



# DES INITIATIVES PROMETTEUSES POUR MOBILISER LA COMMUNAUTÉ LOCALE EN CONTEXTE DE RÉTABLISSEMENT

PAR LA DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE DU CENTRE INTÉGRÉ UNIVERSITAIRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE  
L'ESTRIE – CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE SHERBROOKE

NOVEMBRE 2019

**Production**

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke

**Sous la supervision de**

D<sup>re</sup> Mélissa Généreux  
Direction de santé publique

**Rédaction**

M<sup>me</sup> Magalie Bellavance  
M<sup>me</sup> Catherine Bouffard  
M<sup>me</sup> Emmy Boulanger  
M<sup>me</sup> Chantale Clusiaux  
M. Janot Gosselin  
M<sup>me</sup> Geneviève Lalonde  
M<sup>me</sup> Marie-Claude Maillet  
D<sup>re</sup> Mélissa Généreux  
M<sup>me</sup> Élise Nault-Horvath  
M<sup>me</sup> Cindy Stewart

Équipe de proximité  
Direction de santé publique

**Révision**

Direction de santé publique

**Citation suggérée**

*GÉNÉREUX, Mélissa, en coll. avec l'Équipe de proximité. Des initiatives prometteuses pour mobiliser la communauté locale en contexte de rétablissement. Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, 2019, 58 p.*

Droit d'auteur © Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke

ISBN 978-2-550-85523-1 (PDF, français)

ISBN 978-2-550-85524-8 (PDF, anglais)

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2019

*Toute reproduction totale ou partielle est autorisée à condition de mentionner la source.*

# TABLE DES MATIÈRES

CONTEXTE .....	1
L'ÉQUIPE DE PROXIMITÉ .....	2
INITIATIVE N° 1 GRANDE CUEILLETTE DES MOTS .....	3
INITIATIVE N° 2 JOURNÉE DE RÉFLEXION COLLECTIVE .....	6
INITIATIVE N° 3 ANIMATION SOCIALE.....	10
INITIATIVE N° 4 PHOTOVOIX .....	13
INITIATIVE N° 5 GREETERS .....	16
INITIATIVE N° 6 ESPACE DE MÉMOIRE .....	18
INITIATIVE N° 7 CUBE DE MARCHÉ.....	21
INITIATIVE N° 8 CONCERTO .....	24
INITIATIVE N° 9 LEÇONS TIRÉES .....	26
INITIATIVE N° 10 ACCEPTABILITÉ SOCIALE .....	29
INITIATIVE N° 11 PARTICIPATION CITOYENNE JEUNESSE.....	31
INITIATIVE N° 12 PLACE ÉPHÉMÈRE.....	35
INITIATIVE N° 13 MERCREDIS EN BONNE COMPAGNIE .....	40
INITIATIVE N° 14 RÉVISION DU PLAN D'URGENCE .....	44
INITIATIVE N° 15 SYSTÈME ALIMENTAIRE TERRITORIALISÉ.....	47
INITIATIVE N° 16 ART ET SANTÉ .....	52
CONCLUSION .....	55
BIBLIOGRAPHIE .....	56



# LISTE DES ABRÉVIATIONS ET DES SIGLES

<b>AREQ :</b>	Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec
<b>CACP :</b>	Commission des arts, de la culture et du patrimoine
<b>CDC :</b>	Corporation de développement communautaire
<b>CHUS :</b>	Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke
<b>CIUSSS :</b>	Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux
<b>CPE :</b>	Centre de la petite enfance
<b>CSSS :</b>	Centre de santé et de services sociaux
<b>DSPublique :</b>	Direction de santé publique
<b>ESPE :</b>	Enquête de santé populationnelle estrienne
<b>FADOQ :</b>	Fédération de l'Âge d'Or du Québec
<b>MAMOT :</b>	Ministère des Affaires municipales et de l'Occupation du territoire
<b>MRC :</b>	Municipalité régionale du comté
<b>MSSS :</b>	Ministère de la Santé et des Services sociaux
<b>RLS :</b>	Réseau local de service
<b>SAT :</b>	Systèmes alimentaires territorialisés
<b>TPL :</b>	Théâtre des petites lanternes
<b>UQAC :</b>	Université du Québec à Chicoutimi



# CONTEXTE

Le 6 juillet 2013, un train transportant 72 wagons de pétrole déraillait en plein coeur de Lac-Mégantic, en Estrie (Québec, Canada). Le déraillement a provoqué un immense feu et une série d'explosions. Cette catastrophe a causé 47 décès, a détruit 44 résidences et commerces, a nécessité l'évacuation de 2000 citoyens (c.-à-d. le tiers de la population locale) et a été à l'origine d'une importante contamination environnementale (c.-à-d. 6 000 000 litres de pétrole brut déversés dans l'environnement). Cet événement tragique a donc engendré des impacts majeurs sur le plan humain, environnemental et économique.

Au cours des trois premières années suivant l'événement, la Direction de santé publique (DSPublique) de l'Estrie a mis en oeuvre plusieurs actions, incluant la surveillance des conséquences sur la santé physique et mentale de la population locale. Quatre études ont été conduites un an, deux ans, trois ans et cinq ans suivant la tragédie, respectivement, par la DSPublique et l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC), auprès d'un grand nombre d'adultes résidant à Lac-Mégantic et les environs. Une autre étude a été menée en 2017 par l'UQAC auprès des jeunes de 10 à 25 ans issus de cette même communauté. Les résultats de ces enquêtes ont démontré des besoins importants et persistants en matière de santé, mais aussi des forces et des capacités à ne pas sous-estimer.

La période de rétablissement est une opportunité de partager et de développer une vision commune d'une communauté en santé et résiliente. Le réseau de la santé et des services sociaux, à travers la vision de la Santé publique, est l'acteur le plus propice par son mandat de responsabilité populationnelle à stimuler et développer cette vision globale de la santé. La tragédie devient une opportunité à mettre en place des stratégies novatrices, synergiques qui maximisent les retombées positives des actions posées. Dans le long processus de rétablissement, plusieurs occasions se présentent pour soutenir le développement de la communauté. On se doit de saisir ces occasions afin de permettre au travail de collaboration et de concertation de s'élargir et de bien s'ancrer dans la communauté.

Ainsi, en début de 2016, la DSPublique a intensifié ses travaux avec les partenaires de la communauté. Un plan d'action intersectoriel a été développé afin de promouvoir la résilience communautaire, la santé et le bien-être de la population locale.

Ce plan poursuit les objectifs suivants :

1. Maintenir et adapter les services psychosociaux aux besoins des individus et de la communauté (services de proximité);
2. Demeurer connecté avec la communauté;
3. Promouvoir l'engagement communautaire.

En juin 2016, le Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) et la Croix-Rouge canadienne annonçaient des investissements substantiels qui serviraient de levier financier pour réaliser le plan d'action adopté.

Le présent document vise à partager quelques initiatives concrètes qui ont pour la plupart émergé de ce plan d'action. Ces initiatives prometteuses ont toutes grandement contribué à redonner le pouvoir aux citoyens et à mobiliser la communauté de Lac-Mégantic et des environs (c.-à-d. la municipalité régionale du comté (MRC) du Granit).

# L'ÉQUIPE DE PROXIMITÉ

Une des composantes du plan d'action fut la création d'une équipe permanente de proximité à Lac-Mégantic à l'été 2016. Cette équipe multidisciplinaire, située à l'extérieur des milieux cliniques formels (c.-à-d. au centre-ville), vise à rapprocher les services psychosociaux de la population. Elle est composée de quatre professionnelles à temps plein, incluant deux travailleuses sociales, une technicienne en travail social et une organisatrice communautaire. Cette Équipe de proximité travaille étroitement avec une autre organisatrice communautaire, deux agentes de promotion de la santé, un médecin en santé publique. Cette grande équipe est appelée « Équipe de proximité élargie ». Les principes suivants guident l'ensemble de ses actions : santé globale, prévention, rigueur scientifique, approche basée sur les forces, autonomisation, collaboration et inclusion.

La participation citoyenne et le développement de la communauté sont au cœur de l'approche de l'Équipe de proximité. Une vaste gamme de services est offerte, allant des interactions quotidiennes avec les citoyens et les organisations locales (prenant la forme de soutien psychosocial, de réponse à des demandes de services, de détection et réponse rapides à des besoins émergents, etc.), à une implication dans divers projets émergeant du plan d'action. Nous avons choisi ici de décrire 16 initiatives prometteuses pour mobiliser la communauté locale en contexte de rétablissement. Ces initiatives ont été développées et mises en œuvre au cours des six premières années suivant la tragédie, par au moins un membre de l'Équipe de proximité élargie et plusieurs autres partenaires.



Sur la photo, de gauche à droite : Emmy Boulanger, Cindy Stewart, Magalie Bellavance, Catherine Bouffard, Marie-Claude Maillet et Chantale Clusiaux.

# INITIATIVE N° 1

## GRANDE CUEILLETTE DES MOTS

---

### MISE EN CONTEXTE

---

Les premiers mois suivant la tragédie de Lac-Mégantic ont fait l'objet de plusieurs interventions surtout caractérisées par la mise en place de mesures destinées à répondre aux besoins les plus urgents de la population. Tout en bénéficiant de soutiens financiers, matériels et psychologiques de premier recours, la population s'est vite retrouvée dans la sinieuse et incontournable phase de rétablissement liée aux événements survenus le 6 juillet 2013 à Lac-Mégantic.

Ébranlés par une catastrophe venue les affecter tant sur les plans humain, social, environnemental, économique que commercial, les individus, les familles, les organisations de Lac-Mégantic et de la MRC du Granit, aux prises avec une superposition de deuils, allaient être confrontés au défi de trouver les moyens par lesquels ils pourraient le mieux retrouver leurs repères, leur équilibre.

C'est donc guidé par la volonté, dès 2014, de soutenir et de contribuer à ce grand mouvement de résilience individuelle et collective, que le Centre de santé et de services sociaux (CSSS) du Granit et la Corporation de développement communautaire (CDC) du Granit se sont alliés pour proposer des projets constructifs et structurants.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de la Grande cueillette des mots du Granit (<https://www.petiteslanternes.org/productions>) est de promouvoir le dialogue et la cohésion sociale en mettant de l'avant une démarche d'écriture nourrie par les citoyens de la MRC du Granit. La Grande cueillette des mots du Granit, c'est :

- Une marche collective sur la ligne du temps;
- Un voyage dans les histoires d'hier, d'aujourd'hui et de demain sur la thématique universelle des repères;
- Une expérience théâtrale au cœur de la vie des gens, où plus de 400 résident(e)s de tous âges et de toutes les municipalités de la MRC du Granit sont devenu(e)s celles et ceux qui en inspireront l'histoire.

---

### RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsables (comité de pilotage) : CDC du Granit, CSSS du Granit, Commission scolaire des Hauts-Cantons, MRC du Granit, Ville de Lac-Mégantic, Carrefour Jeunesse Emploi du Granit, Comité culturel Mégantic;
- Partenaires : Théâtre des Petites Lanternes (TPL), Marvayus, partenaires financiers et plusieurs personnes et organisations de la MRC du Granit.

---

## ACTIONS

---

- Février 2014 : Premières discussions entre le TPL et les organisations porteuses du projet, soit la CDC et le CSSS;
- Avril à août 2014 : Élaboration du projet et mise en place du Carnet de parole;
- Septembre à mi-octobre 2014 : Réseautage, conception des outils et préparation de la Cueillette des mots;
- Mi-octobre 2014 à septembre 2015 : Cueillette et réception des Carnets de parole, condensation, lignes artistiques, auditions, écriture, cocréation, scénographie, préproduction, production, spectacle et bilan.

---

## RETOMBÉES

---

Ce projet a permis de rejoindre un grand nombre de citoyens :

- Environ 1000 résidents et résidentes en provenance de toutes les municipalités de la MRC ont participé ou encore collaboré aux différentes phases du projet : pilotage du projet, recrutement, animation et participation aux ateliers d'écriture, recrutement, animation et participation aux ateliers de fabrication de lanternes, conception de galettes, choristes, photographes, bénévoles et organismes communautaires;
- Plus de 1000 personnes ont assisté aux quatre représentations prévues au projet;
- Représentations de la pièce dans d'autres régions du Québec;
- Remise aux 20 municipalités de la MRC d'une des deux lanternes fabriquées dans les ateliers réalisés dans leur milieu;
- Projet de rassemblement des 20 autres lanternes ayant servi à la scénographie de la pièce de théâtre dans un lieu significatif de Lac-Mégantic en guise de solidarité des municipalités de la MRC du Granit à l'égard de la ville de Lac-Mégantic et des victimes de la tragédie survenue sur son territoire.

De nombreux impacts ont été observés :

- Projet complémentaire aux efforts investis dans les autres secteurs d'activité;
- Canalisation d'énergies constructives;
- Effets libérateurs;
- Événement rassembleur, inclusif, mobilisateur et porteur de sens;
- Cohésion sociale et participation citoyenne;
- Sentiment de contribution au rétablissement;
- Sentiments de fierté et d'accomplissement.

---

## BUDGET

---

Le budget global est d'environ 200 000 \$. Les sources de financement sont réparties de la manière suivante :

- CSSS/Croix-Rouge = 30 000 \$
- MSSS/CDC = 12 000 \$
- Ministère de la Culture et des Communications/MRC = 12 000 \$
- Fondation Béati = 24 000 \$
- Pacte rural/MRC = 28 000 \$
- Plan d'action gouvernemental pour la solidarité et l'inclusion sociale = 76 000 \$
- Comité d'aide aux sinistrés = 8 000 \$



# INITIATIVE N° 2

## JOURNÉE DE RÉFLEXION COLLECTIVE

---

### MISE EN CONTEXTE

---

De nombreux partenaires se sont investis intensivement depuis le 6 juillet 2013 pour venir en aide à la communauté. Ces efforts ont bien sûr aidé à faire cheminer la communauté à travers différentes étapes du rétablissement. Voici quelques exemples de bons coups réalisés au cours des deux premières années ayant suivi l'événement :

- La navette (transport collectif) pour sortir de l'isolement et créer des liens;
- Les conférences pour permettre de mieux comprendre;
- Les concerts du Musi-Café d'été pour se retrouver et partager ensemble du bon temps;
- Le déploiement d'une équipe psychosociale de rétablissement pour répondre aux besoins accrus;
- La dernière marche au centre-ville (avant sa démolition) pour favoriser la transition et franchir les étapes du deuil;
- La Grande cueillette des mots du Granit pour permettre l'expression du vécu et mieux de comprendre (voir [Initiative no 1](#)).

