PROJET PRÉVENTION « PROJET PUB » NOTRE-DAME-DU-NORD EN SANTÉ

Un projet de prévention « Projet Pub » à été réalisé par le travailleur de milieu, Jean-Claude Brault, avec 36 jeunes et 38 adultes. En tout 29 capsules ont été enregistrées avec des participants de tous les villages du Témiscamingue et seront diffusées dans les écoles et les télé communautaires de la région. Ces capsules placent des jeunes dans des situations où il est important de parler de ce qu'ils vivent à des personnes en qui ils ont confiance. À la fin des capsules tous les services jeunesse de la région sont présentés.

Le lancement officiel se fera au Théâtre du RIFT de Ville-Marie, le jeudi 13 avril 2006 à 19 heure.

Hélène Julien : 819 723-2100



UN DÎNER SANTÉ POUR UNE ÉCOLE EN SANTÉ PREISSAC

Dans le cadre de l'approche « École en santé », les élèves ont invité leurs parents pour partager avec eux un dîner santé.

Les élèves de 5^e et 6^e année, avec l'aide de deux parents du comité de vie, ont participé à la préparation du repas. Le repas terminé, les élèves sont sortis jouer à l'extérieur pendant que les parents recevaient des informations sur les aliments santé.

Extrait du journal L'Alliance de Preissac





**ACTIVITÉ DE LEVÉE DE FOND QUI
SAURA VOUS DILATER LA RATE!
LA CORNE**

Les Badins sont de retour avec la pièce *Pauvre Bob*, qui aura lieu le 18 mars 2006 à 20 h au sous-sol de l'église de La Corne, au profit de la Magie des châteaux de sables.

La troupe Les Badins se déplace de villes en villages pour des activités de levée de fond. Pour plus d'information, veuillez contacter la sous-signée.

**TOURNOI DE PITOUNE ANNUEL!
LA CORNE**

Organisé par le comité Sports et Loisirs de La Corne, le tournoi de pitoune annuel se tiendra les 10 et 11 mars 2006 à la salle Champagne.

**SOUPER RECONNAISSANCE DES BÉNÉVOLES!
LA CORNE**

Avait lieu le 11 février 2006, le souper reconnaissance des bénévoles. Un franc succès avec 120 soupers servis. Nos bénévoles ont très apprécié.

Anne Demers : 819 799-3571



**JOURNÉE FAMILIALE
LAVERLOCHÈRE**

Une magnifique journée d'activités familiales s'organise à Laverlochère. La journée commence par un dîner servi par les élèves de 4^e secondaire de l'École du Carrefour de Latulipe. En après-midi, tout le monde va dehors pour s'amuser. Une joute de ballon balai, un rallye, une chasse aux trésors, une course de poche et une course de raquette, une promenade en carriole, un feu de joie ainsi que plusieurs surprises attendent les participants.

La Municipalité, le Comité des Sports et Loisirs, l'Éducation populaire, Loisirs et Sports d'Abitibi-Témiscamingue ainsi que la Commission familiale se sont tous réunis, avec les élèves de 4^e secondaire, pour organiser une journée en plein air.

*Mariette Carrière :
819 765-2772*

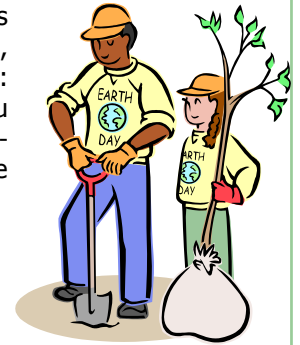


**LE SOMMET DES ARBRES : MUNICIPALITÉS RECHERCHÉES!
JOUR DE LA TERRE**

Pour faire suite à l'annonce parue dans le dernier VVS-Express du Réseau québécois des Villes et Villages en santé concernant la plantation de 10 000 arbres dans le cadre du Jour de la Terre, le site Internet est maintenant prêt à accueillir vos inscriptions. Rendez-vous sur le site Jour de la Terre pour plus de détails à l'adresse suivante : www.jourdelaterre.org

Dans cet ordre d'idée, votre municipalité est intéressée à planter 100 arbres dans le cadre du Jour de la Terre 2006 ? Pour vous inscrire, ou pour toutes questions, veuillez écrire à l'adresse suivante : plantation@jourdelaterre.org ou téléphonez au 1 800 424-8758, demandez Vicky Pelletier, responsable du projet.

