

INVESTIR POUR L'AVENIR

Bulletin national d'information

Novembre 2011

VOL. 3, NO. 4

TABLE DES MATIÈRES

Mot de la coordonnatrice du PAG 1

Transformer nos villes pour assurer de saines habitudes de vie 2

Politique-cadre *Pour un virage santé à l'école*: résultats du bilan 3

➔ En manchette 4

➔ Pleins feux sur les régions 6

➔ Formation 9

➔ Le coin lecture 10

➔ La boîte à outils 10

➔ Glossaire 11

➔ Nouvelles internationales 12

➔ Chapeau! 12



MOT DE LA COORDONNATRICE DU PAG

La notion selon laquelle la santé est influencée par des facteurs de l'environnement a fait son chemin graduellement. Déjà en 1800, on faisait le lien entre la pauvreté et la santé. L'écologie porte intrinsèquement cette idée de l'importance du milieu. La Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé, dont on célèbre les 25 ans cette année, met en évidence l'importance de créer des environnements favorables à la santé.

Au Québec, en lien avec la prévention de l'obésité et l'amélioration des habitudes de vie, cette idée de prendre en considération l'environnement dans nos pratiques a notamment été amenée par l'Association pour la santé publique du Québec, au début des années 2000. En effet, jusqu'en 2005 au moins, l'Association pour la santé publique du Québec a mené un projet, financé par Santé Canada : *Analyse et identification de stratégies visant la création d'environnements facilitants pour la prévention et la diminution des problèmes reliés au poids*. Ce projet a vraiment permis de mettre de l'avant au Québec la notion d'environnements favorables pour renverser la tendance vers des environnements obésogènes.

Ainsi, dans ce numéro, nous exploitons le thème des environnements. L'article de Paul Lewis, de l'Université de Montréal, porte sur l'aménagement de nos quartiers, villes et municipalités. Il illustre les liens entre l'aménagement du territoire et les saines habitudes de vie et le poids. De plus, le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport présente les résultats issus de son bilan de la mise en œuvre de la Politique-cadre *Pour un virage santé à l'école*, une mesure visant à améliorer l'offre alimentaire dans les établissements d'éducation primaires et secondaires. Par ailleurs, nous ramenons la rubrique *Glossaire* afin de traiter des environnements favorables. En effet, le document *Pour une vision commune des environnements favorables à la saine alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à la prévention des problèmes reliés au poids* sera bientôt publié. Nous en profitons donc pour expliquer les environnements favorables.

Bonne lecture!

Lyne Mongeau, coordonnatrice du PAG



Québec 

TRANSFORMER NOS VILLES POUR ASSURER DE SAINES HABITUDES DE VIE

Les milieux dans lesquels nous vivons ne sont guère favorables à notre santé; ils ne nous permettent que trop rarement d'acquiescer de saines habitudes de vie. Ce constat est bien connu. Pourtant, l'urbanisme tel que nous le connaissons aujourd'hui a d'abord été pensé pour assurer de meilleures conditions de vie aux populations urbaines, par exemple un meilleur ensoleillement et l'accès à l'eau potable. Il nous faut revenir à ces fondements, surtout dans un contexte où l'obésité est une véritable épidémie dans les pays du Nord, épidémie qui gagne rapidement les pays du Sud.

Avec l'urbanisation rapide de nos sociétés, nous avons quelque peu oublié la nécessité de construire des villes qui puissent contribuer à la santé des populations, pour privilégier plutôt les déplacements : la mobilité et l'accessibilité sont devenues des dimensions essentielles de l'expérience urbaine. La motorisation a joué à cet égard un rôle déterminant, et a amené une transformation en profondeur de nos modes d'habiter : avec l'automobile, les populations urbaines, ou même rurales, ont eu accès à de meilleures conditions de logement, parce qu'il leur était possible de s'éloigner du cœur des villes. Mais en même temps, l'automobile a fait de nos villes des milieux qui posent de graves problèmes de santé.

Les résidents des quartiers centraux des grandes villes, et même des villes moyennes, bénéficient d'un environnement qui est considéré, par plusieurs, comme très favorable à la santé. En effet, dans les quartiers centraux, il est possible de se déplacer à pied ou à vélo pour se rendre à destination. Les données le confirment : les résidents de ces quartiers marchent bien davantage que ceux des banlieues et des milieux ruraux, la marche contribuant ainsi à augmenter leur niveau d'activité physique. Mais en même temps, les résidents des quartiers centraux doivent supporter des conditions qui ne sont pas toujours idéales, à cause de la forte pression automobile qui s'y exerce. Si ces résidents marchent davantage, on peut s'inquiéter de la qualité de l'air qu'ils respirent. La pollution atmosphérique, pour ne prendre que cet exemple, y est souvent très élevée, au point où de nombreux résidents souffrent de problèmes respiratoires; des études réalisées ici et ailleurs soulignent justement les problèmes que l'automobile cause aux populations des quartiers centraux.

Les résidents des banlieues et des milieux ruraux vivent dans des environnements où les conditions de vie sont souvent supérieures à ce qu'on observe dans les quartiers centraux : ils ont généralement de l'espace et ont accès à des espaces verts et à un air de bonne qualité. Mais parce que les distances à parcourir sont très grandes, ils sont dépendants de l'automobile, au point où il leur est souvent impossible de se déplacer autrement. Si bien qu'ils perdent la possibilité d'intégrer la marche dans leur quotidien. Et c'est là un des problèmes majeurs des villes actuelles, conçues en fonction du seul potentiel qu'offre l'automobile pour assurer les déplacements.