À cette époque, il n'existait toutefois pas de mécanisme de coordination formel pour assurer la compréhension commune des besoins de la communauté et l'arrimage entre les différentes actions.

Parallèlement, le 4 février 2016, la Direction de santé publique du CIUSSS de l'Estrie – CHUS a présenté les résultats de la seconde édition de l'Enquête de santé populationnelle estrienne (ESPE) portant sur les impacts de la tragédie de Lac-Mégantic. Cette enquête, menée à l'automne 2015 auprès de 800 adultes résidant au Granit et 800 résidant ailleurs en Estrie, a démontré que divers problèmes de santé globale et psychologique étaient plus fréquents à Lac-Mégantic qu'ailleurs au Granit ou en Estrie. On y a noté très peu d'amélioration et même parfois une détérioration de l'état de santé par rapport à ce qui avait été observé un an après la tragédie. Outre ces grands constats, certaines observations sont ressorties à l'effet que :

- Deux citoyens sur trois (67 %) présentaient des manifestations modérées ou sévères de stress post-traumatique à Lac-Mégantic;
- Les troubles anxieux étaient deux fois plus fréquents à Lac-Mégantic qu'ailleurs en Estrie (14 % contre 7 %);
- Une personne sur huit (13 %) ne se sentait pas en sécurité dans son quartier et cette proportion avait augmenté à Lac-Mégantic depuis 2014;
- Malgré la forte proportion de gens affectés par la tragédie, la consultation de psychologues ou de travailleurs sociaux avait diminué de moitié depuis 2014.

Devant l'ampleur de la tragédie, il est donc nécessaire de prendre un temps de recul afin de comprendre et se situer par rapport au processus normal de rétablissement de la communauté. C'est dans ce contexte qu'a émergé l'idée d'organiser une journée de réflexion collective afin que les acteurs locaux se réunissent pour discuter des pistes de solution favorisant la santé et le bien-être de la communauté.

---

## BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de la tenue d'une journée de réflexion collective est de se mettre à l'œuvre ensemble pour s'approprier la relance et renverser la vapeur. Plus spécifiquement, on vise à :

- Prendre du recul afin de comprendre et se situer par rapport au processus normal de rétablissement de la communauté;
- S'inspirer de l'expérience vécue à ce jour et bâtir sur les apprentissages tout en s'enrichissant d'autres expériences, d'autres savoirs;
- Développer ensemble une vision commune des pistes de solution afin de transmettre un message clair, cohérent et positif à notre communauté.

---

## RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsable : CIUSSS de l'Estrie – CHUS, RLS du Granit (anciennement CSSS du Granit);
- Partenaires : CDC du Granit, Ville de Lac-Mégantic, UQAC (tous membres du comité de travail).

---

## ACTIONS

---

Février 2016 : Diffusion des résultats de l'ESPE et annonce d'un montant de 125 000 \$ octroyé conjointement par le MSSS et le CIUSSS de l'Estrie – CHUS pour soutenir des projets de mobilisation communautaire visant à favoriser le rétablissement de la population.

Mars 2016 : Formation d'un comité de travail responsable de l'organisation d'une journée de réflexion collective ; deux rencontres de préparation à cette journée ; tenue de la journée de réflexion et rencontre de suivi pour dresser le bilan de la journée.

La journée de réflexion, qui a réuni une cinquantaine d'acteurs clés (décideurs, intervenants, citoyens et experts), a été divisée en deux parties :

Avant-midi : Conférence sur la résilience et les leçons tirées d'autres expériences.

- Travail en sous-groupes :
  - Faits marquants, interventions et initiatives déployées par les intervenants sociaux et autres partenaires;
  - Identification des retombées à l'échelle des individus et des communautés.
- Travail en grand groupe :
  - Construction d'une ligne du temps;
  - Reconnaissance du chemin parcouru;
  - Identification des caractéristiques communes aux actions qui ont permis de créer de l'effet.

Après-midi : Conférence sur les leviers du rétablissement à long terme.

- Travail en sous-groupe :
  - Liste d'activités avec du potentiel pour le futur;
  - Priorisation d'une intervention;
  - Identification des forces de la communauté permettant d'y donner suite.
- Travail en grand groupe :
  - Vision commune du futur souhaité;
  - Identification de trois priorités d'action et d'une priorité de recherche;
  - Suites à donner et conditions de succès.

Avril 2016 :

- Rédaction du « Plan pour le rétablissement et le développement d'une communauté en santé à Lac-Mégantic et dans la MRC du Granit ». La Table des partenaires a été désignée l'instance stratégique pour soutenir l'arrimage du plan tandis que la Direction de santé publique du CIUSSS de l'Estrie — CHUS doit orchestrer son implantation. L'engagement citoyen est au cœur du processus;
- Demande d'un financement additionnel au MSSS afin que soit formée une équipe ayant pour mission d'offrir un soutien au développement de la communauté et un soutien psychosocial adapté aux besoins, en allant à la rencontre des personnes directement dans leur milieu de vie.

Mai et juin 2016 : Octroi d'allocations par le MSSS et la Croix-Rouge afin que soit formée l'Équipe de proximité.

Août 2016 : Création de l'Équipe de proximité et début de ses activités.

---

## RETOMBÉES

---

Plusieurs retombées positives de la journée de réflexion collective ont été observées :

- Mobilisation des participants qui ont beaucoup apprécié l'activité;
- De nombreuses idées porteuses lancées par les citoyens et les partenaires locaux;
- Trois priorités d'action retenues : 1) le maintien des ressources psychosociales et leur rapprochement du terrain, 2) une campagne positive en misant sur les forces de la communauté et 3) un lieu favorisant les échanges (voir [Initiative no 3](#));
- Une priorité de recherche retenue : Un projet Photovoix (voir [Initiative no 4](#));
- Rédaction d'un plan d'action découlant des pistes proposées lors de la journée de réflexion et des discussions subséquentes de la Table des partenaires du Granit;
- Obtention d'un soutien financier récurrent de 250 000 \$ du MSSS dédié au fonctionnement de l'Équipe de proximité de base (trois ressources à temps plein);
- Obtention d'un soutien financier de la Croix-Rouge dédié au fonctionnement de l'Équipe de proximité élargie (trois ressources à temps partiel) pour une période de deux à trois ans, selon les besoins;
- Organisation d'une seconde journée de réflexion collective en 2017, cette fois orientée vers les besoins des jeunes (voir [Initiative no 11](#)).

*« Bâtir un projet tous ensemble est vraiment quelque chose de motivant. D'autant plus que tout le monde se sent impliqué : des citoyens aux élus. Ça a été une journée très inspirante! »  
- Une participante de la journée de réflexion collective*

---

## BUDGET

---

Frais pour l'animation et l'organisation de la journée.



# INITIATIVE N° 3

## ANIMATION SOCIALE

---

### MISE EN CONTEXTE

---

S'il existe un souhait commun dans la communauté de Lac-Mégantic, c'est bien la volonté de se relancer, se mettre en mouvement vers l'avenir. Les différents leaders y travaillent tous. La contribution des membres de la communauté est essentielle pour que le rétablissement à long terme puisse suivre son cours. Il faut favoriser leur implication, afin que chaque individu sente qu'il est utile, qu'il a une place et que l'ensemble de la communauté requiert sa participation.

L'espace du jardin collectif est devenu un premier lieu d'animation permettant à tous et à toutes d'être partie prenante du processus de rétablissement. Le jardin collectif, de même que les autres espaces intérieurs et extérieurs à la gare, se veulent des lieux inclusifs qui favorisent le rapprochement et la participation. Ils deviennent un prétexte à créer un espace d'animation sociale.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est de favoriser la participation et la mobilisation citoyenne. Plus spécifiquement, on vise à :

- Mettre en place un lieu animé et disponible;
- Consolider les liens sociaux et intergénérationnels;
- Développer des activités d'insertion sociale adaptées aux réalités des personnes;
- Organiser des rencontres de discussion animées et des activités culturelles suivies d'une période de discussion;
- Organiser des rencontres ponctuelles non dirigées;
- Offrir à la population de la MRC du Granit un lieu de concertation et de participation citoyenne;
- Participer à la reconstruction de la ville de Lac-Mégantic avec les intervenants concernés.

---

### RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsable : Équipe de proximité;
- Partenaires : Bureau de reconstruction (<http://reconstruction-lac-megantic.ca/>), Accorderie du Granit (<http://accorderie.ca/>) et citoyens.

## ACTIONS ET RETOMBÉES

Actions	Retombées	Échéanciers
Mettre en place un jardin collectif	Évolution de l'appropriation de l'espace par la communauté.	Juillet 2016
Offrir des activités de rassemblement	Diversité des activités et des membres de la communauté qui y participent (ex. : mardis soir animés à la gare, activité « surprise sur le grill », cinéma en plein air).	Septembre 2017
Créer un lieu d'échange	Mise sur pied par les citoyens et animation d'un espace inclusif, favorisant le rapprochement. Mise en place de projets/places éphémères (voir <a href="#">Initiative no 12</a> ).	Été 2018
Élargir les jardins collectifs en joignant divers mouvements internationaux	Intégration du mouvement <a href="#">Incroyables comestibles</a> qui vise à promouvoir l'agriculture urbaine participative et l'abondance partagée. Intégration du mouvement <a href="#">Cittaslow</a> Lac-Mégantic, une accréditation du bien-vivre qui reconnaît l'apport des jardins à la vitalisation de la communauté et du mode de vie sain. Partage des savoirs entre citoyens.	Été 2019

## BUDGET

- 47 000 \$ non récurrents (soutien financier du MSSS);
- 5000 \$ à 10 000 \$ sur une base annuelle récurrente pour l'organisation d'activités et d'événements.





# INITIATIVE N° 4

## PHOTOVOIX

---

### MISE EN CONTEXTE

---

En mars 2016, plusieurs partenaires de Lac-Mégantic et des environs se sont réunis pour une journée de réflexion sur les besoins de la communauté à la suite de la tragédie de 2013 (voir [Initiative no 2](#)). Le besoin d'initier une campagne positive pour mettre en lumière les forces de la communauté a alors été mis de l'avant.

La campagne positive vise à améliorer la fierté des citoyens en démontrant, par des exemples concrets, ce que la région a à offrir de positif. Elle vise aussi à stimuler l'émergence d'une fibre ambassadrice chez la population locale pour qu'elle contribue à attirer des personnes à s'installer dans la région et à combler une partie des besoins en main-d'œuvre.

Le projet Photovoix est né d'une proposition de la professeure Tracey O'Sullivan de l'Université d'Ottawa. Le projet s'est inséré dans la campagne positive soutenue par la Table des partenaires du Granit. La méthode Photovoix est une approche participative qui permet d'impliquer les participants dans les recherches qui ont un impact sur leur vie ou qui leur sont importantes.

Un groupe de Photovoix (environ 8 à 10 personnes) se rencontre mensuellement pour une durée d'environ six mois. Chaque mois, les membres identifient un thème et les participants prennent des photos qui sont significatives pour eux, toujours en lien avec le thème choisi. Les photos sont alors présentées au groupe et discutées. Après environ six mois, le groupe prépare une exposition où les photos sont affichées ou regroupées. La communauté est alors invitée pour échanger autour des thèmes. Des individus de toute la communauté sont invités à l'exposition. Des invitations sont envoyées aux acteurs et aux décideurs de la communauté. Cette rencontre permet aux participants de discuter avec les membres de la communauté ayant différents rôles et ainsi échanger au sujet de leurs idées et de leurs expériences respectives.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est de donner une voix aux citoyens de la MRC du Granit afin qu'ils puissent exprimer leur vision en lien avec une campagne positive de relation publique. Le projet permet également de partager les diverses expériences afin de soutenir le rétablissement communautaire à long terme. Plus spécifiquement, il s'agit d'une occasion pour les citoyens de la MRC du Granit de :

- Expliquer les éléments qui rendent leur communauté un endroit attirant que l'on puisse appeler son chez-soi;
- Identifier les aspects qui favorisent la résilience de leur communauté;
- Décrire leur perception de Lac-Mégantic et communiquer leur vision pour leur communauté, dans le futur;
- Créer une galerie numérique de photos et de récits pour décrire l'impact de la campagne positive de relations publiques sur la résilience de la communauté.

---

## RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Co-responsables : Université d'Ottawa, Direction de santé publique de l'Estrie et Université de Sherbrooke;
- Partenaires : Équipe de proximité et Table des partenaires du Granit.

---

## ACTIONS

---

- Février et mars 2017 :
  - Promotion du projet et recrutement des participants.
- Mars 2017 à juin 2017 :
  - Mise en œuvre du projet, rencontres de groupe mensuelles (3 groupes);
  - Analyse du contenu des rencontres par l'équipe de l'Université d'Ottawa.
- Juin 2017 à septembre 2017 :
  - Unification des groupes et mise en commun des photos ainsi que des thèmes abordés;
  - Construction et planification de l'exposition.
- Septembre 2017 :
  - Vernissage de l'exposition « Entre la mémoire et l'espoir : turbulence, résilience, renaissance ». Les différents acteurs de la communauté ainsi que le grand public sont invités à venir prendre connaissance du travail et du cheminement des derniers mois (environ 200 visiteurs);
  - L'exposition se transporte au Parlement d'Ottawa, avec le support de M. Luc Berthold, député de Mégantic l'Érable. Cette action permet aux participants de transmettre leurs messages d'espoir et de résilience à la classe politique fédérale, incluant au premier ministre, M. Justin Trudeau.
- Octobre 2017 :
  - Bilan du projet avec les participants. Ces derniers souhaitent continuer de faire vivre le message du Photovoix;
  - Réflexion débutée sur l'héritage souhaité du projet pour la communauté.

---

## RETOMBÉES

---

Le projet Photovoix s'est avéré avoir des impacts au niveau individuel, de groupe et collectif. Effectivement, des participants ont partagé avoir vécu un cheminement personnel positif parallèlement au projet. L'utilisation d'un média pour exprimer des émotions a favorisé l'introspection et la compréhension de soi.