Carmen Boucher : 819 764-3264



**REPORT DE LA RENCONTRE RÉGIONALE 2006 DES VILLES,
VILLAGES, TERRITOIRES ET COMMUNAUTÉS EN SANTÉ**

Nous vous informons du report de la rencontre biennale régionale qui devait se tenir au cours du mois de juin de cette année. Nous prévoyons, à la suite du colloque international francophone des Villes et Villages en santé et Villes-Santé de l'Organisation mondiale de la santé qui se tiendra du 26 au 28 octobre prochain dans les Laurentides, préparer un événement dans notre région qui se tiendra au cours du printemps 2007.

Rappelons que le Colloque international francophone a pour thème « Pour une nouvelle gouvernance territoriale », que des conférenciers, spécialistes du développement local et durable, alimenteront les conférences/débats prévus au cours de cet événement qui se tiendrait pour une deuxième fois, au Québec.

Carmen V. Boucher, poste 49354



**PLEIN AIR AVEC LES JEUNES BRANCHÉS
VILLEMONTÉL**

Le comité des jeunes branchés de Villemontéel organise, avec la présence de parents bénévoles, des activités plein air au cours de la journée du 11 mars prochain soit un rallye raquette ou à pied, de la tire sur neige et d'autres activités-surprises. Ces activités seront suivies d'un souper et d'une soirée karaoké. Des prix de participation et de présence seront offerts.

Tiré de « Ma municipalité m'informe », mars 2006



Direction de santé publique

DÉFI J'ARRÊTE, J'Y GAGNE, L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE S'EMBARQUE POUR UNE 7^{ÈME} ÉDITION!

Le **Défi J'arrête, j'y gagne** est une intervention conviviale qui encourage les personnes fumeuses à mettre fin à leur habitude tabagique. Les plus grandes forces de ce défi sont le partenariat par le support d'un parrain ou d'une marraine, et le milieu qui s'implique de différentes façons pour faciliter la démarche de cessation tabagique : que ce soit un établissement sans fumée, une entreprise qui offre des ateliers ou conférences sur le sujet.

Le défi a déjà grandement contribué à diminuer le nombre de fumeur en région. Depuis le premier défi, près de 6 250 personnes fumeuses se sont inscrites. Si l'on se fie au sondage provincial de 2004 qui mentionne que 30% des gens qui ont relevé le défi sont demeurés non fumeurs après un an, nous pouvons donc estimer que près de 1 880 personnes ont cessé de fumer en relevant le défi des 6 semaines d'arrêt tabagique .

Rappelons que le **Défi J'arrête, j'y gagne** propose aux fumeuses et fumeurs de s'engager à cesser leurs habitudes tabagiques pendant 6 semaines, soit du 1 mars au 11 avril 2006.

Pour la 7^{ème} édition, les objectifs de la région sont les suivants :

- atteindre 900 inscriptions ;
- augmenter la participation des hommes ;
- augmenter la participation des jeunes de 24 ans et moins.



Pour ce faire, des interventions de promotion ont été réalisées auprès des entreprises, des associations de hockey mineur, des centres de formation professionnelle ou de formation des adultes de la région.

De plus, cette année, les personnes de la région qui souhaitent utiliser une aide pharmaceutique pour cesser de fumer pourront facilement obtenir une ordonnance pour remboursement du médicament en consultant un professionnel de la santé ou le pharmacien.

C'est parti, relevons le défi 2006!

Mugette Lacerte, poste 49335



Le 13 décembre 2005, *Gai Écoute* lançait une nouvelle campagne publicitaire pour contrer la solitude chez les personnes homosexuelles. Cette campagne vise à rejoindre les personnes désirant rompre avec la solitude, en les invitant à communiquer avec le Service d'aide, d'écoute téléphonique et de renseignements. Le partage de ses souffrances morales demeure le meilleur moyen de les alléger, et il n'est surtout pas nécessaire d'être rendu à l'extrême limite de ses capacités avant de songer à téléphoner à *Gai Écoute*.