Les villes doivent être repensées, pour réduire la dépendance automobile. Et l'urbanisme doit revenir à sa mission originelle : créer des environnements qui favorisent le plein épanouissement des individus. Au premier chef, l'urbanisme doit contribuer à construire des environnements qui favorisent la santé. Les villes doivent être plus denses, plus compactes; il faut en ce sens revenir aux modèles d'urbanisation d'avant la Seconde Guerre mondiale. Plus encore, il faut réduire la place de l'automobile, pour construire des villes piétonnes, des villes du transport collectif. C'est là la condition essentielle pour améliorer les conditions de vie de l'ensemble des populations, notamment celles qui vivent dans les villes, mais également les populations des banlieues. C'est à une transformation en profondeur de nos façons de construire nos villes que nous devons nous attaquer; c'est surtout la place de l'automobile qui doit être redéfinie, pour améliorer à la fois la mobilité et l'environnement que nous offrons aux populations urbaines.

Source : **Paul Lewis**, Observatoire SITQ du développement urbain et immobilier de l'Université de Montréal

**L'urbanisme doit
revenir à sa mission
originelle : créer
des environnements
favorables.**



POLITIQUE-CADRE POUR UN VIRAGE SANTÉ À L'ÉCOLE: RÉSULTATS DU BILAN

Afin de dresser un bilan de la mise en œuvre de la Politique-cadre *Pour un virage santé à l'école*, le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) a effectué en 2009 une collecte de données en ligne auprès de plus de 600 écoles primaires et secondaires ainsi que de centres de formation professionnelle et d'éducation aux adultes des secteurs public et privé.

VOLET SAINES ALIMENTATION : UNE MOBILISATION RAPIDE DES MILIEUX, DES EFFORTS À POURSUIVRE

Les résultats pour ce volet indiquent que 98 % des services alimentaires principaux des établissements scolaires offrent des repas composés d'aliments des quatre groupes du Guide alimentaire canadien, 96 % composent une assiette principale comprenant au moins un légume d'accompagnement et près de 95 % offrent quotidiennement une variété de fruits et de légumes en plus de privilégier les types de cuisson avec peu ou pas de matières grasses.

De plus, 95 % des établissements ont éliminé les pommes de terre frites, alors que 90 % n'offrent aucun aliment dont le premier ingrédient est le sucre ou un équivalent. Près de 80 % ont également éliminé les boissons sucrées et les aliments frits de leur service alimentaire principal.

Par rapport aux machines distributrices, 84 % des établissements y ont retiré les aliments dont le sucre était le premier ingrédient. Toutefois, en 2009, on y trouvait encore des boissons gazeuses, des boissons avec substitut de sucre ou des boissons sucrées dans la moitié des établissements.

Des efforts restent donc à faire en ce sens, mais aussi pour augmenter l'offre d'aliments de bonne valeur nutritive, dont les desserts et collations à base de fruits, de produits laitiers et de produits céréaliers à grains entiers.

VOLET MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF : DES RÉSULTATS PROMETTEURS

Les résultats de ce volet indiquent que 65 % des établissements primaires et secondaires offrent des activités qui tiennent compte des intérêts variés des jeunes et qui sont adaptées à leurs capacités. De plus, 78 % ont aménagé et animent les aires intérieures et extérieures afin de favoriser la pratique d'activités physiques. On constate également que ces milieux ont mis en place plusieurs conditions permettant aux jeunes d'augmenter leurs occasions d'être actifs physiquement lors de différentes périodes de la journée scolaire. Les résultats obtenus pour ce volet de la Politique-cadre ne sont toutefois pas aussi satisfaisants dans les centres de formation professionnelle et d'éducation aux adultes.

ÉDUCATION, PROMOTION ET COMMUNICATION : LES ÉLÈVES ET LE PERSONNEL SENSIBILISÉS

La presque totalité des écoles primaires et secondaires ont organisé des activités de sensibilisation pour les élèves et les membres du personnel, et plusieurs ont offert des activités permettant le développement des habiletés culinaires et la découverte de nouveaux aliments. Les centres de formation professionnelle et d'éducation aux adultes ont eux aussi organisé plusieurs activités d'éducation et de promotion.

L'éducation, la promotion et la communication sont essentielles pour assurer la pérennité de la Politique-cadre dans les milieux scolaires. Des efforts soutenus doivent être faits afin que les changements apportés à l'environnement scolaire soient maintenus et appuyés par des activités d'éducation, de promotion et de communication dans les milieux scolaires.

Finalement, les résultats de ce bilan démontrent qu'après un peu moins de deux ans de mise en œuvre de la Politique-cadre, les milieux scolaires se sont mobilisés et ont mis en place plusieurs mesures permettant d'améliorer l'offre alimentaire et de favoriser un mode de vie physiquement actif, dans le but d'offrir aux élèves un environnement favorable aux saines habitudes de vie.

Source : *Marie-Eve Jalbert*, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport

➔ EN MANCHETTE

DERRIÈRE LE MIROIR : LA CAMPAGNE SE POURSUIT !

Sous le thème *Derrière le miroir*, la campagne *Ton influence a du poids 2011* continue cet automne d'inviter les jeunes à remettre en question le modèle unique de beauté et de les faire participer activement au changement de normes sociales.