Les trois groupes ont développé des dynamiques qui leur sont propres. Une camaraderie et un fort respect se sont développés entre les participants. Les rencontres de groupe ont permis des échanges entre des personnes provenant de différents milieux sociaux et présentant différentes idéologies.

L'exposition semble aussi avoir eu un impact positif sur les personnes de la communauté du Granit. Plusieurs commentaires positifs et émouvants ont été entendus

*« On pouvait exprimer notre tristesse, nos émotions ouvertement parce qu'on était bien accueilli, sans critique.*

*Au début c'était assez émotif, mais au fil des rencontres, ce trop-plein se transformait en quelque chose de plus léger. Cela m'a fait un bien immense. [...] Cela a fait une grande différence. »*

*- Un participant du projet Photovoix*

lors du vernissage qui a eu lieu à Lac-Mégantic. Une grande fierté et un sentiment d'appartenance à la communauté émanent des participants et des visiteurs locaux à la suite des deux expositions. Pour les visiteurs de l'extérieur et les décideurs politiques, c'est un nouveau regard positif qui est amené sur la communauté et ses forces; un message clair que Lac-Mégantic, ce n'est pas qu'une tragédie.

---

## BUDGET

---

25 000 \$ non récurrents (soutien financier du MSSS).



# INITIATIVE N° 5

## GREETERS



---

### MISE EN CONTEXTE

---

L'apport touristique est une richesse pour la région. En même temps, elle peut devenir source de stress pour les individus qui les côtoient au quotidien, surtout en période estivale. Les visiteurs cherchent à comprendre et questionnent de différentes façons les commerçants, les restaurateurs, les prestataires de services. La contribution des citoyens est une façon de répondre à l'ampleur de la demande. De plus, elle permet de consolider le besoin d'identité des individus à leur région. L'approche propose ainsi de travailler sur des déterminants sociaux de la santé : les compétences personnelles et sociales, ainsi que le milieu de vie de la communauté locale.

S'inspirant d'une démarche internationale (<http://globalgreeternetwork.info/>), les Greeters de Lac-Mégantic sont des bénévoles qui souhaitent partager l'amour et l'enthousiasme qu'ils portent à leur ville, et ce, dans la pure tradition hospitalière des Méganticois. Le Greeter accompagne le visiteur lors de balade de quelques heures à travers la ville et la leur fait voir sous un angle unique, celui de l'amoureux. Il s'agit d'une expérience assurément enrichissante que les familles, les couples, les amis et même les voyageurs solitaires sont invités à vivre dans une convivialité toute sereine.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est de donner une occasion aux citoyens de contribuer à la relance de la communauté. Plus spécifiquement, ce projet vise à :

- Offrir une opportunité de se raconter et de faire le pont entre le passé, le présent et le futur;
- Mettre les ressources de la communauté en valeur : les personnes et les thèmes;
- Vivre une expérience;
- Contribuer à reconstruire l'image de la communauté.

---

### RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsable : Équipe de proximité;
- Équipe de projet : Citoyens, Accorderie (<http://accorderie.ca/>), Bureau de reconstruction (<http://reconstruction-lac-megantic.ca/>), Ville de Lac-Mégantic, Société de développement économique du Granit, Commerce Lac-Mégantic;
- Partenaire : Croix-Rouge.

---

## ACTIONS ET RETOMBÉES

---

<b>Actions</b>	<b>Retombées</b>	<b>Échéanciers</b>
Informer les partenaires potentiels	Évolution de la perception du rôle de l'organisme ou de l'individu comme co-constructeur.	Janvier 2017
Constituer une équipe de projet	Évolution de la constitution des partenaires impliqués dans le comité de démarrage.	Février 2017
Mettre sur pied un réseau local	Développement de liens entre des ressources existences sous-utilisées.	Juin 2017
Effectuer un suivi de l'expérience Greeters	Développement du sentiment d'identité.	En continu

Voici quelques effets de ce projet qui ont été observés jusqu'à présent :

- Un réel échange entre le visiteur et le Greeter;
- Le Greeter reçoit autant qu'il donne;
- « Ça fait du bien ».

---

## BUDGET

---

4000 \$ non récurrents (soutien financier du MSSS et de la Croix-Rouge).



# INITIATIVE N° 6

## ESPACE DE MÉMOIRE

---

### MISE EN CONTEXTE

---

Lors de la création d'un espace de mémoire, tant la finalité que le processus contribuent au processus de guérison des individus et de la communauté.

Pour une finalité réussie, il importe de miser sur les forces et atouts de la communauté. Les citoyens sont les mieux placés pour identifier ces forces et atouts ainsi que les pistes de solution. La pleine participation des citoyens est donc essentielle dans le processus de création, et leur contribution est bénéfique à toutes les étapes.

Pour un processus réussi, on doit absolument miser sur le principe de participation citoyenne qui en soit est un important déterminant de la santé. Après une expérience difficile, un processus d'adaptation est inévitable. Les personnes s'adaptent plus positivement si elles réussissent à donner du sens à l'événement et à leur vie, si on leur donne l'occasion de trouver un équilibre entre l'avant et le maintenant.

Ainsi, la création d'un espace de mémoire requiert une approche :

- Valorisant la participation citoyenne;
- Valorisant les pistes de solution provenant des citoyens;
- Inclusive dès le départ et tout au long du projet;
- Transparente avec des balises claires.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est de favoriser le développement d'un sentiment d'appartenance de la part des citoyens de la MRC du Granit envers l'espace de mémoire permanent qui est à créer. Plus spécifiquement, on vise à élaborer et mettre en œuvre une démarche favorisant la participation citoyenne de tous les Méganticois et Méganticoises intéressés à contribuer à cette importante étape du rétablissement qu'est la planification de l'espace de mémoire.

---

### RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Co-responsables : Bureau de reconstruction (<http://reconstruction-lac-megantic.ca/>) et Équipe de proximité;
- Partenaires :
  - Étudiants en architecture participant aux Ateliers du Lac : leurs images d'inspiration servant de point de départ à la concrétisation de ce projet;
  - Ville de Lac-Mégantic : présentation au comité permanent, dialogue ouvert avec les co-responsables du projet.

## ACTIONS

---

- Juin 2017 :
  - Rencontre d'information et d'échange avec la population;
  - Grandes lignes du projet : Pourquoi un espace de mémoire? Pourquoi et comment consulter les citoyens? Les grandes étapes du projet?;
  - Période d'échange visant à recueillir les attentes, appréhensions et suggestions des citoyens par rapport au processus de consultation.
- Juin à juillet 2017 :
  - Possibilité pour les citoyens de communiquer leurs idées sous diverses formes, notamment en échangeant avec l'Équipe de proximité.
- Juillet 2017 :
  - Deuxième rencontre publique d'échange avec la population et présence des étudiants des Ateliers du Lac;
  - Ateliers du Lac au cours desquels les étudiants ont pour mandat de :
    - Synthétiser et analyser les souhaits de la population à l'égard de l'espace de mémoire afin d'en extraire les principales valeurs;
    - Générer des idées pour l'espace de mémoire inspirées de la consultation;
    - S'inspirer des expériences antérieures ailleurs dans le monde.
  - Échanges formels et informels entre les étudiants et la population (étudiants sous le chapiteau à la gare, présence lors de rassemblement populaire, jumelage avec des intervenants de l'Équipe de proximité);
  - Rencontre d'information avec la population afin de partager les constats issus des Ateliers du Lac.
- Automne 2017 :
  - Mise en place d'un comité de travail regroupant le Bureau de reconstruction, l'Équipe de proximité, un élu, un représentant des familles endeuillées, deux citoyens ainsi qu'un représentant des premiers répondants.
- 6 juillet 2018 :
  - Présentation à la population de l'avancement du projet, à l'occasion du 5<sup>e</sup> anniversaire de la tragédie, par l'inauguration d'un espace de mémoire temporaire qui invite la population et les visiteurs à poser un geste symbolique en signe de réappropriation de ce lieu.
- Novembre 2018 :
  - Présentation des plans, dans le but de recueillir les perceptions et les commentaires des citoyens, sous forme d'un 5 à 7.
- Juin 2019 :
  - Validation auprès d'un groupe de citoyens des avancées des travaux du comité. Il est important d'autoriser les personnes à nourrir le processus et à leur offrir l'opportunité de donner leur avis tout au long du processus.

---

## RETOMBÉES

- Renforcement du dialogue ouvert entre la population et les co-responsables du projet, par la mise sur pied d'un comité de travail;
- Favorisation de l'empowerment de la communauté par l'implication au travail de mémoire et à la concrétisation du projet;
- Développement d'un sentiment d'appartenance à l'espace de mémoire par les citoyens de la communauté;

- Facilitation du processus de guérison et de rétablissement à long terme de la communauté en soutenant la participation sociale et citoyenne, et en favorisant la création de liens sociaux;
- Création d'une vidéo décrivant le processus de participation citoyenne partagée sur YouTube ([https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=17&v=ggaafpVpbU](https://www.youtube.com/watch?time_continue=17&v=ggaafpVpbU));
- Création d'un espace de mémoire temporaire qui permet de concrétiser les souhaits de la population face à ce lieu.

---

## BUDGET

---

- Aucun frais de fonctionnement requis pour le comité de travail;
- Participation bénévole de la part des différents représentants.



# INITIATIVE N° 7

## CUBE DE MARCHÉ



---

### MISE EN CONTEXTE

---

Ce projet, qui a débuté en septembre 2017, s'inscrit en continuité des mardis animés, qui ont eu lieu une bonne partie de l'été 2017, à la gare (voir [Initiative no 3](#)). Il s'inspire de plusieurs principes de l'Équipe de proximité, incluant la promotion de la santé globale et l'approche inclusive. La marche est en effet une activité physique accessible à tous, sécuritaire et gratuite, qui procure un bien à la fois sur la santé physique et mentale autant chez les jeunes que les moins jeunes.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est de promouvoir l'activité physique et la santé globale par la mise sur pied d'un club de marche long-terme. S'inspirant de l'initiative du Grand Défi Pierre Lavoie (<https://www.gdplmd.com/fr/cubes-de-marche>), l'esprit du « cube de marche » est de marcher pour une durée de 45 minutes en groupe. À travers des défis amusants, le Grand Défi Pierre Lavoie vise à encourager les personnes à adopter de saines habitudes de vie. Le « cube de marche » est un dérivé du cube d'énergie, correspondant à une session d'activité physique de 15 minutes. Chaque session donne un cube. Plus vous êtes actif, plus vous accumulez de cubes.

Instaurer un club de marche sous cette forme est une opportunité de créer un environnement favorable à la santé, qui se veut accessible et gratuit, et qui aide les gens à adopter un mode de vie physiquement actif. De plus, chaque séance de marche est suivie d'une capsule santé portant sur des sujets variés. L'animation de telles capsules santé sur une base hebdomadaire vise à sensibiliser et informer les individus, afin de les aider à adopter des comportements sains, faire de meilleurs choix alimentaires et avoir un mode de vie actif.

---

### RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsable : Agente de promotion de la santé (kinésologue) de l'Équipe de proximité;
- Partenaires : Kinésologue au privé de la MRC du Granit, citoyens, Fédération de l'Âge d'Or du Québec (FADOQ), Viactive, Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ), etc.

---

### ACTIONS

---

- Animation d'une séance de 45 minutes de marche par semaine, le mardi en soirée;
- Lieu de rassemblement pour le départ à la gare patrimoniale (dans la continuité des mardis animés);
- Parcours de marche accessible, réalisable pour tous et qui varie à chaque semaine;
- À la fin de chaque séance, une capsule santé est animée par l'agente de promotion de la santé sur des sujets variés et parfois accompagnée de remise de documents. Voici quelques exemples de capsules santé :
  - Enseignement de la technique de respiration 4-4-8;
  - Enseignement de quelques trucs et exercices afin d'améliorer l'équilibre postural;
  - L'importance de rire au quotidien;

- Dégustation de recettes;
- Défi musculaire en groupe;
- Expérimentation de la méthode d'entraînement Tabta;
- Posture lors du pelletage l'hiver.

## RETOMBÉES

- Participation d'en moyenne 10 à 20 marcheurs, à chaque semaine. Il s'agit d'un mélange de participants réguliers et de nouveaux participants recrutés par la voie des médias sociaux ou par le bouche à oreille. Le club de marche rassemble des gens de tous âges, incluant des retraités, des travailleurs ainsi que de jeunes enfants;
- Création d'un nouveau lieu de rassemblement devant la gare;
- Bris de l'isolement. Plusieurs des participants nomment régulièrement qu'ils ne marcheraient pas seul et que ce qui les motive le plus est de venir rejoindre le groupe pour marcher;
- Les bienfaits reliés à la pratique d'activité physique sont fréquemment nommés par les participants, par exemple se sentir plus détendu après la marche, avoir un meilleur sommeil, être de meilleure humeur (car ils ont discuté avec des gens, ils ont ri, etc.);
- Redécouverte de la ville par la marche, réappropriation des lieux;
- Découverte de nouveaux parcours de marche et de pistes cyclables.

*« Bravo à l'équipe, c'est une vraie thérapie de groupe! »*

*- Une participante du club de marche du mardi soir*

Quelques commentaires des participants :

- « Le club de marche me donne le coup de pouce pour avoir la motivation à sortir marcher un soir l'hiver. »
- « Ce club de marche, sous cette forme, arrive à point dans ma vie. J'en avais besoin. »
- « Bravo à l'équipe, c'est une vraie thérapie de groupe. »
- « On est vraiment une belle gang! On rit autant qu'on marche! »
- « Si ça n'avait pas été du club de marche, je ne serais pas sorti marcher ce soir. »
- « C'est motivant de savoir qu'on vient rejoindre du monde pour marcher. »
- « C'est vraiment l'fun de voir qu'il y a de la vie à la gare, quand on arrive pour le club de marche, que ça bouge ici, que quelque chose se passe. »
- « Vous m'avez fait tellement de bien ce soir. J'ai eu une « boule » à l'estomac toute la journée aujourd'hui, et là, elle est partie. Je me sens vraiment mieux. »

## BUDGET

Aucun budget requis pour le fonctionnement.