Depuis sa fondation en 1980, l'organisme a reçu des dizaines de milliers d'appels concernant les questions relatives à l'orientation sexuelle. Aucun sujet n'est tabou ! Les motifs d'appel sont variés, il peut s'agir de questionnement sur son orientation sexuelle ou celle d'un proche, de difficultés vécues dans le milieu scolaire ou dans le milieu de travail, de difficultés de couple, d'homophobie, d'idées et d'intentions suicidaires, de bisexualité, d'abus sexuel, de rejet, d'isolement ou de solitude ou de toute autre question relative à l'orientation sexuelle. Ce service est accessible de 8 h le matin à 3 h la nuit, 365 jours par année. Il est également possible d'obtenir de l'aide par [courrier électronique](#).

Vous voulez en savoir d'avantage ? Une adresse à retenir : www.gai-ecoute.qc.ca et un numéro de téléphone à retenir : 1 888 505-1010 service confidentiel, anonyme et gratuit.



Pauline Clermont, poste 49412

Membre allié de la Coalition d'aide aux lesbiennes, gais et bisexuels-les de l'Abitibi-Témiscamingue



MISEZ SUR SAVEUR ET SANTÉ, PARTOUT OÙ VOUS ALLEZ !
MARS, MOIS DE LA NUTRITION



Mars 2006 souligne le 25^e anniversaire de la campagne du Mois de la nutrition, organisée par les Diététistes du Canada. Le slogan de cette année est « Misez sur saveur et santé, partout où vous allez ! ». Le thème aborde l'importance d'une saine alimentation, que vous soyez au travail, à l'épicerie en train de faire des choix pour votre famille ou encore au restaurant.

Mettez les étiquettes alimentaires et la liste des ingrédients en priorité sur votre liste de lecture ! Profitez du fait qu'un étiquetage nutritionnel unique est maintenant obligatoire sur la plupart des aliments préemballés. Utilisez le % de la valeur quotidienne, trouvé dans le tableau de la valeur nutritive, pour comparer les aliments entre eux afin de savoir lequel contient beaucoup ou peu d'un élément nutritif. Pour en apprendre davantage sur l'étiquetage nutritionnel et visiter une épicerie virtuelle, allez à « Faites provision de saine alimentation » : (www.faitesprovisiondesainealimentation.ca).



Évaluez vos choix d'aliments et d'activités de la journée avec « ProfilAN », planifiez vos repas avec « Menu au goût du jour » ou participez à la « Chasse au trésor » : tous ces outils sont disponibles au www.dietetistes.ca/mangermieux.

Rappelons-nous qu'il est important de rendre accessible des aliments sains dans nos arénas, dans les lieux de loisirs de nos jeunes et moins jeunes et dans nos fêtes populaires.

Surveillez le numéro de mars du magazine *Châtelaine* et cherchez la page intitulée « Détective nutritionnelle ».

Tiré du site Internet : www.dietitians.ca de la section en français

- Mois national de la nutrition
- Mois de la lutte contre la maladie du foie
- Mois de sensibilisation aux troubles de l'apprentissage
- Mois national de sensibilisation au cancer colorectal

- Mois national de l'épilepsie
- Mois national du rein
- Mois de la Croix-Rouge



ÉVÉNEMENTS

- Journée internationale de la femme le 8 mars
- Semaine des travailleurs sociaux du Québec du 12 au 18 mars
- Semaine québécoise de la déficience intellectuelle du 12 au 18 mars
- Semaine de sensibilisation au cerveau du 13 au 19 mars
- Semaine nationale de la sécurité sur la ferme du 14 au 20 mars

- Journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale le 21 mars
- Journée québécoise des allergies alimentaires le 21 mars
- Journée mondiale de l'eau le 22 mars
- Journée mondiale de la tuberculose le 24 mars
- Journée nationale des cuisines collectives le 26 mars
- Journée internationale des aides familiales le 30 mars
- Journées de la jonquille du 30 mars au 2 avril

En bref

• Cet hiver, le Centre éducatif forestier du **lac Joannès** sort de son hibernation et innove en raquettes! Entre amis ou en famille, découvrez les joies du plein air et les 5,5 km de sentiers de raquettes.