PRIX IMAGE/IN : UNE PREMIÈRE ÉDITION RÉUSSIE

Plus de 1 750 jeunes québécois ont voté pour le Prix IMAGE/In 2011, exprimant ainsi leur désir de voir des images de corps réalistes, sains et diversifiés dans le monde de la mode, de la publicité et des médias. Le Prix IMAGE/In 2011 a été remis à JACOB pour sa Politique de non-retouche. L'Aubainerie s'est vu décerner le Coup de cœur du jury jeunesse et celui du jury de l'industrie de l'image pour sa collection Véro 2011. Les jeunes Québécois sont dès maintenant invités à soumettre les initiatives qu'ils souhaiteraient voir comme finalistes du Prix IMAGE/In 2012, en se rendant dans la section *Vote pour le prix IMAGE/In* du site www.derrierelemiroir.ca.

« L'important,
ce n'est pas d'entrer
dans un moule,
mais bien d'être unique,
différent et surtout,
de s'aimer pour ce
qu'on est. »

Frédérique Dufort,
comédienne et porte-parole
de la campagne

Suivez la campagne
avec les jeunes et devenez
fan de la page Facebook
*Ce qu'il y a derrière
le miroir*. Vous y
trouverez des actualités,
les nouvelles parutions
du blogue, les détails
du concours
et plus encore!

CONCOURS

QUELLE PERSONNALITÉ A BRISÉ LE CLICHÉ ?

Au cours du mois de mai 2011, près de 1 000 jeunes ont symboliquement brisé le cliché en transformant une de leurs photos aux couleurs de la campagne. Du 1^{er} novembre au 10 décembre, les jeunes sont invités à découvrir qui sont les dix personnalités connues qui, comme eux, ont brisé le cliché pour dire non au modèle unique de beauté. Pour participer au concours, les jeunes doivent se rendre dans la section *Concours* du site Web et identifier les dix personnalités dont la photo se retrouve dans l'œuvre collective.

DES ATELIERS PÉDAGOGIQUES CLÉS EN MAIN

Six ateliers pédagogiques et des affiches de sensibilisation sont offerts dans la section *Intervenants* du site Web.

Source : *L'équipe du secteur jeunesse*, ÉquiLibre

JEUNES ACTIFS AU SECONDAIRE

Le programme *Jeunes actifs au secondaire* vise à augmenter l'offre d'activités parascolaires pour les élèves du secondaire. Ce programme comporte deux volets : un volet national, offert pour l'année 2011-2012 par trois organismes à but non lucratif, soit *Secondaire en spectacle*, *Culture pour tous* et le *Réseau du sport étudiant du Québec*, ainsi qu'un volet local, pour soutenir la réalisation de projets dans les écoles.



Le programme *Jeunes actifs au secondaire* s'inscrit dans la stratégie *L'école, j'y tiens!*, stratégie dont l'objectif central est d'augmenter la réussite et la persévérance scolaires afin qu'un plus grand nombre de jeunes obtiennent un diplôme. Pour atteindre cet objectif, la stratégie vise notamment à faire de l'école un milieu attrayant où les jeunes auront le goût de rester le plus longtemps possible. Le programme *Jeunes actifs au secondaire* cible principalement les élèves à risque de décrocher, notamment les garçons.

D'après des données de recherche récentes, les jeunes qui participent à des activités parascolaires structurées démontreraient plus d'assiduité en classe, envisageraient la poursuite d'études

postsecondaires dans une plus grande proportion et auraient un meilleur taux de persévérance scolaire. En particulier, la participation à ces activités favoriserait le développement d'habiletés sociales et réduirait l'incidence de comportements délinquants¹.

Les activités parascolaires permettent aux jeunes d'améliorer leur estime de soi et leur concentration. La pratique des activités parascolaires favorise également le développement d'un sentiment d'appartenance à l'école, ce sentiment étant un vecteur confirmé de persévérance scolaire.

Dans le cadre du programme *Jeunes actifs au secondaire*, chaque école secondaire est invitée à déposer un ou plusieurs projets à sa commission scolaire. Les projets

doivent permettre aux jeunes d'accéder à une plus grande variété d'activités physiques, culturelle et communautaires. Les projets retenus devront offrir au moins 40 % d'activités culturelles à la clientèle tout en respectant les critères ministériels.

Pour en savoir plus, visitez le www.mels.gouv.qc.ca/jeunesActifs/index.asp.

Source : **Geneviève Leblanc**, ministre de l'Éducation, du Loisir et du Sport

1. Données relatives lors d'une présentation : Marie-Eve THERRIEN, Lien entre loisirs et persévérance scolaire, [En ligne], Unité de loisir et de sport de la Capitale-Nationale, 30 novembre 2010. [www.api.ning.com/files/2KTpRYAMLle9ZE7QYtsUdi7nslnQuKOFIQRh1a1MUC7r5RXBMOsvLHIWJwCruYG77Pgei8C1jpPOaR71Uxtrk4fVDbkbtwpW/METherrienULS.pdf].

PROGRAMME LE RALLYE

Depuis 1997, le gouvernement du Québec travaille à inscrire dans ses pratiques et sa culture administrative une approche contribuant à l'égalité entre les femmes et les hommes : il s'agit de l'analyse différenciée selon les sexes¹. Cette approche vise la prise en compte des différences biologiques, économiques, sociales et culturelles qui existent entre les femmes et les hommes. Ces différences ont une influence sur les risques pour la santé et l'utilisation des services de santé². L'adaptation des services selon les sexes est une priorité gouvernementale que partage ÉquiLibre et à laquelle il est fier de contribuer.