**VENEZ MARCHER 3 CUBES ÉNERGIE AVEC CLUB DE MARCHÉ DES M & M.**

**RENDEZ-VOUS HEBDOMADAIRES GRATUITS**  
Tous les mardis à 19h à 19h45  
et tous les jeudis à 15h45 à 16h30

**POINT DE RASSEMBLEMENT**  
Gare patrimoniale du centre-ville, Lac-Mégantic

Informations : 819 583-1227 ou 819 583-2572 poste 2553  
kinesiologiefr.ca





# INITIATIVE N° 8

## CONCERTO

---

### MISE EN CONTEXTE

---

Quelques mois précédant la tragédie de Lac-Mégantic, un projet d'étude sur l'habitation et le logement social dans la MRC du Granit germait dans la tête de quelques organismes, donnant ainsi écho à des préoccupations et besoins émanant du milieu.

Les événements survenus le 6 juillet 2013 à Lac-Mégantic n'ont fait qu'accentuer la nécessité de se doter d'un tel outil et c'est pourquoi la démarche s'est intéressée à ce territoire, dans un premier temps.

Piloté par un comité multisectoriel local accompagné d'une équipe de chercheurs de l'Observatoire estrien en développement des communautés (<http://www.oedc.qc.ca/>), le projet a évolué en ayant en tête la perte de 110 unités de logements au centre-ville ainsi que la volonté des citoyens participant à la grande consultation publique « [Réinventer la ville](#) » de voir émerger un nouveau centre-ville habité et animé.

Ainsi, c'est en s'appuyant sur une culture de concertation et de collaboration bien enracinée dans le milieu, que le projet Concerto ([www.leconcerto.com](http://www.leconcerto.com)), CHIC 2 à l'origine, va à la rencontre de différents besoins et prend forme dans un immeuble à vocation mixte situé dans le périmètre du centre-ville en reconstruction.

C'est un bâtiment qui, à l'origine, souhaitait abriter :

- 13 logements sociaux et abordables pour les personnes seules et familles à faible revenu de la MRC du Granit;
- Une installation Centre de la petite enfance (CPE) de 42 places avec horaires régulier et atypique pour les familles et travailleurs;
- Une halte-garderie pour des activités ou rendez-vous ponctuels;
- Un parc de jeux intérieur pour les enfants de 0 à 12 ans et leur famille;
- L'Équipe de proximité.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le Concerto, c'est plus qu'un bâtiment. C'est un projet contribuant à la réémergence d'un centre-ville habité et animé. Plus spécifiquement, on vise grâce à ce projet à :

- Favoriser la concertation entre plusieurs partenaires, augmenter l'offre de services à la population et contribuer de manière tangible parmi les différents efforts investis dans le rétablissement du milieu et la reconstruction du centre-ville;
- Créer un milieu de vie dynamique générateur d'activités sociales, communautaires, économiques, éducatives, récréatives et porteur d'opportunités et de retombées pour la MRC du Granit.

---

## RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsables (comité de pilotage) : CDC du Granit, CHIC du Granit, CIUSSS de l'Estrie – CHUS (RLS du Granit), Constellation 0-5 ans du Granit et CPE Sous les étoiles;
- Partenaires : Entraide Habitat Estrie, Granit Action, Comité de gens d'affaires du milieu, Bureau de reconstruction, Ville de Lac-Mégantic, député provincial.

---

## ACTIONS ET RETOMBÉES

---

En travail depuis les suites de l'étude sur l'habitation et le logement social dans la MRC du Granit, réalisée en 2014, les acteurs du projet Concerto ont vu leurs efforts se concrétiser en 2018.

- Lancement de l'appel d'offres : janvier/février 2018;
- Ouverture des soumissions : mars 2018;
- Signature du contrat avec l'entrepreneur : mai 2018;
- Occupation des espaces locatifs et logements : janvier 2019.

---

## BUDGET

---

Il s'agit d'un montage financier diversifié, s'appuyant sur une campagne de financement. Plus d'un million de dollars a été amassé, provenant de diverses sources :

- Citoyenne = environ 25 000 \$
- Corporative = près de 200 000 \$
- Philanthropique = 700 000 \$
- Fonds d'aide locaux = près de 250 000 \$



# INITIATIVE N° 9

## LEÇONS TIRÉES

---

### MISE EN CONTEXTE

---

À la suite de la diffusion de l'émission « Enquête » en mars 2017 (<http://ici.radio-canada.ca/tele/enquete/2016-2017/segments/reportage/18515/enquete-lac-megantic-firme-avocat-victime>), l'Équipe de proximité a réuni les gens concernés et a invité le Barreau du Québec à venir répondre à leurs questions. Cette émission a en effet déstabilisé bon nombre de citoyens à Lac-Mégantic et dans les environs, dévoilant qu'aux lendemains de la tragédie de Lac-Mégantic, des avocats américains étaient sur le terrain dans le but de recruter des familles des victimes souhaitant poursuivre les compagnies américaines impliquées dans la catastrophe. Toujours selon cette émission, près de la moitié des sommes auxquelles les familles auraient eu droit seraient allées directement dans les poches de ces avocats américains. Lors de la rencontre avec le Barreau du Québec, on a remarqué que plusieurs participants avaient des idées concrètes afin d'améliorer les pratiques du Barreau du Québec et d'autres instances.

L'idée derrière le présent projet est donc de recueillir le récit des personnes ayant vécu la tragédie à l'aide d'entrevues individuelles et de groupe et d'en ressortir les grands thèmes. Cette initiative permet de donner une voix et de rassembler les gens qui souhaitent contribuer de cette façon, en nommant ce qui pourrait être modifié ou amélioré comme façon de faire lors de la gestion de catastrophes futures. Par leur expérience, des citoyens peuvent ainsi émettre des recommandations aux différentes instances qu'ils ont côtoyées lors de la tragédie ferroviaire de juillet 2013, mais aussi au cours des mois et des années ayant suivi cette tragédie.

Le tout a mené à la rédaction d'un document visant à regrouper les bonnes pratiques à la suite d'un sinistre, selon la perspective de citoyens détenant une expertise terrain unique en la matière. Ce document pourrait ensuite être déposé aux instances concernées, sous réserve de l'approbation du groupe.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est de donner une occasion différente aux citoyens de contribuer à la suite de la tragédie. Plus spécifiquement, on vise à :

- Offrir une opportunité de se raconter;
- Reconnaître le vécu des gens, leur expérience;
- Contribuer à l'amélioration des façons de faire dans un contexte de tragédie.

---

### RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsable : Équipe de proximité;
- Partenaires : Citoyens.

---

## ACTIONS ET RETOMBÉES

---

Actions	Retombées	Échéanciers
Bâtir la grille d'entrevue	Élaboration d'un outil pouvant être partagé, s'appuyant sur le cadre des capacités fonctionnelles CHAMPSS ( <a href="http://enrichproject.ca/CHAMPSS_June_2014.pdf">http://enrichproject.ca/CHAMPSS_June_2014.pdf</a> ).	Automne 2017
Recruter les participants	Réponse positive à l'invitation et recrutement de citoyens non rejoints autrement.	Automne 2017
Réaliser les entrevues	Échanges riches au sujet de la tragédie, dans une optique constructive de changement de pratique. Sentiment de contribution, de reconnaissance du vécu.	Hiver 2018 à hiver 2019
Mettre en commun les thèmes émergents	Synthèse des récits en vue d'un apprentissage collectif issus des expériences variées des citoyens rencontrés.	Printemps 2019
Remettre le document aux participants et les inviter à une rencontre de discussion sur les suites du projet	Validation des thèmes émergents, ajouts ou rectifications. Rassemblement des participants, création de liens et sentiment de contribution. Décision en groupe quant au livrable (format et diffusion).	Automne 2019*
Rédiger et diffuser un document	Partage des leçons tirées avec les instances concernées (si telle est la volonté du groupe).	Hiver 2020*

\* Au moment de déposer ce document (novembre 2019), cette action n'est pas encore déployée.

Jusqu'à présent, voici quelques citations témoignant des effets de ce projet :

- « C'est fou comme c'est libérateur. »
- « Merci, ça me permet de comprendre un autre bout. »
- « On l'a vécu, c'est certain qu'on peut aider à améliorer pour les autres. »
- « Ça fait du bien d'en parler encore, on est un peu gêné des fois de vouloir reparler de cette nuit-là. »

Malgré tout ce que cette tragédie a pu faire vivre aux citoyens, les gens rencontrés dans le cadre des entrevues apprécient avoir un temps pour reparler de la tragédie, souvent de façon plus dédagée, émotive, mais toujours dans un esprit constructif. Les citoyens rencontrés souhaitent que cette tragédie puisse servir à améliorer et surtout protéger d'autres victimes, en ayant comme but ultime d'améliorer les pratiques et en visant à ce que les instances concernées tiennent compte ou s'inspirent des leçons tirées. C'est une façon pour eux de contribuer au rétablissement de leur communauté et de donner du sens à ce malheureux événement.

Bref, il s'agit d'un temps précieux qui leur est accordé, d'une « permission » de reparler de la tragédie.

---

## BUDGET

---

Budget minimal (frais de graphisme, d'impression ou de diffusion du produit final).



# INITIATIVE N° 10

## ACCEPTABILITÉ SOCIALE

---

### MISE EN CONTEXTE

---

Il est nécessaire, pour l'ensemble des acteurs de la communauté, de se rappeler la fragilité d'une population vivant dans un contexte post-tragédie. La littérature démontre qu'il est normal, même 10 ans après ledit traumatisme, de ressentir des symptômes liés au stress post-traumatique.

L'annonce d'un projet touristique majeur, par un promoteur privé, qui transformerait le parc des Vétérans a suscité de vives réactions, allant au-delà de la prise de position, par les citoyens directement concernés. Le parc des Vétérans est situé au centre-ville en bordure du lac Mégantic et d'un quartier résidentiel. Les habitants de ce quartier sont, pour la majorité, des personnes ayant été fortement exposées à la tragédie et ses conséquences. Le parc, pour une partie de la communauté, est un symbole fort de la région et de la résilience.

À la suite de la présentation de ce projet et de la publication d'une série d'articles en réaction à cette annonce dans le journal local, l'Équipe de proximité a été interpellée par quelques citoyens qui vivaient un malaise avec la situation.

Les réactions suscitées par ce projet rappellent la fragilité de la population locale. Des symptômes liés au stress post-traumatique ont été recensés : anxiété, insomnie, cauchemar, sentiment de colère, etc. La perception de manque d'information et de consultation entourant ce projet a ravivé chez certaines personnes le sentiment d'impuissance et la blessure psychologique liée à la tragédie.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

L'Équipe de proximité souhaite mettre en lien l'ensemble des citoyens affectés par l'annonce d'un projet de développement économique afin de briser l'isolement, diminuer la souffrance et offrir un support.

Pour répondre à ces besoins, deux objectifs spécifiques sont poursuivis :

- Mettre en place une démarche qui permet une réappropriation du pouvoir;
- Formuler des recommandations de santé publique adressées aux parties concernées.

---

### RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsable : Équipe de proximité;
- Partenaires : Ville de Lac-Mégantic et citoyens.

---

### ACTIONS

---

Lors d'une première rencontre avec les citoyens concernés en décembre 2017, des besoins communs ont été identifiés :

- Le besoin de s'informer et de comprendre le projet de développement touristique. Le flou entourant ce projet nourrit le sentiment d'impuissance et l'anxiété;
- Le besoin de s'exprimer (pour survivre et pour ne pas s'effondrer) et d'être entendu.

Les actions suivantes ont par la suite été réalisées :

- Rencontres citoyennes organisées et animées par l'Équipe de proximité;
- Liaison avec les acteurs municipaux afin de favoriser un dialogue entre les parties concernées;
- Présentation aux diverses parties concernées portant sur les bonnes pratiques en matière de participation citoyenne, de développement économique et d'acceptabilité sociale de projets dans le contexte très particulier du rétablissement.

L'ensemble de la démarche effectuée par l'Équipe de proximité se veut neutre, objective et non partisane. Les recommandations émises sont fondées sur les meilleures évidences scientifiques disponibles.

---

## RETOMBÉES

---

Plusieurs retombées découlent de cette démarche, notamment :

- Une diminution de la souffrance individuelle par la mise en commun des forces;
- La création d'un espace de dialogue entre le groupe de citoyens et des acteurs de la municipalité;
- Une diminution du sentiment d'impuissance par une démarche d'empowerment soutenue et accompagnée par l'Équipe de proximité;
- L'amélioration des connaissances liées aux particularités du développement économique d'une communauté en contexte post-tragédie.

---

## BUDGET

---

Aucun budget n'est requis ou alloué à ce projet.



# INITIATIVE N° 11

## PARTICIPATION CITOYENNE JEUNESSE

---

### MISE EN CONTEXTE

---

À travers les différentes actions de l'Équipe de proximité, la participation citoyenne est l'approche privilégiée. Force est de constater que les jeunes sont peu présents dans les lieux d'action ou de rassemblement. Ce constat amène à statuer qu'il faut faire de la place aux jeunes. Il importe que des opportunités d'engagement et de participation leur soient offertes au sein du milieu. On observe que les jeunes sont impliqués à l'intérieur du réseau scolaire. Selon les intervenants en milieu scolaire consultés, il y a une volonté de faire rayonner cette participation à l'extérieur de ces murs.

Depuis la grande démarche « [Réinventer la ville](#) », les jeunes ont participé au projet Espace Jeunesse par l'entremise de consultations. Le plan d'un *skate park* est en élaboration et un comité s'érige autour de celui-ci afin de le porter à terme. Ce projet peut être un point de départ pour stimuler le développement d'une culture de participation citoyenne jeunesse. Il importe d'en tenir compte dans les actions du présent projet ainsi que dans les différentes actions déjà en place.

Par ailleurs, une récente étude sur les jeunes de 10 à 25 ans de la communauté de Lac-Mégantic, menée par la Professeure Danielle Maltais (UQAC), révèle que de nombreux jeunes sont en situation de vulnérabilité et souffrent en silence. Plusieurs ont aussi rapporté se sentir isolés et peu investis dans leur communauté (<http://www.uqac.ca/chairetrauma/impacts-sur-les-jeunes-de-10-a-25-ans/>).