- Le sentier multifonctionnel de 5 km que la Ville de **La Sarre** a commencé à aménager en périphérie du terrain de golf, l'automne dernier, est maintenant ouvert aux adeptes du ski de fond et de la marche depuis la fin de semaine du 21 janvier.

- Une commission régionale sur la ruralité voit le jour. Lors de l'assemblée publique de la **Conférence régionale des élus** du 26 janvier, le président de la Fédération régionale de l'Union des producteurs agricoles, Rosaire Mongrain, a fait observer que la Commission pourrait aussi porter les revendications des agriculteurs, dont la réactivation du programme de soutien à la remise en culture et au drainage des terres agricoles.

- C'est sous le thème *Wô minute! Pense à ta sécurité* que s'est déroulé la **18^e campagne provinciale de sécurité dans le transport scolaire**, qui a eu lieu du 30 janvier au 10 février. Pour l'occasion, un livre était distribué à toutes les classes du préscolaire et du primaire.



- Environ 80 étudiants aux cycles supérieurs en foresterie et en sciences de l'environnement provenant d'une douzaine d'universités de l'est Canada et des États-Unis ont partagé leurs connaissances sur leurs spécialités à l'occasion de la 20^e Conférence annuelle CONFOR NORDIQUE, qui a eu lieu à la Station de recherche de la Forêt d'enseignement et de recherche du **Lac Duparquet** du 2 au 5 février. Il s'agissait de la première fois où cet événement se tenait à l'extérieur d'une ville d'importance, au cœur de la forêt. Les participants y ont discuté d'aménagement, d'économie, d'agroforesterie, de génétique, de faune et de foresterie autochtone.

- Une fois de plus, **la région** a démontré une générosité sans bornes, remettant pas moins de 339 418 \$ en dons lors du 9^e Téléthon de la Ressource pour personnes handicapées. C'est 65 000 \$ de plus que le précédent record.

- Offensive pour contrer le suicide : afin de sensibiliser un maximum de personnes à dépister des comportements de détresse dans leur entourage, le Comité de prévention du suicide de **Val-d'Or** a mis le paquet cette année dans l'organisation de la 16^e Semaine nationale de prévention du suicide, qui s'est tenue du 5 au 11 février dernier, en rencontrant les élèves dans

différentes écoles, en visitant des entreprises afin de sensibiliser les employeurs, en distribuant quelque 40 000 napperons et plusieurs centaines de pochettes d'information sur les services offerts par le Comité de prévention du suicide dans la municipalité ainsi que plusieurs autres activités.

- Ils ne se laisseront jamais plus intimider. Les élèves des écoles primaires de **Berry** et de **Pikogan** ont mis un terme aux séances de formation pour contrer l'intimidation dans leur milieu. L'activité dirigée par Louise Graveline, de la Maison Mikana, laissera sur son passage des outils qui aideront les jeunes face à des situations impliquant des rapports de force. À la suite des rencontres, des élèves du primaire tourneront un film, cinq jeunes élèves ont décidé de produire un vidéo contre l'intimidation à **Amos**.

- Cancer : des parents partagent leur vécu à **Val-d'Or**. Depuis l'automne dernier, les parents ayant ou ayant eu un enfant cancéreux peuvent participer aux Cafés-rencontres de Leucan, organisés une fois par mois. Si l'activité est toute jeune, elle a germé pendant environ un an avant de voir le jour.

- Daniel Bernard, a annoncé qu'une somme de 136 996 \$ serait partagée cet hiver entre la **Commission scolaire de Rouyn-Noranda (CSRN)**, la **Commission scolaire du Lac-Témiscamingue** et celle de **Western Québec**. 92 071 \$ seront consacrés au programme Aides aux devoirs, tandis que 44 925 \$ seront ventilés dans celui d'Écoles en forme et en santé. La (CSRN) bénéficiera d'un montant de 38 838 \$, lequel sera consacré à l'aide aux devoirs et à la promotion de saines habitudes de vie.