ÉquiLibre a mis sur pied un programme de saine gestion du poids en milieu de travail conçu spécifiquement pour les hommes. Nommé *Le Rallye*, ce programme, de neuf semaines, a pour but de sensibiliser les travailleurs masculins à risque en les amenant à s'engager dans une démarche personnalisée visant l'adoption de saines habitudes de vie. Un programme similaire à l'intention des femmes est également en développement.

Soutenu par un comité d'experts, ÉquiLibre a entrepris l'élaboration de son programme *Le Rallye* en 2007, puis l'a expérimenté en 2008 auprès d'employés de l'Université de Montréal. En 2010-2011, *Le Rallye* a fait l'objet d'une expérimentation intégrale auprès de 65 hommes dans 5 entreprises de Montréal.

À l'issue de l'expérimentation du programme, les participants se sentaient plus outillés pour améliorer la gestion de leur poids. Soixante pour cent des hommes avaient d'ailleurs perdu du poids (1,2 % du poids initial). De plus, 83 % des participants avaient amélioré la qualité de leur alimentation, alors que 75 % avaient augmenté leur niveau d'activité physique. Enfin, 83 % des hommes avaient l'intention d'appliquer au quotidien des concepts appris durant le programme.

Afin de poursuivre l'élaboration de ces programmes en milieu de travail, ÉquiLibre envisage d'expérimenter simultanément son programme destiné aux hommes et son programme à l'intention des femmes pour mieux comprendre l'influence du genre dans la saine gestion du poids. Cela lui permettra d'adapter encore davantage ses services offerts aux hommes et aux femmes en tenant compte de leurs spécificités.

Source : **L'équipe du secteur adulte**, ÉquiLibre

1. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, *Analyse différenciée selon les sexes dans le secteur de la santé et des services sociaux*, Québec, ministère de la Santé et des Services sociaux, 2010, 15 p.
2. DULAC, G. *Les paradoxes et les biais qui marquent l'intervention auprès des hommes*. *Intervention*, 2002, vol. 116, p. 158-166.

➔ PLEINS FEUX SUR LES RÉGIONS

FORMATION EN CUISINE SANTÉ

L'un des plus grands défis pour les cuisiniers des services alimentaires consiste à adapter leur pratique pour offrir un choix d'aliments à la fois sains, succulents et abordables. Le comité intersectoriel régional en saines habitudes de vie de l'Abitibi-Témiscamingue a donc donné la priorité à un projet de formation en cuisine santé, afin de soutenir le déploiement des politiques alimentaires dans les différents milieux fréquentés par les jeunes de la région.

Le réseau de la santé, les écoles, les centres de la petite enfance et les centres d'amitié autochtones sont touchés par cette offre de formation. En plus de Québec en Forme qui a permis de démarrer et de réaliser le projet, plusieurs acteurs régionaux ont apporté leur soutien financier, notamment l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue, le Centre de formation professionnelle Lac-Abitibi, Loisir et Sport Abitibi-Témiscamingue de même que la Direction régionale Abitibi-Témiscamingue du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation.

Les ateliers de la formation abordent cinq thématiques. La formation dure dix jours et inclut des démonstrations culinaires, des ateliers pratiques ainsi qu'une formation théorique de base. Les ateliers se déroulent de janvier 2010 à avril 2012.

Plus de 120 personnes, issues de 45 organismes, assistent aux ateliers donnés par le Centre de formation professionnelle Lac-Abitibi. Au total, c'est environ 12 500 jeunes de 0 à 17 ans qui bénéficieront de la modification de l'offre alimentaire de ces installations. Les participants se disent plus confiants en leur capacité d'intégrer de nouveaux aliments, d'essayer de nouvelles recettes, de modifier leurs façons de faire et de miser sur la saveur naturelle des aliments.

L'évaluation du projet, portant sur l'acquisition et l'application des connaissances, ainsi que le processus de pérennisation sont en élaboration afin d'assurer le transfert des connaissances et des changements durables dans l'offre alimentaire présentée aux jeunes.

Source : **Chantal Cusson**, Agence de la santé et des services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue

Le projet de formation en cuisine santé vient soutenir et outiller les milieux scolaires dans la mise en œuvre des orientations de la Politique-cadre *Pour un virage santé à l'école*. En participant à cette formation, les responsables et employés des services alimentaires en milieu scolaire découvrent des façons concrètes d'appliquer de manière optimale les recommandations de la Politique-cadre. Déjà 13 écoles participent aux ateliers de formation, ce qui représente plus de la moitié des établissements scolaires de la région.

En misant sur l'amélioration des compétences liées à l'élaboration de menus équilibrés et à la préparation de mets à valeur nutritive élevée, ce projet contribue à la création et au maintien d'un environnement favorable à la saine alimentation à l'école.

Source : **Marie-Eve Jalbert**, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport



Plus de 65 %
des milieux visés
participent aux
ateliers !

UN PLAN D'ACTION MONTRÉALAIS

Le PAG a servi de levier pour créer, en 2008, la Table régionale sur les saines habitudes de vie. C'est en présentant les facteurs contributifs de la toile causale de l'obésité, les données et les enjeux montréalais qui en découlent, que les partenaires en sont venus à une compréhension commune de la problématique de l'obésité. Un inventaire de leurs réalisations liées au PAG leur a permis de mieux se connaître.