Ces jeunes sont l'avenir de la communauté de Lac-Mégantic, les forces vives de demain. Il est essentiel pour eux ainsi que pour toute la communauté qu'ils soient davantage partie prenante des solutions.

Quatre grands souhaits émergent donc de cette réflexion initiale :

- Un investissement de l'espace communautaire par les jeunes;
- De réels rôles et responsabilités confiés aux jeunes au sein de leur communauté;
- Un plus grand sentiment d'appartenance des jeunes à leur communauté;
- Le développement d'un sentiment d'efficacité personnelle chez les jeunes et par le fait même, d'un sentiment d'efficacité collective.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est de favoriser et soutenir la participation citoyenne des jeunes de la MRC du Granit. Plus spécifiquement, on vise à :

- Mettre des actions en place par et pour les jeunes;
- Déployer un processus de co-construction avec les acteurs concernés pour soutenir la participation des jeunes;
- Développer une culture de participation citoyenne chez les jeunes;
- Accompagner une démarche d'empowerment communautaire afin de supporter les jeunes dans l'apprentissage de la participation citoyenne.

## RESPONSABLES ET PARTENAIRES

- Responsable : Équipe de proximité;
- Partenaires : Commission scolaire des Hauts-Cantons, Croix-Rouge, acteurs du milieu jeunesse.

## ACTIONS ET RETOMBÉES

Actions	Retombées	Échéanciers
Analyser les données du portrait des jeunes âgés de 10 à 25 ans de la communauté de Lac-Mégantic et recenser les écrits	Approfondissement de la compréhension des besoins des divers groupes (à risque et moins à risque) de jeunes de la MRC du Granit. Approfondissement de la compréhension des actions favorisant l'implication des jeunes dans un contexte post-tragédie.	Janvier 2018
Organiser une demi-journée de réflexion collective afin que les acteurs de la communauté se réunissent pour discuter des solutions favorisant la santé et le bien-être des jeunes	Mobilisation des acteurs (jeunes, parents, intervenants et leaders du milieu). Objectifs de la journée : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre du recul afin de comprendre et se situer par rapport au processus normal de rétablissement à long terme d'une communauté;</li> <li>• S'appuyer sur les bons coups et savoirs expérientiels et bâtir à partir de ces apprentissages tout en s'enrichissant de données probantes porteuses de sens pour notre communauté.</li> </ul> Développer ensemble une vision commune des pistes de solution à poursuivre ou à mettre en place.	Février 2018
Mettre sur pied un comité composé de partenaires du milieu jeunesse et de jeunes de la communauté	Participation de plusieurs partenaires (maison des jeunes, Carrefour jeunesse emploi, Constellation du Granit, Équipe de proximité, psychoéducateur de la commission scolaire) à la mise sur pied d'un lieu d'échange répondant aux besoins d'une diversité de jeunes.	Printemps 2018
Mobiliser les jeunes par l'obtention rapide de petits succès	Tenue d'un premier évènement par et pour les jeunes, organisé par les jeunes impliqués au sein du comité avec le soutien des adultes présents au comité. Une trentaine de jeunes d'âge secondaire et cégep ont participé. L'évènement a été un succès et un second évènement a eu lieu par la suite.	Été 2018

Actions	Retombées	Échéanciers
Mettre en œuvre des projets porteurs (par et pour les jeunes)	Responsabilisation des membres du comité qui se voient confiés la tâche d'identifier les besoins chez leurs pairs et de développer des initiatives permettant d'y répondre (avec soutien financier). Élargissement et diversification du nombre de jeunes qui participent au sein du comité, appelé le Comité participation citoyenne jeunesse (CPCJ). Création d'un événement qui permet de faire connaître le CPCJ.	Automne 2019
Promouvoir les environnements favorables	Aménagement de conditions (sociales, économiques et physiques) favorisant la promotion des saines habitudes de vie, d'un mode de vie équilibré et du bien-être des jeunes.	Hiver 2020*
Faire connaître le comité CPCJ auprès des instances politiques locales	Développement et reconnaissance de la légitimité du comité CPCJ au sein de la communauté. Réflexion collective quant à la création d'une politique jeunesse locale.	Hiver 2020*

\* Au moment de déposer ce document (novembre 2019), cette action n'est pas encore déployée.

Voici quelques citations témoignant de l'appréciation des jeunes envers cette initiative :

- « Au début de la soirée, je ne pensais pas que j'aurais autant de plaisir. »
- « Ce n'était pas trop lourd les responsabilités qu'on avait. »
- « On était content de la présence des adultes. Ça nous sécurisait. »
- « Faire partie du comité CPCJ nous permet d'apprendre la persévérance et d'avoir un plan B. »
- « Ça rend tout plus faisable, plus simple qu'avant pour organiser des activités. »
- « C'est une belle préparation pour le marché du travail. »

---

## BUDGET

---

Un montant de 25 000 \$ permet d'assurer la mise en place et la pérennité du projet. Il s'agit d'un soutien financier pour promouvoir la participation citoyenne des jeunes à travers diverses initiatives conçues et déployées par et pour les jeunes de la communauté.

La structure d'encadrement du projet est assurée par l'Équipe de proximité.



# Soirée FMR

Pour et par les jeunes

Mardi 17 juillet 2018

Place Éphémère  
(devant la gare)

Dès 15 h 30  
Accueil

16 h à 18 h  
Ping-pong (Initiation et conseils)

17 h à 19h  
Hot-dogs gratuits (2 coupons par personne)

19 h  
Tournoi de ping-pong

20 h  
Feu de camp avec guimauves et band

Musique par Thomas Levesque



Bar à bonbons (\$) Surprises à venir et musique d'ambiance Panier de basket  
Popcorn (\$) Prix de participation Jeux extérieurs

# INITIATIVE N° 12

## PLACE ÉPHÉMÈRE

---

### MISE EN CONTEXTE

---

Après un premier été vécu au centre-ville de Lac-Mégantic, force est de constater que la population peine à se réapproprier ce nouveau lieu lourd de sens et sans repère familier. La perte du centre-ville est synonyme de perte de repères, mais aussi de perte de lieux de rassemblement qui, à l'heure actuelle, n'ont toujours pas été recréés. Parallèlement, des différentes rencontres de l'Équipe de proximité auprès d'individus et de groupes, autant formels qu'informels, se dégage un désir des citoyens de s'impliquer et de dynamiser leur milieu de vie.

Une journée thématique sur l'intervention de proximité, organisée dans le cadre des Journées annuelles de santé publique 2017 (<https://www.inspq.qc.ca/jasp/miser-sur-l-intervention-de-proximite-pour-agir-aupres-des-populations>), a inspiré la présente initiative. On y apprenait notamment que les places éphémères sont des lieux animés et mises sur pied par les citoyens du territoire concerné. Ces lieux permettent l'implication et le rassemblement tout en amenant une communauté à répondre à une partie de ses besoins. Ces lieux sont également l'occasion d'expérimenter des concepts ou des idées puisqu'il s'agit d'installations temporaires.

Afin de répondre aux objectifs souhaités par la création d'une place éphémère à Lac-Mégantic, il a été déterminé que son emplacement devait se trouver au cœur de la ville, dans un espace favorisant les activités sociales, le réseautage et les rassemblements. L'idée ici est de faire vivre des expériences positives dans le centre-ville ayant été en grande partie détruit lors de la tragédie ferroviaire de 2013.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est de favoriser la réappropriation d'un territoire par l'implication citoyenne. Plus spécifiquement, on vise à :

- Créer un nouveau lieu de rassemblement sur le territoire en reconstruction;
- Favoriser la création de liens sociaux;
- Encourager et soutenir l'implication des citoyens de tous âges et de tout horizon.

---

### RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsable : Équipe de proximité;
- Partenaires : Ville de Lac-Mégantic (prêt du terrain et soutien logistique), Croix-Rouge et comité composé de partenaires et de citoyens.

---

## ACTIONS

---

- Février 2018 :
  - Présentation du projet au conseil municipal et demande d'obtention de l'accès à un terrain au centre-ville pour l'été 2018.
- Mars à mai 2018 :
  - Tournée des organismes communautaires afin de présenter le projet aux intervenants et aux usagers pour mobiliser les citoyens.
- Mai 2018 :
  - Organisation de rencontres citoyennes.
- Juin 2018 :
  - Mise sur pied d'un comité afin de concrétiser la Place éphémère. Le comité est composé de l'Équipe de proximité, d'une agente de mobilisation d'Intro-travail, d'un intervenant de la Maison des jeunes ainsi que de trois citoyens. Le comité demeure un groupe ouvert. Toute personne intéressée à s'y impliquer peut s'y joindre;
  - Lancement des activités de la Place éphémère avec une animation, tous les mardis soirs, assurée par le comité de la Place éphémère.
- Été 2018 :
  - Offre d'activités gratuites et variées aux citoyens tous les mardis soirs sous forme de 5 à 7 avec musicien, barbecues, projection de film en plein air avec pop-corn, jeux extérieurs pour petits et grands, rencontre du Cercle des fermières et découverte de leurs créations, soirée par et pour les jeunes (ping-pong, feu de camp avec guimauves, bar à bonbons), yoga du rire, karaoké intergénérationnel, etc. (<http://www.facebook.com/PlaceEphemereLacMegantic/>).
- Février à mai 2019 :
  - Tournée des partenaires effectuée pour réexpliquer ce qu'est la Place éphémère. À travers cette tournée, on invite les partenaires et les citoyens à s'impliquer à leur mesure à la Place éphémère, en proposant des activités, en contribuant à l'organisation d'événements, etc. On fait connaître le mandat du comité, soit de soutenir les différentes initiatives du milieu pour faciliter l'implication citoyenne.
- Juin à août 2019 :
  - Animation assurée tous les mardis soir à la Place éphémère par le comité, avec une grande variété d'activités : cinéma plein air, karaoké, soirée en chanson, etc.
- Juillet 2019 :
  - Déplacement de la Place éphémère pour une soirée en chanson sur un terrain situé dans le secteur de Fatima. Cette activité a permis de rejoindre de nouvelles personnes et de mieux faire connaître notre souhait, soit que les citoyens s'impliquent dans l'animation de la communauté. Il ressort de cette soirée que l'équipe doit poursuivre ses efforts afin de mieux faire comprendre son mandat et d'amener les citoyens vers une contribution réelle.
- Tout au long de l'été 2019 (pas seulement les mardis soirs) :
  - Promotion de l'utilisation par des citoyens et des organismes de la Place éphémère. Par exemple, une personne a offert une soirée de Zumba ®/Pound ® gratuitement à la Place éphémère. Le Centre des femmes utilise l'espace pour leur activité Femmes au tambour, ainsi que pour une activité de réflexion sur soi. La disco de la maison des jeunes a également eu lieu à la Place éphémère, ce qui a amené les jeunes à habiter davantage la communauté. Enfin, le [Défi têtes rasées Leucan](#) a eu lieu en août 2019 à la Place éphémère.

---

## RETOMBÉES

---

Plusieurs retombées ont été observées dans le cadre de la création de la Place éphémère :

- La tournée des organismes a permis de créer un réel lien avec des citoyens en plus de renforcer les liens avec les organismes communautaires;
- La participation citoyenne au sein du comité rend le projet humain et accessible : c'est le cœur du projet. Cela permet aux citoyens en question d'avoir une réelle implication dans la reconstruction sociale de leur communauté en plus de nourrir le sentiment d'appartenance et de fierté face à leur centre-ville;
- Les activités animées par le comité tous les mardis soirs rendent le lieu vivant et invitant. La participation aux activités est plus que satisfaisante, allant d'une trentaine à plus d'une centaine de citoyens à chaque fois;
- La mise en place du mobilier extérieur, d'un panier de basketball et d'autre matériel ludique favorise les interactions sociales et le jeu en continu au centre-ville. Des efforts doivent toutefois se poursuivre afin de favoriser le bon voisinage avec les résidents du Concerto (voir [Initiative no 8](#)).

Ainsi, la Place éphémère Lac-Mégantic permet de répondre à des enjeux psychosociaux qui découlent de la tragédie ferroviaire de juillet 2013 et soutient le rétablissement à long terme de la communauté de Lac-Mégantic.

Certaines leçons peuvent également être tirées de cette riche et fructueuse expérience. Premièrement, il importe de clarifier dès le départ le fonctionnement d'un comité responsable de la Place éphémère, de même que le mandat et les rôles de chacun de ses membres. La concrétisation de la programmation et l'animation des activités doivent reposer sur l'ensemble des membres. Même si elle assume un leadership dans le projet, l'Équipe de proximité doit s'assurer du partage des responsabilités au sein de la communauté puisque l'implication citoyenne dans le processus de reconstruction sociale est tout aussi, sinon plus importante que ce qui en résulte (c.-à-d. la création d'une place éphémère). Deuxièmement, la planification d'un tel projet ainsi que la mobilisation et l'implication des partenaires et des citoyens demandent de nombreux échanges. Un temps suffisant de préparation permet la réelle implication de tous. Il est donc capital de prévoir quelques mois d'avance la création d'une place éphémère. Enfin, plusieurs stratégies favorisent la participation aux activités offertes. L'aspect physique des lieux est un facteur important qui ne doit pas être négligé. Le fait de peindre le mobilier aux couleurs vives et de rendre le lieu dynamique encourage les citoyens à s'y arrêter. L'utilisation des réseaux sociaux, telle que la création d'une page Facebook, permet également de mieux rejoindre la population locale et de l'informer en temps réel de la programmation offerte. Enfin nous devons demeurer vigilants à ne pas offrir une programmation aux citoyens. Les citoyens ne doivent pas attendre d'avoir une programmation (c'est-à-dire être en mode « je reçois, j'attends qu'on m'offre »), mais plutôt les aider à développer leur pouvoir d'agir en utilisant les lieux de participation qui sont mis à leur disposition.

---

## BUDGET

---

L'Équipe de proximité investit des ressources humaines et matérielles dans ce projet, car la réappropriation du territoire est un enjeu central dans un contexte de rétablissement post-catastrophe. Pour l'été 2018 et l'été 2019, un budget de 10 000 \$ provenant du Fond de la Croix-Rouge a été mobilisé afin de concrétiser et d'animer la place.