- Après avoir adhéré officiellement au Réseau de Villes et Villages en santé, **Amos** va de l'avant sur un autre cheval de bataille du conseiller Yvon Leduc et dépose sa candidature pour recevoir le Colloque 2007 du Carrefour action municipale et famille. Elle deviendrait la deuxième ville de la région après Val-d'Or à recevoir l'événement.

- Quand le rire rime avec santé : **Rouyn-Noranda** a maintenant son club de rire sans raison. Chaque semaine, des gens se réunissent pour rire sans raison, si ce n'est que pour leur santé et leur bien-être. C'est la méthode du Dr Madan Kataria, qui a fondé les clubs de rire en Indes en 1995. On compte 2 500 clubs de rire dans le monde.

- Le Harfang des neiges qui vit en liberté à **la Cité de l'Or** depuis plus de deux mois est devenu une attraction pour le site touristique. Vivant habituellement plus au nord du Québec, il aurait adopté le site en raison d'un manque de nourriture dans son habitat naturel.

Pour en savoir plus

**DOCUMENTS DISPONIBLES
AU CENTRE D'INFORMATION TECHNIQUE
SUR, POUR ET PAR LES COMMUNAUTÉS**

- Comité national sur le dépistage du cancer colorectal. Santé Canada (2002). *Recommandations pour le dépistage du cancer colorectal.*
- Parents-secours du Canada inc. (2003). *Les nombreux visages du danger.*
- Gouvernement du Canada, Centre national de prévention du crime (2000). *Abécédaire de la prévention du crime au niveau municipal.*



Vous pouvez emprunter l'un ou l'autre de ces documents auprès de *Guyline St-Arnaud*, au : 819 764-3264 poste 49316 ou par courriel : guyline_starnaud@ssss.gouv.qc.ca

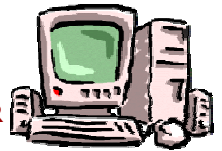
Et si nous allions...



- Maladie du foie : www.liver.ca/fr/Home.aspx
- Troubles de l'apprentissage : www.Idac-taac.ca
- Cancer colorectal : www.ccac-acc.ca/index_f.asp
- Épilepsie : www.epilepsy.ca/fran/mainSetFR.html
- Rein : www.rein.ca
- Nutrition : www.dietitians.ca/public/content/information_français/index.asp
- Croix-Rouge : www.croixrouge.ca



SITES À VISITER



- Sécurité sur la ferme : www.safety-council.org/CCS/findex.html
- Eau : www.worldwaterday.org et www.fr.irc.nl
- Journées de la jonquille : www.cancer.ca
- Tuberculose : www.stoptb.ca/fr/
- Défi J'arrête, j'y gagne ! : www.defitabac.ca

Directement de...

SERVICES QUÉBEC

- Commission parlementaire sur les véhicules hors route — Document d'orientation
- Profil régional — Soutien financier du gouvernement du Québec en matière d'action communautaire — Abitibi-Témiscamingue
- Recueil statistique sur la pauvreté et les inégalités socioéconomiques au Québec

Vous pouvez consulter ces documents sur le site Internet du Portail du gouvernement du Québec et aussi sur le Portail régional de l'Abitibi-Témiscamingue, à l'adresse suivante : www.gouv.qc.ca ou www.abitibitemiscamingue.gouv.qc.ca dans la rubrique Publications.



PENSÉE DU MOIS

Prochaine diffusion : Mars 2006
Tirage : 500 copies

« Enrichissons-nous de nos différences mutuelles. »
Paul Valéry

Coordination : Carmen V. Boucher

Collaboration : André Bouchard, Marie-Claire Lacasse, Danielle Landriault et Olivier Tardif

Conception, mise en page et diffusion : Guyline St-Arnaud

Pour recevoir le Bulletin par courriel :
guyline_starnaud@ssss.gouv.qc.ca



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

Québec
Abitibi-
Témiscamingue

Centre d'information technique sur, par et pour les communautés
Villes, villages, territoires et communautés en santé
1, 9^e Rue, Rouyn-Noranda (Québec) J9X 2A9
Tél. : 819 764-3264, poste 49316