S'est ensuite amorcée une démarche collective d'établissement de priorités qui a mené à l'élaboration d'un plan d'action comportant cinq orientations :

- Une ville et des quartiers sécuritaires qui favorisent un mode de vie physiquement actif.
- Des écoles, des services de garde éducatifs à l'enfance et des lieux de sports et de loisirs municipaux qui valorisent la saine alimentation.
- Des écoles et des services de garde éducatifs à l'enfance qui offrent la possibilité de bouger une heure chaque jour.
- Des aliments nutritifs, frais et locaux qui sont disponibles dans les quartiers.
- L'allaitement maternel qui est valorisé et soutenu.

Afin d'aider à la prise de décision, le comité intersectoriel de soutien de la Table a proposé un exercice et des outils de priorisation basés sur la perception de l'importance et de la capacité d'agir. C'est ainsi que des objectifs structurant le plan d'action ont été convenus. Des actions à court terme, portées par un ou plusieurs partenaires, ont ensuite été déterminées, dont neuf projets régionaux financés par Québec en Forme.

La phase de planification terminée, les travaux de la prochaine année posent le défi de trouver de nouveaux objets de travail rassembleurs. Déjà, certaines idées prometteuses ont été envisagées : suivre les actions, élaborer un plan de communication, évaluer l'impact du plan, etc.

Source : **Sylvie Chevalier** et **Nathalie Ratté**, pour le comité intersectoriel de soutien de la Table régionale sur les saines habitudes de vie

L'élaboration du plan d'action a été un travail mobilisateur pour la Table.

PROJETS RÉGIONAUX DE QUÉBEC EN FORME

Le 15 septembre dernier, lors du 2^e Rendez-vous annuel de Québec en Forme, les responsables des projets régionaux, Éric Lamothe et Hélène Potvin, ont présenté l'état de la situation des projets régionaux.

À ce jour, 27 projets couvrant seize des dix-sept régions administratives du Québec ont été déposés, dont 11 d'entre eux ont été approuvés. Les projets ont une durée variant de deux à trois ans et abordent quatre principaux thèmes : l'approche et l'influence auprès d'acteurs municipaux, l'offre de formation d'envergure régionale en saine alimentation, l'accessibilité à des aliments frais et à des infrastructures et l'accompagnement en changement de pratiques.

De plus, des perspectives d'arrimage sont à prévoir, notamment avec les projets nationaux *La Santé au Menu* (Fondation de l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec), *Offres alimentaires dans les Centres de la petite enfance du Québec* (Extenso) et *De la terre à la table* (Consortium Jeunesse).

Les acteurs régionaux étaient présents en grand nombre lors de cet événement provincial, et ce, grâce à la Webdiffusion qui a permis de joindre plus de 1 000 visiteurs uniques, et ce, partout au Québec. Plusieurs questions, commentaires et réactions ont été signalés durant cette journée.

Pour en savoir plus sur les projets régionaux, consultez le site Internet www.quebecenforme.org.

Source : **Sylvie Durand**, Québec en Forme

PORTRAIT DE LA MOBILITÉ DURABLE À SHERBROOKE

La Direction de la santé publique et de l'évaluation de l'Estrie vient de publier un document intitulé *Portrait de la mobilité durable et de l'environnement bâti par arrondissement et par communauté – Ville de Sherbrooke*. Ce document a été produit à l'occasion d'une démarche qui a été entreprise en 2010 par le Centre de mobilité durable de Sherbrooke et à laquelle ont été associés citoyens, élus, représentants de grandes institutions et de grands employeurs, partenaires institutionnels et sociaux, fonctionnaires et spécialistes de tous horizons.

Les données recueillies pour le *Portrait de la mobilité durable et de l'environnement bâti par arrondissement et par communauté – Ville de Sherbrooke* ont également servi à l'élaboration du *Plan de mobilité durable de Sherbrooke*, rendu public le 22 septembre dernier lors de la journée En ville sans ma voiture. Le *Plan de mobilité durable de Sherbrooke* est consultable en ligne, à l'adresse suivante : www.mobilitedurable.qc.ca/.

Ce portrait décrit les comportements de transport des Sherbrookoises et des Sherbrookoises qui se rendent au travail de même que des jeunes qui se rendent à l'école. Il fait aussi état des associations qui existent entre certaines caractéristiques de l'environnement urbain (trottoir, densité des ménages, occupation du sol, etc.) et l'utilisation des modes de transport durables (marche, vélo, transport en commun) pour les 33 communautés de la Ville de Sherbrooke. La dernière section porte sur les déplacements des aînés à Sherbrooke.

Le *Portrait de la mobilité durable et de l'environnement bâti par arrondissement et par communauté – Ville de Sherbrooke* peut être consulté au www.santeestrie.qc.ca, rubrique Publications / Documentation, section Santé publique, Portrait de santé, monographie et rapport thématique.

Source : **Daniel Auger** et **Pierrot Richard**, Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie



Ce portrait diagnostic se veut un état de situation des comportements de transport et des caractéristiques de l'environnement bâti à Sherbrooke.

➔ FORMATION

15^e JOURNÉES ANNUELLES DE SANTÉ PUBLIQUE

Cette année encore, le programme des Journées annuelles de santé publique (JASP) est riche en diversité. Sous le thème *D'autres regards, d'autres avenues*, les 15^e JASP se dérouleront à Montréal du 28 novembre au 1^{er} décembre prochain. Les deux premières journées seront entièrement consacrées au milieu scolaire et porteront notamment sur les enjeux de l'intégration de la promotion de la santé à l'école ainsi que sur l'efficacité des interventions, d'ici et d'ailleurs, pour favoriser cette intégration.