**30 juillet**

**18h30**

**YOGA DU RIRE**



**31 juillet**

**20h30**

**CINÉMA PLEIN AIR**



**1 août**

**18h30**

**KARAOKÉ  
INTERGÉNÉRATIONNEL**



## Place Éphémère - Juin 2019

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Ouverture officielle de la Place Éphémère 18h30

## Place Éphémère - Juillet 2019

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Place Éphémère Lac-Mégantic \*La pro

Place Éphémère Lac-M

## Place Éphémère - Août 2019

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Place Éphémère Lac-Mégantic

# INITIATIVE N° 13

## MERCREDIS EN BONNE COMPAGNIE

---

### MISE EN CONTEXTE

---

L'isolement social est une réalité bien présente à Lac-Mégantic et dans les environs. Bien que l'été soit une période bien animée par la Place éphémère (voir [Initiative no 12](#)), nous constatons que dans le reste de l'année, certaines journées de la semaine sont plus difficiles à vivre pour ces personnes isolées socialement, notamment par le fait qu'il y a peu ou pas d'animation ou d'activités à faire les soirs de semaine. Heureusement, les mardis soirs, il y a le Cube de marche (voir [Initiative no 7](#)). Les jeudis et les vendredis soirs, les commerces ferment plus tard, offrant un lieu pour passer le temps. Toutefois, les mercredis sont des journées où il n'y a peu ou pas d'activités accessibles et où les gens s'ennuient davantage. Nombreux sont les gens qui se sentent seul. Les restaurants, les bars et le cinéma sont des activités payantes, ce qui les rend difficiles d'accès pour une partie de la population qui souffre de pauvreté. Par des activités simples et accessibles, on vise à être davantage inclusif.

Par ailleurs, plusieurs recherches recommandent d'adapter les soins de santé et les services sociaux de première ligne pour rejoindre les hommes et répondre à leurs besoins. En effet, les hommes :

- Seraient peu susceptibles de consulter un médecin de famille;
- Lorsqu'ils le font, ce serait souvent en dernier recours, voire en situation de crise;
- Représentent le ¾ des suicides;
- Adopteraient souvent des comportements à risque et de moins bonnes habitudes de vie.

Afin d'améliorer la santé et le bien-être la population masculine, on doit mieux la rejoindre par des stratégies de promotion et de prévention, par une adaptation des services et par un meilleur repérage des hommes en difficulté.

---

### BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est de briser l'isolement social dans la communauté du Granit, en particulier chez les hommes. Plus spécifiquement, les objectifs sont de :

- Créer des prétextes de rencontre entre les gens;
- Créer des liens significatifs entre les individus;
- Diminuer l'isolement social auprès de la population de Lac-Mégantic et des environs;
- Dépister des individus ayant des besoins psychosociaux plus importants et les référer au besoin;
- Mettre en lien des individus ayant des intérêts similaires;
- Offrir un lieu de rassemblement où les citoyens peuvent occuper l'espace.

---

### RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsables : Travailleuse sociale et technicienne en travail social de l'Équipe de proximité;
- Partenaires : Citoyens.

## ACTIONS ET RETOMBÉES

Par les Mercredis en bonne compagnie, on souhaite offrir un lieu de rassemblement pour les personnes vivant de l'isolement social. Nous souhaitons donc briser l'isolement par la mise en lien d'individus partageant des intérêts similaires, souvent en relation avec l'activité proposée, ou encore par le simple fait de se réunir autour d'un café. Le concept se veut donc simple, flexible et évolutif afin de répondre aux besoins émergents et aux différentes clientèles rejointes.

Actions	Retombées	Échéanciers
Offrir un lieu et des activités intérieures diversifiées* et accessibles (c.-à-d. qui sont bien situées, ouvertes à tous, sans inscriptions et gratuites)	Les personnes en situation d'isolement social ont accès à un espace où passer du temps, rencontrer des gens, briser l'isolement et rencontrer des intervenants psychosociaux dans un contexte informel. Bien que les citoyens de tout âge et de tous groupes sociaux soient invités à partager et occuper l'espace, les hommes d'âge moyen, souvent issus de milieux plus défavorisés, sont davantage rejoints par les activités.	D'octobre 2018 à mai 2019, tous les mercredis soirs (relâche en saison estivale pour céder la place à la Place éphémère)
Donner comme responsabilité aux citoyens de déterminer la programmation des activités	Les citoyens sentent que l'activité et le lieu leur appartiennent. Développement d'un sentiment d'appartenance. Les citoyens s'impliquent à leur façon, selon leur désir, ce qui favorise la participation citoyenne.	Dès novembre 2018
Faire connaître la programmation par des publications sur les réseaux sociaux et par l'impression d'affiches	Recrutement de participants additionnels et favorisation de la participation citoyenne (environ 5 à 10 participants à chaque activité, avec de nouvelles « recrues » de manière régulière).	Tout au long de l'année

\* Parmi la trentaine d'activités offertes d'octobre 2018 à mai 2019, on retrouve les jeux de cartes, les jeux de société, le bingo, le bricolage, le coloriage, la décoration, la création de cartes de fête et le karaoké.

Jusqu'à présent, voici quelques observations témoignant des effets de ce projet :

- Un homme mentionne le soir d'une activité : « C'est le fun d'avoir quelque chose d'organisé ce soir. Ça me permet de faire autre chose que d'aller au bar ». Le lendemain, le même individu raconte avoir habituellement des troubles du sommeil et que cette nuit-là, suite à l'activité de coloriage, il n'a eu aucune difficulté à s'endormir;
- Une activité de coloriage a attiré plusieurs jeunes de la Maison des jeunes. La soirée a été agréable, certains jeunes ont colorié, d'autres ont joué à des jeux de cartes. Nous avons pu observer des jeunes de la communauté occuper la Gare, ce qui cadre très bien avec le désir du Comité participation citoyenne jeunesse (voir [Initiative no 11](#)), qui souhaite que les jeunes occupent davantage l'espace public;
- Lors d'une activité de création de décorations d'Halloween, nous avons eu la chance de mettre en lien des personnes de tout âge, culture et classe économique. Des étudiants français étaient présents, des usagers d'un organisme communautaire, des dames âgées qui participent au Centre des femmes ainsi que de jeunes filles et de jeunes femmes étaient présents. Certains d'entre eux ont osé aller vers l'inconnu, expérimenter quelque chose qu'il n'avait jamais fait dans leur vie;

- Lors d'une activité, quelques hommes parlaient ensemble de leur vécu, de leur mariage et divorce, de leurs difficultés personnelles. Un homme en retrait coloriait et écoutait. À la fin de la soirée, nous validons avec l'homme en retrait s'il a apprécié sa soirée, et l'homme a nommé aimer écouter le récit des autres hommes, que ça lui permet de réfléchir et de faire des apprentissages. À la sortie de l'activité, l'un des hommes nous a remerciés de l'avoir rendu confortable, et ainsi de lui avoir permis de passer du bon temps et de s'ouvrir aux autres. Cet homme nommait n'avoir personne à qui parler le jour.

Plusieurs apprentissages ressortent de cette expérience :

- Les activités à caractère compétitif ne favorisent pas les interactions sociales, car les participants sont concentrés sur leur performance et espèrent gagner;
- Les activités artistiques sont plus populaires que les autres types d'activité, pouvant attirer près d'une quinzaine de participants à chaque fois;
- Les activités offertes durant le temps des fêtes sont peu fréquentées. Il faudrait envisager de ne pas prévoir d'activités durant cette période de l'année;
- De plus en plus d'hommes sont rejoints par les Mercredis en bonne compagnie. Les hommes qui participent ont beaucoup de choses à dire, ils ont un grand besoin de ventiler. Ceci nécessite parfois des ajustements de la formule prévue afin de prendre le temps de parler avec eux (écoute active) et de favoriser la création de liens entre eux;
- Plusieurs des hommes rejoints par les activités sont aux prises avec certaines difficultés, ce qui crée un climat plus lourd, ce qui incite d'autres citoyens à s'abstenir de venir. Au fil du temps, pour cette raison, on note qu'on perd le sens de l'initiative qui se voulait inclusive et accessible à tous.

---

## BUDGET

---

- Café offert par un commerce privé du coin;
- Achat de nourriture = environ 50\$;
- Achat de matériel pour la réalisation des activités, la plupart ayant été fourni sous forme de dons ou de prêts = environ 50\$;
- Impression d'une centaine d'affiches en couleur = coûts négligeables.



Les Mercredis en bonne compagnie présentent...

## CRÉATION DE DÉCORATIONS DE NOËL

**12 décembre 2018**

18h00 à 20h00

Matériel fourni sur place

Activité gratuite

Bienvenue à tous !

5480, rue de la Gare, Lac-Mégantic



# INITIATIVE N° 14

## RÉVISION DU PLAN D'URGENCE

---

### MISE EN CONTEXTE

---

La Ville de Lac-Mégantic a été et est encore une instance très sollicitée depuis la tragédie du 6 juillet 2013. Les employé(e)s et les cadres de la Ville de Lac-Mégantic représentent une portion de la communauté qui a été très exposée au sinistre de 2013. Ils furent en effet des personnes pivots, autant pour la réponse d'urgence que pour les communications à la population, en raison de leurs connaissances et de leur proximité avec la communauté. Ils ont dû faire preuve d'une grande adaptation et accepter une surcharge de travail, tout en étant des citoyens eux-mêmes impactés par la tragédie. La santé organisationnelle et individuelle au sein de cette municipalité est donc préoccupante : elle doit être considérée.

Au-delà de la réponse immédiate à la tragédie, la Ville de Lac-Mégantic constitue une organisation pilier dans un contexte de reconstruction physique, économique et sociale à la suite de cet événement. L'état de santé de son personnel est évidemment une condition de succès de cette reconstruction. Étant donné que les employé(e)s sont partie prenante du projet de reconstruction, il est souhaité que le processus de reconstruction soit bénéfique, et non délétère, pour eux.

La Ville de Lac-Mégantic doit également mettre à jour son plan d'urgence à la suite de la tragédie de 2013. Afin d'impliquer les employé(e)s et les cadres dans le processus de réalisation de ce projet, la Ville demande la collaboration de l'Équipe de proximité. On souhaite déployer une approche participative et inclusive lors de la révision du plan d'urgence de la ville. L'Équipe de proximité voit là une occasion pour le personnel de parler de son vécu (autant en tant qu'employé qu'en tant que citoyen), de contribuer aux apprentissages de la ville en matière de plan d'urgence et de fermer une boucle en lien avec la tragédie de 2013. Autrement dit, on se doit de reconnaître et tirer profit de cette expertise unique qui s'est développée au cours des cinq dernières années au sein du personnel de la Ville de Lac-Mégantic. De plus, il s'agit d'un beau moment pour faire connaître et offrir l'accès à des services psychosociaux pour ceux qui en expriment le besoin.

En collaboration avec les personnes responsables de la révision du plan d'urgence, l'Équipe de proximité a le mandat d'assurer l'organisation et la tenue d'une rencontre de groupe et de s'assurer que le processus demeure bénéfique pour les participants, et ce, tout au long du projet. L'Équipe souhaite une contribution réelle de tous les individus impliqués dans le processus. La Ville fait preuve d'une grande ouverture devant l'idée que la révision de ce plan d'urgence permette la contribution des employé(e)s et des cadres de la Ville de Lac-Mégantic. Ce projet permettra également d'explorer les résultats des Enquêtes de santé populationnelle estrienne (ESPE) en lien avec la tragédie et de faire de la psychopédagogie en lien avec les symptômes de stress post-traumatique afin de normaliser et de démystifier la demande d'aide.

Le contexte est idéal, car pour réaliser ce genre d'exercice, il doit y avoir du recul par rapport à l'évènement tragique. La révision du plan d'urgence devient donc un prétexte pour l'Équipe de proximité d'aller vérifier l'état des gens, de normaliser les symptômes présents et d'offrir les services en lien avec les besoins exprimés. Ce processus peut même inspirer la municipalité pour des projets futurs où l'implication des citoyens sera réparatrice dans un contexte post-tragédie.

---

## BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est de mettre à jour le plan d'urgence de la Ville de Lac-Mégantic en impliquant les employés de la ville, dans une perspective de contribution réelle. Les objectifs primaires du projet sont les suivants :

- Offrir aux employé(e)s et aux cadres un lieu pour parler de l'événement du 6 juillet 2013 et de ses retombées;
- Permettre une contribution des employé(e)s et des cadres de la ville (afin que leur expérience et leur expertise servent);
- S'assurer que le processus de mise à jour du plan d'urgence de la ville soit bénéfique pour les individus;
- S'assurer que le processus transparaisse dans le livrable, afin que le plan d'urgence révisé soit à l'image des employé(e)s et des cadres de la Ville et tienne compte de leur expertise.

Le projet poursuit également des objectifs secondaires :

- S'inspirer de la démarche de collecte de données développée dans le cadre du projet « Leçons tirées (selon une perspective citoyenne) » (voir [Initiative no 9](#));
- Démystifier et normaliser les besoins psychosociaux auprès des employé(e)s et cadres municipaux;
- Informer des ressources disponibles et faciliter l'accès à l'aide psychosociale au besoin aux employé(e)s et cadres municipaux;
- Solidifier les liens entre l'Équipe de proximité et la municipalité;
- Démontrer que le fait de donner la place aux employés dans le processus décisionnel est bénéfique pour tous, même si cela peut alourdir le processus.

---

## RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

Les personnes impliquées dans ce projet sont l'Équipe de proximité et la Direction générale de la Ville de Lac-Mégantic.

---

## ACTIONS ET RETOMBÉES

---

Le projet se décline en grandes étapes, incluant la clarification du mandat de l'Équipe de proximité, la planification de l'animation, l'organisation de l'activité, la tenue de l'activité (sous la forme d'un grand groupe de discussion composé de 17 participants) et la synthèse des données. Les sujets abordés lors des groupes de discussion s'inspirent du cadre CHAMPSS, qui décrit la résilience des communautés selon l'approche des capacités fonctionnelles. Il est à noter que deux membres de l'Équipe de proximité participent à l'activité, en tant qu'animateur et observateur respectivement. L'observateur est en charge 1) d'analyser le contenu du groupe de discussion à l'aide de ses notes personnelles et 2) de synthétiser le tout en identifiant les principales leçons tirées et les recommandations des employé(e)s et cadres municipaux.