Le 30 novembre, l'Association de santé publique du Québec (AS PQ) présentera aussi sa conférence annuelle. L'AS PQ portera un regard sur la discrimination et les préjugés à l'égard du poids en abordant les thèmes de l'image corporelle en lien avec la Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée, le changement de normes sociales et la publicité des produits, services et moyens amaigrissants.

Deux ateliers méthodologiques s'adresseront aux professionnels et aux décideurs souhaitant améliorer leurs habiletés en analyse politique pour mieux planifier et intervenir dans le domaine de la santé : *Une nouvelle méthode de synthèse de connaissances pour bien informer les décideurs sur les politiques publiques* et *Analyser l'environnement politique d'une intervention pour mieux la réussir*.

Pour tout savoir sur les 15^e JASP, rendez-vous à jasp.inspq.qc.ca/.

Source : **Marie-Pier Parent**, ministère de la Santé et des Services sociaux

Depuis 15 ans, les acteurs de la santé publique se réunissent lors de ce rendez-vous annuel de formation continue devenu incontournable.

INTERSECTORIALITÉ ET PARTENARIAT EN SANTÉ

J'ai eu l'occasion de participer à une formation en ligne sur l'intersectorialité et le partenariat. Ce cours fut une belle occasion de mettre en pratique les théories de l'action intersectorielle dans des situations réelles et d'être mieux outillée pour soutenir concrètement le partenariat. Les ateliers où des expériences concrètes d'intersectorialité sont analysées et discutées en communauté de praticiens m'ont rappelé l'importance du partenariat dans la mise en œuvre du PAG.

Même avec des missions différentes, on peut parvenir à cerner des zones de collaboration permettant d'atteindre des objectifs communs.

Les ministères impliqués dans le PAG n'ont pas tous comme mission de promouvoir la santé de la population, mais en participant à la mise en œuvre des actions pertinentes pour leur ministère, ils peuvent contribuer à prévenir les problèmes reliés au poids.

Le succès du travail en partenariat repose en partie sur une bonne connaissance des univers de chacun (mission, valeur, partenaires, positionnement) et la recherche d'intérêts communs. Pour y arriver, des compromis sont nécessaires de part et d'autre, demandant de la souplesse et de la créativité.

Avec le temps, une confiance mutuelle se construit. Ainsi, il ne s'agit plus d'un dossier porté par un seul ministère; le résultat de la collaboration transforme les travaux sectoriels en une œuvre collective.

La brochure intitulée *Le partenariat : comment ça marche? Mieux s'outiller pour réussir* demeure une lecture clé. Le document est disponible à l'adresse suivante : http://publications.santemontreal.qc.ca/uploads/tx_assmpublications/2-89494-404-7.pdf.

Source : **Martine Pageau**, ministère de la Santé et des Services sociaux

➔ LE COIN LECTURE

LA PLANIFICATION STRATÉGIQUE DE QUÉBEC EN FORME

Le 15 septembre dernier, la planification stratégique 2011-2014 de Québec en Forme a été dévoilée par le Dr Alain Poirier, président du conseil d'administration de Québec en Forme, M. Claude Chagnon, président de la Fondation Lucie et André Chagnon, ainsi que M. Eric Myles, directeur général de Québec en Forme.

La nouvelle planification de Québec en Forme sous-tend trois grandes orientations soit la mobilisation des communautés, la modification des environnements et la transformation de la norme sociale qui prescrit nos comportements en société. Pour atteindre ces objectifs, cinq stratégies seront déployées. Ces dernières sont tournées vers le renforcement des capacités des porteurs de projets.

M. Claude Chagnon estime qu'à la suite du déploiement réussi de Québec en Forme sur le terrain, associé aux efforts des communautés locales mobilisées, nous serons en mesure de constater une plus grande autonomie des instances locales dans le développement global des jeunes Québécois.

En somme, la convergence des projets locaux, régionaux et nationaux soutenus par Québec en Forme contribue à une mobilisation sociétale susceptible de concrétiser sa vision d'avenir où les jeunes Québécois ont une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif, deux habitudes de vie reconnues comme des éléments essentiels à leur plein développement et à leur réussite éducative.

Pour en savoir davantage sur les stratégies et les orientations que Québec en Forme mettra de l'avant au cours des prochaines années, rendez-vous à www.pourunquebecenforme.org/.

Source : *Marilie Laferté*, Québec en Forme



« [Ce plan stratégique] constitue la feuille de route pour les prochaines années et son arrimage avec les politiques gouvernementales est au centre des préoccupations. »

Dr Alain Poirier

➔ LA BOÎTE À OUTILS

L'ENVIRONNEMENT BÂTI ET L'ENVIRONNEMENT DES SERVICES : *UN NOUVEL OUTIL D'ANALYSE*

Quel est le niveau d'accessibilité géographique aux restaurants-minute d'un quartier? Quel est l'environnement alimentaire autour d'une école? Quel est le nombre de parcs et d'espaces verts sur le territoire d'un CSSS? Quel est le potentiel piétonnier d'un quartier?

Voilà le genre de questions pour lesquelles on peut obtenir réponse avec le nouvel outil cartographique *Portrait de l'environnement bâti et de l'environnement des services au Québec*. Cet outil cartographique permet de visualiser de l'information sur les caractéristiques d'un environnement comme son potentiel piétonnier, la localisation des écoles ou des sentiers, l'accessibilité aux dépanneurs ou aux commerces d'alimentation, etc. Cet outil permet d'avoir une meilleure connaissance d'un territoire et, ultimement, d'y orienter les actions dans le développement d'environnements favorables aux saines habitudes de vie.