De manière plus détaillée, voici les principales actions qui sont accomplies.

Actions	Retombées	Échéanciers
Favoriser la participation citoyenne de manière inclusive	Sentiment de contribution réelle par les employé(e)s et cadres municipaux.	Hiver 2019

Actions	Retombées	Échéanciers
Donner un espace de parole par rapport à la tragédie de 2013	Groupe de discussion permettant aux employé(e)s et cadres municipaux de partager leur vécu, de donner du sens à l'événement et de fermer une boucle. C'est la première fois que les intervenants municipaux ont l'occasion d'échanger entre eux quant à leur expérience en lien avec les événements de 2013. Normalisation des symptômes nouveaux et récurrents. Dépistage de problématiques psychosociales et offre de services au besoin.	Hiver 2019
Valoriser les ressources et les forces de la communauté	Une reconnaissance de l'expertise unique au monde des employé(e)s et cadres municipaux.	Hiver 2019
Apprendre des leçons tirées	Collecte, analyse et synthèse des données. Cette synthèse est intégrée à la synthèse issue du projet « Leçons tirées (selon une perspective citoyenne) ». Intégration au plan d'urgence de la ville des apprentissages nommés par les employé(e)s et cadres municipaux.	À déterminer

Voici quelques citations témoignant des effets de ce projet :

- « C'est la première fois qu'on s'en reparle, on n'a jamais pris le temps de le faire. »
- « Intéressant d'entendre les autres, ça permet de comprendre et de réaliser que tout le monde a mis ses forces à profit. »

Les risques et enjeux relatifs à prendre en considération dans le cadre de ce projet sont les suivants :

- Que le processus ne soit pas pris au sérieux;
- Que les démarches de ce projet occasionnent une surcharge de travail pour les personnes visées et les personnes impliquées dans ce projet;
- Qu'il y ait une fragilisation des liens entre l'Équipe de proximité et le personnel de la ville;
- Que les personnes visées et impliquées aient des attentes trop élevées par rapport au temps accordé pour réaliser ce projet;
- Que les résultats obtenus par cette démarche ne concordent pas avec les résultats attendus;
- Que le contenu des échanges ne soit pas pris en compte lors de la révision du plan d'urgence;
- Que le contrat de départ ne réponde pas aux attentes du personnel et la direction générale de la Ville.

---

## BUDGET

---

- Aspects logistiques lors des groupes de discussion assumés par la Ville de Lac-Mégantic;
- Toutes les autres ressources requises sont assumées par l'Équipe de proximité.

# INITIATIVE N° 15

## SYSTÈME ALIMENTAIRE TERRITORIALISÉ

---

### MISE EN CONTEXTE

---

Alors que la communauté de Lac-Mégantic est en phase de rétablissement à la suite à la tragédie du 6 juillet 2013, des initiatives d'ordre alimentaire apparaissent pour favoriser la liaison entre les citoyens. C'est notamment le cas pour les jardins collectifs et le Frigo Free Go, des lieux de rencontre et d'échange ayant vu le jour dans les années suivant l'événement de 2013. Pour les instigateurs de ces initiatives, le sentiment de contribution à un projet communautaire est un réel levier de rétablissement.

Les préoccupations reliées à la sécurité alimentaire, à la lutte au gaspillage alimentaire, à l'environnement et au développement économique sont bien présentes à Lac-Mégantic. L'utilisation de systèmes alimentaires territorialisés (SAT) permet de créer un fil conducteur entre les initiatives liées à l'alimentation et d'autres initiatives présentes dans le milieu. Les SAT se définissent par la réduction des distances entre les différentes étapes de la chaîne alimentaire. Ils ont pour objectif la valorisation des produits locaux, l'enracinement de l'agriculture et du savoir-faire local sur son propre territoire, la réduction de l'empreinte écologique de la production alimentaire, la mise au point de produits de niche et la préservation des emplois locaux de qualité<sup>1</sup>. Les SAT couvrent donc l'entièreté de la chaîne alimentaire, de la semence à l'assiette du consommateur jusqu'au compostage.

Les SAT se divisent en cinq types d'actions, soit 1) la production de service, 2) la transformation, 3) la commercialisation, 4) la production agricole et de semences et 5) la consommation alimentaire. Les actions mènent à divers types d'externalités, soit les externalités sociales, pédagogiques, culturelles et environnementales.

Figurant parmi les volets des SAT, la gestion des matières résiduelles organiques ne fait toutefois pas partie des objectifs de la présente initiative. Nos objectifs concernent davantage les volets de l'accès aux aliments et de la lutte au gaspillage alimentaire.

La sécurité alimentaire est un déterminant social de la santé et du bien-être sur lequel on se doit d'agir. De nombreuses demandes d'ordre alimentaire se font entendre chez les jeunes adultes de la communauté de Lac-Mégantic, notamment au centre de formation professionnelle et à l'école aux adultes. Les demandes concernent l'accès aux aliments, mais aussi le développement des connaissances entourant l'alimentation.

Bien qu'elles répondent à un besoin de base, les interventions en lien avec la sécurité alimentaire servent également de prétexte pour tisser davantage de liens dans la communauté. Par cette approche, on adopte donc une vision de développement durable, qui considère autant les aspects économiques et environnementaux que sociaux, et ce sur le long terme. Plusieurs projets ayant vu le jour dans la MRC du Granit en sécurité alimentaire et respectant cette vision ont été regroupés au sein de l'approche globale du SAT.

---

<sup>1</sup> RESOLIS. (2016). SYSTEMES ALIMENTAIRES TERRITORIALISÉS AU QUÉBEC : 100 initiatives locales pour une alimentation responsable et durable. [En ligne], [https://www.chaire-diversite-alimentaire.ulaval.ca/wp-content/uploads/2016/12/resolis\\_journal\\_fevrier\\_quebec\\_CS4.pdf](https://www.chaire-diversite-alimentaire.ulaval.ca/wp-content/uploads/2016/12/resolis_journal_fevrier_quebec_CS4.pdf)

---

## BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de ce projet est d'assurer la sécurité alimentaire de la population du Granit, toutes classes sociales confondues, en offrant une variété d'aliments locaux tout en favorisant un cycle alimentaire durable et local. Plus spécifiquement, on vise à :

- Contre le gaspillage alimentaire;
- Offrir à la communauté une alimentation variée;
- Développer les connaissances des partenaires et citoyens;
- Favoriser l'autonomie des citoyens à faire de meilleurs choix alimentaires;
- Favoriser l'achat local et de proximité;
- Favoriser la communication et l'entraide entre les différents partenaires, tant du secteur privé que public;
- Pérenniser le SAT du Granit en allant chercher de nouveaux partenaires.

---

## RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

- Responsables : L'Équipe de proximité, à travers son implication dans les différents comités.
- Partenaires : Cuisines collectives, le Centre d'action bénévole (banque alimentaire), les restaurateurs, les épicerie, les producteurs, le marché public, les transformateurs, l'Écocentre Lac-Mégantic (compostage), le Centre de tri Valoris (déchets), la Ville de Lac-Mégantic, les artisans et les citoyens.

---

## ACTIONS

---

Avec le soutien ou non de l'Équipe de proximité, plusieurs projets ont vu le jour dans la MRC du Granit ces dernières années. Animées par un désir de favoriser la sécurité alimentaire, la cohésion sociale, la protection de l'environnement et l'économie locale, ces actions s'imbriquent toutes dans le SAT du Granit. En voici quelques-uns :

- En 2016 :
  - Un projet de jardins collectifs est né à la marina de Lac-Mégantic.
- En 2017 :
  - Un réfrigérateur collectif inspiré du mouvement Frigo Free go (<https://www.facebook.com/FrigoFreeGo/>) est installé à la Gare de Lac-Mégantic. En plus de répondre à la lutte au gaspillage alimentaire, ce projet se veut une ressource de plus en matière de lutte à la faim dans la communauté. On désire ainsi sensibiliser au partage des ressources.
- En 2018 :
  - Il y a plantation de 140 arbres fruitiers à la polyvalente Montignac.
  - On déploie le mouvement des Incroyables Comestibles (<http://lesincroyables.comestibles.fr/canada/>), qui démontre l'intérêt pour l'agriculture locale et de proximité et la valorisation des produits locaux. Il sert également de prétexte pour des rencontres entre les citoyens, autour du jardinage et de la nourriture.
  - La Ville de Lac-Mégantic signe le pacte sur la transition énergétique et invite les autres municipalités du Québec à faire de même.
- En 2019 :
  - Des groupes de cuisine sont mis en place, visant l'apprentissage et l'autonomisation. Le tout est chapeauté par la nutritionniste et la travailleuse sociale, volet jeunesse, de l'Équipe de proximité;

- La cartographie du SAT du Granit a lieu. Celle-ci est également réalisée par l'Équipe de proximité;
- Des ateliers de cuisine sont offerts par le Marché Public de la Gare de Lac-Mégantic;
- Une dégustation d'insectes a lieu au Cégep de Lac-Mégantic. Le but est de découvrir cette protéine méconnue, qui gagne en popularité depuis les dernières années et d'intéresser les jeunes à la nutrition;
- Une première rencontre a lieu entre des acteurs de la communauté du Granit (l'Équipe de proximité, Coup de pouce, l'Ensoleillée, le Centre d'action bénévole du Granit, la CDC du Granit, l'école aux adultes, la Constellation du Granit) et la CDC de Nicolet-Yamaska pour la présentation du projet de la Carotte Joyeuse (<https://carottejoyeuse.ca/>). À la suite de ces échanges, les acteurs de la communauté du Granit souhaitent mettre en place un projet similaire au Granit;
- Des jardins communautaires (location de parcelles) sont mis en place à Courcelles.

---

## RETOMBÉES

---

Voici les retombées actuelles :

- Accès alimentaire pour les personnes à faible revenu;
- Apprentissages sur la culture des fruits et légumes;
- Augmentation de l'achat local;
- Entraide communautaire et solidarité.

Voici les retombées souhaitées à long terme :

- Diversification et intensification des projets liés au SAT (ex. : plantation d'arbres fruitiers et de plates-bandes comestibles au centre-ville de Lac-Mégantic (urbanisme);
- Amélioration des connaissances de la communauté sur la saine alimentation.

---

## BUDGET

---

Les ressources financières nécessaires à la mise en place des divers projets s'imbriquant dans le SAT sont majoritairement octroyées par les organisations locales les ayant mis en place. Afin de réduire les coûts de ces actions, l'Équipe de proximité et tous ses partenaires comptent sur des dons et des commandites. Toutefois, un certain budget, puisé à même les fonds de l'Équipe de proximité, est nécessaire au bon fonctionnement de certains projets. En voici donc un estimé :

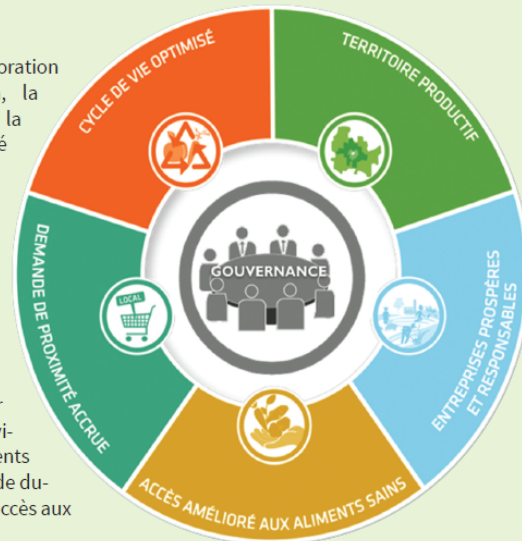
- Achat de terre, compost, semis, etc. = environ 280\$
- Achat de nourriture pour les activités (apprentissage, nutrition) dans les différents milieux = environ 155\$
- Achat de nourriture pour la Place éphémère 2019 = environ 300\$

## DES SYSTÈMES ALIMENTAIRES DURABLES POUR DES TERRITOIRES NOURRICIERS

Un système alimentaire durable est un réseau de collaboration territorial qui intègre la production, la transformation, la distribution, la consommation de produits alimentaires et la gestion des matières résiduelles, dans le but d'accroître la santé environnementale, économique et sociale de la collectivité. Il comprend les acteurs, les activités et les infrastructures impliqués dans la sécurité alimentaire d'une population et repose sur une gouvernance alimentaire de proximité.

Un système alimentaire durable s'intéresse aux interactions et aux synergies possibles entre les différents maillons et secteurs du système alimentaire au sein d'un territoire donné. Il préconise de mettre en place une action coordonnée et intersectorielle à l'échelle d'un territoire afin de renforcer la dynamique locale des acteurs et l'engagement des collectivités. Dans ce type de système, la nourriture est un des instruments dont disposent les collectivités pour atteindre leurs objectifs de durabilité et la planification des milieux de vie tient compte de l'accès aux aliments.

Le diagramme ci-contre présente les ingrédients à réunir pour renforcer la vocation nourricière du territoire. Un tableau synthèse des stratégies associées se retrouve en annexe de ce document. Source : Vivre en Ville, 2014.





# INITIATIVE N° 16

## ART ET SANTÉ

---

### MISE EN CONTEXTE

---

Les arts constituent un déterminant significatif pour le mieux-être, la guérison et la réadaptation des individus et des collectivités. Les arts constituent un moyen de guérison, notamment en permettant d'exprimer ce qui est difficile à exprimer en mot, en augmentant la confiance en soi, en favorisant la création de nouveaux liens, en mettant de l'ordre dans la vie des gens, en créant une mémoire vivante des événements, en permettant de donner à autrui et en créant une communauté compatissante.

À la MRC du Granit, après la tragédie ferroviaire du 6 juillet 2013, plusieurs initiatives artistiques ont été développées afin de promouvoir la résilience de la communauté :

- En 2015 :
  - La Grande cueillette des mots du Granit (voir [Initiative no 1](#)) a permis de promouvoir le dialogue et la cohésion sociale en mettant de l'avant une démarche d'écriture nourrie par les citoyens.
- En 2016 :
  - La projection du film Demain à la gare patrimoniale de Lac-Mégantic a permis de réunir 70 membres de la communauté et de les sensibiliser à l'importance d'agir maintenant pour éviter un désastre environnemental irréversible.
- En 2017 :
  - Le projet Photovoix (voir [Initiative no 4](#)) a permis de donner une voix aux citoyens, de partager les diverses expériences, de nommer les éléments qui rendent la communauté attrayante et d'identifier les aspects qui supportent la résilience dans la communauté.
- De 2016 à 2019 :
  - Le projet Arts et métiers (Croix-Rouge) a permis de briser l'isolement social des personnes âgées en perte d'autonomie par les arts. Ce projet est maintenant repris par le Centre d'action bénévole (CAB) du Granit, afin de continuer d'offrir aux citoyens la possibilité de s'exprimer.
- En 2018 :
  - L'atelier-spectacle de L'écho de l'écume (<https://www.lescheminserrants.com/spectacle-a-venir>), « Les chemins errants », a été offert aux enfants du centre de la petite enfance (CPE) sous les étoiles. L'atelier, unissant différentes formes d'art visuel (peinture, théâtre, musique), avait pour but de favoriser le processus de création chez les enfants;
  - L'installation d'un piano public sur les promenades Papineau et devant la gare patrimoniale a également créé un lieu d'échange et d'expression, en plus de contribuer à ramener de la vie au centre-ville de Lac-Mégantic;
  - La ville de Lac-Mégantic se démarque particulièrement en matière d'art et culture de par son parcours de sculptures Le Marcheur d'Étoiles, parcours regroupant 48 sculptures monumentales dispersées au centre-ville;
  - La Commission des arts, de la culture et du patrimoine (CACP) de Lac-Mégantic travaille sur le Musée à ciel ouvert, qui contient des photos de l'histoire ferroviaires de Lac-Mégantic exposées à l'extérieur de la gare patrimoniale;

- o Le Parc des vétérans s’anime tous les jeudis soirs de l’été 2018 par la série de concerts gratuits Entre chien et loup. Cette activité permet de réunir la population autour de la musique.

Cette liste non exhaustive se veut d’abord et avant tout un reflet du dynamisme qui se vit à la MRC du Granit en matière d’initiatives artistiques ou culturelles pouvant avoir un effet bénéfique sur la santé et le bien-être de la population locale.

---

## BUT ET OBJECTIFS

---

Le but de cette initiative est de favoriser l’utilisation plus systématique de l’art et de la culture dans les stratégies visant à améliorer la santé et le bien-être de la communauté du Granit. Plus spécifiquement, les objectifs sont de :

- Mieux connaître ce qui se fait ici et ailleurs en art et santé;
- Faire valoir la vision que l’art et la culture, sous toutes leurs formes, ont un impact positif sur la santé et le bien-être.

---

## RESPONSABLES ET PARTENAIRES

---

Responsables : Équipe de proximité et Ville de Lac-Mégantic.

---

## ACTIONS ET RETOMBÉES

---

Actions	Retombées	Échéanciers
Favoriser les activités artistiques et culturelles à la Place éphémère (ex. : création d’une œuvre artistique collective et interculturelle) (voir <a href="#">Initiative no 12</a> )	Situations d’échange et de rencontre entre les citoyens et les milieux culturels et artistiques. Contribution à la revitalisation du territoire et au développement social. Création de liens entre l’objet culturel et les gens. Lieux de rencontre entre les artistes et les citoyens issus de différentes cultures.	2018-2019
Favoriser l’inclusion de différentes formes d’art lors des Mercredis en bonne compagnie (ex. : ateliers de bricolage) (voir <a href="#">Initiative no 13</a> )	Échanges facilités entre les participants. Bris de l’isolement social. L’art comme outil de valorisation et d’entraide.	2018-2019
Réaliser un vernissage dans le cadre de la lutte au tabagisme chez les jeunes	Participation citoyenne jeunesse et création d’un sentiment de fierté. Promotion des saines habitudes de vie.	Février 2019
Contribuer au déploiement du <a href="#">Festival du cinéma du monde sur la route à Lac-Mégantic</a>	Par l’utilisation du septième art, création de rencontres entre les personnes issues de l’immigration et les citoyens de Lac-Mégantic. Lutte contre les préjugés et les discriminations de toute sorte (xénophobie, islamophobie, racisme). Information et sensibilisation sur les autres cultures. Création d’un dialogue entourant l’immigration.	Mai 2019

Actions	Retombées	Échéanciers
Soutenir la vision que l'art et la culture sont des outils précieux devant favoriser la reconstruction sociale et non seulement la reconstruction physique et économique (ex. : risques associés à l'exposition de certaines œuvres dans le Musée à ciel ouvert)	Sensibilisation auprès des décideurs quant aux bienfaits potentiels de l'art et la culture sur la santé.	En continu

---

## BUDGET

---

Budget intégré à celui prévu pour le fonctionnement de la Place éphémère.

## CONCLUSION

De nombreuses leçons ont été identifiées dans le cadre de cette expérience unique et enrichissante. Premièrement, le suivi des conséquences physiques et psychosociales à travers des enquêtes de santé est essentiel. En plus de favoriser une meilleure compréhension des besoins de la communauté, de telles enquêtes servent de levier puissant pour l'émergence d'interventions de promotion de la santé et pour la défense des intérêts de la population locale. En fait, nos études populationnelles ont été si utiles, ayant permis de mieux cerner les besoins et enjeux spécifiques à l'échelle de la communauté, que nous en recommandons l'utilisation pour toute catastrophe d'envergure. De telles études soutiennent l'identification des priorités et la prise de décision éclairée.

Deuxièmement, nous avons appris que la voix des divers groupes, incluant les groupes à plus haut risque, doit être entendue afin de tendre vers des approches tenant compte de leurs besoins et capacités. Il importe de prendre le temps d'écouter et d'apprendre des citoyens, et de considérer les membres de la communauté comme des atouts plutôt que des victimes. Une manière de mieux entendre ces voix est d'offrir des services flexibles qui vont à la rencontre des personnes isolées en les rejoignant directement là où elles se trouvent, dans leurs milieux de vie.

Troisièmement, peu importe l'ampleur des problèmes observés sur le terrain, la santé publique doit chercher un équilibre entre une approche centrée sur les déficits et besoins et une approche centrée sur les forces et ressources de la communauté. Une compréhension et une maîtrise de ces deux approches sont donc requises des équipes appelées à travailler en contexte de rétablissement psychosocial.

Quatrièmement, les praticiens, les chercheurs et les décideurs en santé publique doivent collaborer de manière étroite avec les organisations locales et les groupes de citoyens. Une telle approche est fondamentale au rétablissement à long terme d'une communauté.

Cinquièmement, la reconstruction psychologique et sociale de la population est toute aussi, sinon plus, importante que la reconstruction physique des bâtiments. Un constat se dégage des diverses initiatives mises en œuvre par l'Équipe de proximité : tant le chemin pour se rendre à la finalité que la finalité en soi contribuent à la reconstruction sociale. En étant placés au cœur des différentes considérations, les citoyens ont, en effet, plus d'opportunités de donner un sens à ce qui leur arrive, à leurs possibles contributions. La participation citoyenne est d'autant plus essentielle dans des circonstances complexes où les dimensions économiques et politiques pourraient avoir préséance sur les intérêts de la population locale.

Finalement, nous croyons fermement que les organisations de santé publique confrontées à une catastrophe devraient s'inspirer davantage des apprentissages tirés des expériences passées, afin de mettre en œuvre des stratégies et interventions démontrées efficaces tout en évitant de réinventer la roue. Dans le contexte du rétablissement, ces mêmes organisations devraient également contribuer au corpus de connaissances existantes en partageant leur expérience et leurs leçons apprises.

# BIBLIOGRAPHIE

---

## CONSÉQUENCES DE LA TRAGÉDIE

---

GÉNÉREUX, Mélissa, Gino PERREAULT, Geneviève PETIT. *Portrait de la santé psychologique de la population du Granit en 2015*, Bulletin Vision Santé publique, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, [En ligne], 2016. [[https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2016/27\\_vision\\_sante\\_publique\\_Lac\\_Megantic.pdf](https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2016/27_vision_sante_publique_Lac_Megantic.pdf)].

GÉNÉREUX, Mélissa, Danielle MALTAIS. *Plus de trois ans après la tragédie : comment la communauté du Granit se porte-t-elle?* Bulletin Vision Santé publique, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, [En ligne], 2017. [[https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2017/34\\_Vision\\_sante\\_publique\\_Lac-Megantic\\_enquete\\_3.pdf](https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2017/34_Vision_sante_publique_Lac-Megantic_enquete_3.pdf)].

GÉNÉREUX Mélissa, Danielle MALTAIS. *Three Years After the Tragedy: How the Le Granit Community is Coping?* Bulletin Vision Santé publique, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, [En ligne], 2017. [[https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2017/34\\_Vision\\_sante\\_publique\\_Lac-Megantic\\_enquete\\_ENG.pdf](https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2017/34_Vision_sante_publique_Lac-Megantic_enquete_ENG.pdf)].

MALTAIS, Danielle, Ève POULIOT, Geneviève PETIT. *Le portrait des jeunes de la communauté de Lac-Mégantic*, Bulletin Vision Santé publique, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, [En ligne], 2018. [[https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2017/40\\_Vision\\_sante\\_publique\\_Portrait\\_Jeunes\\_Lac-Megantic.pdf](https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2017/40_Vision_sante_publique_Portrait_Jeunes_Lac-Megantic.pdf)].

MALTAIS, Danielle, Ève POULIOT, Geneviève PETIT. *Portrait of the Community of Lac-Mégantic's Youth*, Bulletin Vision Santé publique, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, [En ligne], 2018. [[https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2017/40\\_Vision\\_sante\\_publique\\_Portrait\\_JeunesL-M\\_ang.pdf](https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2017/40_Vision_sante_publique_Portrait_JeunesL-M_ang.pdf)].

GÉNÉREUX et al. *Monitoring adverse psychosocial outcomes one and two years after the Lac-Mégantic train derailment tragedy* (Eastern Townships, Quebec, Canada), [En ligne], 2019. [<https://doi.org/10.1017/S1049023X19004321>]

MALTAIS et al. *Medium-Term Effects of a Train Derailment on the Physical and Psychological Health of Men*, [En ligne], 2019. [<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1557988319865363>]

MALTAIS et al. *Seniors Who Experienced the Lac-Mégantic Train Derailment Tragedy: What Are the Consequences on Physical and Mental Health?*, [En ligne], 2019. [<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/2333721419846191>]

GÉNÉREUX M., MALTAIS D. et collaborateurs. *La reconstruction sociale de la communauté de Lac-Mégantic suivant la tragédie : bilan des six premières années*. Bulletin Vision Santé publique no 52, juillet 2019. Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke. [En ligne]. [[https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2019/52\\_Vision\\_sante\\_publique\\_Lac-Megantic\\_6ans\\_FR.pdf](https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Publications/Sante-publique/Bulletin-vision/2019/52_Vision_sante_publique_Lac-Megantic_6ans_FR.pdf)]

---

## RÉPONSE DE SANTÉ PUBLIQUE

---

GÉNÉREUX, Mélissa, Geneviève PETIT, Danielle MALTAIS, Mathieu ROY, Robert SIMARD, Sonia BOIVIN, James A. SHULTZ, Linda PINSONNEAULT. *The Public Health Response During and After the Lac-Mégantic Train Derailment Tragedy: A Case Study*. *Disaster Health*, [En ligne], 2015. 2(3-4):1-8. [<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/21665044.2014.1103123?needAccess=true>].

---

## RÉTABLISSEMENT PSYCHOSOCIAL À COURT/MOYEN TERME

---

MALTAIS, Danielle et Céline LARIN (Eds.). *Lac-Mégantic : Du sinistre... à la résilience*, Québec, Canada, Les Presses de l'Université du Québec, 2016, 476 p.

---

## RÉTABLISSEMENT PSYCHOSOCIAL À LONG TERME

---

GÉNÉREUX, Mélissa, Geneviève PETIT, Mathieu ROY, Danielle MALTAIS, Tracey O'SULLIVAN. *The "Lac-Mégantic tragedy" seen through the lens of The EnRiCH Community Resilience Framework for High-Risk Population*, *Canadian Journal of Public Health*, [En ligne], 2018. [<https://link.springer.com/content/pdf/10.17269%2Fs41997-018-0068-z.pdf>].

GÉNÉREUX, Mélissa, Geneviève PETIT, Lac-Mégantic Community Outreach Team, Tracey O'SULLIVAN. *Part 5: Public health approach to supporting resilience in Lac-Mégantic: the EnRiCH Framework*. Erio Ziglio (Eds). *Health 2020 priority area four: creating supportive environments and resilient communities. A compendium of inspirational examples*. World Health Organization, [En ligne] 2018, (p. 156-162). [[http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0004/374494/resilience-sc-eng.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0004/374494/resilience-sc-eng.pdf?ua=1)].

The Lac-Mégantic Photovoice Group, Élise NAULT-HORVATH, Marie-Claude MAILLET, Cindy STEWART, Geneviève PETIT, Tracey O'SULLIVAN. *Part 5: Public health approach to supporting resilience in Lac-Mégantic: Photovoice*. Dans: Erio Ziglio (Eds). *Health 2020 priority area four: creating supportive environments and resilient communities. A compendium of inspirational examples*. World Health Organization, [En ligne], 2018, (p. 163-168). [[http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0004/374494/resilience-sc-eng.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0004/374494/resilience-sc-eng.pdf?ua=1)].

## L'AUBE ENFIN

*D'un bel hier, un demain peut-être  
Dès aujourd'hui, l'idée de l'idée  
Celle du commencement  
Celle du pas en avant*

*Les pieds dans l'eau  
Des étoiles dans les yeux  
Quelque part entre ciel et terre  
Dans un écrin de verdure  
Du monde debout*

*Soudés dans l'épreuve  
Des hommes et des femmes  
La tête et le coeur  
Tournées vers la suite des choses  
De la nuit, espérer la lumière  
Du jour, puiser la force vive de la vie*

*Se donner la chance d'être  
Avant d'avoir été*

— Paul, citoyen engagé de Lac-Mégantic





**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Estrie – Centre  
hospitalier universitaire  
de Sherbrooke**

**Québec** 