Le contenu de cet outil s'adresse à tous les professionnels et gestionnaires s'intéressant aux saines habitudes de vie ainsi qu'à la population qui désire s'informer sur les caractéristiques de l'environnement bâti et de l'environnement des services au Québec.

Cet outil est le fruit d'une collaboration entre l'Institut national de santé publique du Québec et Québec en Forme. Il est utilisable gratuitement à l'adresse suivante : <http://environnementbati.inspq.qc.ca>.

Source : *Éric Robitaille*, Institut national de santé publique du Québec

Institut national
de santé publique

Québec



➔ GLOSSAIRE

QU'EST-CE QUE LES « ENVIRONNEMENTS FAVORABLES » ?

La santé est tributaire de plusieurs déterminants. Certains de ces déterminants sont de nature individuelle, tandis que d'autres concernent davantage l'univers dans lequel on vit, univers qui exerce aussi des pressions sur les comportements et les décisions que nous prenons quotidiennement. Un « environnement favorable à la santé » présente des conditions propices à la santé. Dans le cas des saines habitudes de vie et de la prévention des problèmes reliés au poids, un environnement favorable signifie que ces conditions aideront à faire des choix sains, à adopter des comportements alimentaires meilleurs pour la santé et à avoir un mode de vie physiquement actif. Ces conditions contribueront aussi à développer et à maintenir l'estime de soi et une bonne image corporelle.

Il existe une multitude d'éléments à prendre en considération dans l'environnement, et afin d'y voir plus clair, plusieurs auteurs les ont distingués. Dans le document *Pour une vision commune des environnements favorables à la saine alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à la prévention des problèmes reliés au poids* (à paraître sous peu), quatre environnements sont considérés et définis : physique, socioculturel, politique et économique.

ENVIRONNEMENT PHYSIQUE

L'environnement physique comprend les éléments naturels (la topographie, le climat, les ressources naturelles, etc.), les éléments artificiels bâtis et aménagés (édifices, divers types d'aménagement du territoire, infrastructures, etc.) et les éléments issus de la technologie (médicaments, matériaux, appareils électriques et électroniques, véhicules, etc.).

ENVIRONNEMENT SOCIOCULTUREL

Il comprend les éléments relatifs aux structures et aux modes de fonctionnement des individus ou des groupes d'individus ainsi qu'à la culture qui en est issue. On parle ici des rapports sociaux, des attitudes, des valeurs, des croyances, coutumes et traditions, etc. Les éléments liés à la vision et à la représentation de la réalité comme la communication, les médias, la publicité, les arts, la culture, etc., font aussi partie de l'environnement socioculturel.

ENVIRONNEMENT POLITIQUE

L'environnement politique comprend les structures et les modes de fonctionnement liés à l'organisation et à l'exercice du pouvoir. Il est question, par exemple, du régime et des institutions politiques, du modèle de gouvernance, de la participation citoyenne, des lois et règlements, des grands systèmes qui découlent des cadres politiques (système juridique, système agroalimentaire, système d'emploi et de solidarité sociale). Ce type d'environnement fait aussi référence aux droits et traités internationaux comme les accords commerciaux de libre-échange, les droits de la personne tels que les droits à la santé, à une alimentation saine, etc.

ENVIRONNEMENT ÉCONOMIQUE

Il comprend les structures et les modes de fonctionnement liés aux activités de production, de consommation et d'utilisation de la richesse ainsi que les valeurs et les motivations qui servent de fondement aux décisions économiques. Il peut s'agir des prix relatifs des biens et services, du niveau de revenu et de la distribution de la richesse, des pratiques commerciales, du marché de l'emploi, des institutions comme les banques, les coopératives financières, etc. La structure et la conjoncture économiques font aussi partie intégrante de cet environnement.

En somme, un environnement favorable à l'alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à la prévention des problèmes reliés au poids réfère à l'ensemble des éléments physiques, socioculturels, politiques et économiques qui exercent une influence positive sur l'alimentation, la pratique de l'activité physique, l'image corporelle et l'estime de soi.

Surveillez le document à paraître sous peu, car il apportera d'autres précisions utiles à tous les acteurs appelés à intervenir et désirant uniformiser leur conception des environnements favorables.

Source : **Lyne Mongeau**, ministère de la Santé et des Services sociaux

« Créer des environnements favorables, c'est rendre les choix sains plus faciles à faire et les choix moins sains plus difficiles à faire. »

N. Milio¹ (traduction)

1. N. MILIO, Promoting Health Through Public Policy, Philadelphie, FA Davis Pub, 1981.

➔ NOUVELLES INTERNATIONALES

DÉLÉGATION QUÉBÉCOISE AU 6^e FORUM ÉDUCASPORT

Les 16, 17 et 18 novembre derniers se tenait à Reims, en France, le 6^e Forum Éducasport, événement national présenté par l'Agence pour l'Éducation par le Sport (APELS). L'APELS a pour mandat de mener des actions prioritaires comme la valorisation de tous les acteurs de l'éducation par le sport, la mutualisation, les échanges et la capitalisation des savoir-faire, la recherche ainsi que les innovations sociales en lien avec les secteurs scientifique, économique et politique.

Québec en Forme, avec qui l'APELS entretient des relations d'expertise depuis deux ans, était l'invité exceptionnel de ce forum, accompagné de partenaires tels que la Fondation Lucie et André Chagnon ainsi que Tennis Québec.

Lors d'ateliers, Québec en Forme et ses partenaires ont présenté la manière dont se traduisaient les actions de Québec en Forme dans leur champ d'action. Très variés, les sujets concernaient, entre autres, les orientations stratégiques et la gouvernance de l'organisation ainsi que des exemples de projets associatifs et d'innovations réalisés dans le cadre des mandats de Québec en Forme et de ses partenaires.

Il y a gros à parier qu'en plus de les avoir fait sourire avec leur accent québécois, Québec en Forme et ses partenaires ont suscité l'intérêt des Français!

Pour plus d'information sur l'APELS et le 6^e Forum Éducasport, visitez le www.apels.org.

Source : *Sylvie Durand*, Québec en Forme

➔ CHAPEAU !

ACTIVITÉ AQUATIQUE EN APPALACHES

Le regroupement *Bouge bien, bouffe bien* en Appalaches et la ville de Thetford Mines, en collaboration avec la Société de sauvetage, ont mis sur pied une formation de sauveteurs et de moniteurs de piscine qui a pu contribuer à éviter la fermeture, faute de surveillance appropriée, des sept piscines municipales et des trois plages publiques de la MRC des Appalaches. Ce manque de ressources aurait possiblement nui à l'adoption et au maintien d'un mode de vie physiquement actif de la population.

L'obtention de la qualification de sauveteur ou de moniteur exige beaucoup de temps et d'argent. Grâce à la contribution financière de Québec en Forme, les jeunes qui ont suivi la formation n'avaient qu'à assumer les frais pour le brevet et le matériel didactique.

Cette formation a eu plusieurs retombées dans la région. Elle a permis :

- de garder ouvertes les piscines et les plages ainsi que, à long terme, de préserver la vitalité des communautés;
- de contribuer à l'amélioration continue de la santé physique des jeunes de 9 à 17 ans;
- de créer des emplois bien rémunérés et valorisants;
- de donner aux jeunes un sentiment d'appartenance à leur communauté et d'engagement, car ils disent pouvoir ainsi sauver des vies.

Aujourd'hui, cette formation implantée dans la MRC des Appalaches fait figure de modèle pour d'autres MRC et municipalités du Québec.

Pour en savoir davantage sur cette bonne idée, visionnez la vidéo sous la rubrique *Consultez les bonnes idées* du site www.quebecenforme.org.

Source : *Sylvie Durand*, Québec en Forme

LE COURRIER DU LECTEUR

Cette rubrique regroupe vos réactions aux articles, vos questionnements, vos opinions, etc. Elle vous est réservée, profitez-en!

Pour vous exprimer, faites-nous parvenir vos propos à pag@msss.gouv.qc.ca.

PRENEZ CONTACT AVEC NOUS!

Le comité éditorial désire répondre à vos attentes et à vos besoins. Faites-nous parvenir vos commentaires ou suggestions concernant le bulletin PAG.

Vous désirez participer à la rédaction du bulletin PAG? Rien n'est plus simple! Faites-nous parvenir votre article ou tout autre document dont vous souhaitez la publication. La date de tombée du prochain numéro est le 7 décembre 2011.

Pour nous joindre: pag@msss.gouv.qc.ca.



COMITÉ ÉDITORIAL

Lyne Mongeau, ministère de la Santé et des Services sociaux

Marie-Pier Parent, ministère de la Santé et des Services sociaux

Élaine Corbin, ministère de la Santé et des Services sociaux

Fakhri Gharbi, ministère du Conseil exécutif

Mario Lapointe, ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec

Marilie Laferté, Québec en Forme

RÉVISION LINGUISTIQUE

Marie-France LeBlanc

COLLABORATEURS À LA RÉDACTION DE CE NUMÉRO

Lyne Mongeau, ministère de la Santé et des Services sociaux

Paul Lewis, Université de Montréal

Marie-Eve Jalbert, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport

Équipe du secteur jeunesse, ÉquiLibre

Geneviève Leblanc, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport

Équipe du secteur adulte, ÉquiLibre

Chantal Cusson, Agence de la santé et des services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue

Sylvie Chevalier, Agence de la santé et des services sociaux de Montréal

Nathalie Ratté, Agence de la santé et des services sociaux de Montréal

Sylvie Durand, Québec en Forme

Daniel Auger, Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie

Pierrot Richard, Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie

Marie-Pier Parent, ministère de la Santé et des Services sociaux

Martine Pageau, ministère de la Santé et des Services sociaux

Marilie Laferté, Québec en Forme

Éric Robitaille, Institut national de santé publique du Québec

ÉDITION

La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2011
Bibliothèque et Archives Canada, 2011
ISSN 1918-8692 (version imprimée)
ISSN 1918-8706 (version en ligne)

Tous droits réservés pour tous pays. La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation préalable des Publications du Québec. Cependant, la reproduction partielle ou complète du document à des fins personnelles et non commerciales est permise, uniquement sur le territoire du Québec et à condition d'en mentionner la source.

ABONNEMENT

Pour être informé de la publication d'un nouveau numéro du bulletin national d'information *Investir pour l'avenir*, il vous suffit de vous abonner à l'infolettre du bulletin en visitant le site extranet du PAG au www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.ca/extranet/pag, section *Documentation*. L'abonnement est gratuit.

Par ailleurs, une foule d'informations sur le Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012, *Investir pour l'avenir*, sont diffusées au www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.ca.