

**Cahier 19**  
**Rapport des activités de « Quartiers en santé »**  
1<sup>er</sup> mars 2009 au 30 avril 2010  
**Présenté à**  
**l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais**



Lapierre, Judith; Major, Francine; Ndengeyingoma, Assumpta;  
**Université du Québec en Outaouais**

Duguay, Patrick  
Lalonde, Claudine

Coopérative de développement régional Outaouais-Laurentides  
Boudreault, Lynda C

**Fédération des Caisses Desjardins**

Poirier, Gilles

**Marché de solidarité régionale de l'Outaouais**

Ouimette, Stéphane

**Centre sportif de l'Université du Québec en Outaouais**

Mars 2010

## Table des matières

Raison d'être du groupe.....	3
Approche communautaire au deployment initial.....	3
Problématique ciblée par le projet.....	3
But et orientations générales du projet.....	4
Protocole d'entente: Nature du projet.....	5
Protocole d'entente: Objectifs visés.....	5
Protocole d'entente: Activités prévues.....	5
Bilan des activités réalisées.....	6
Réalizations: Secteur de l'activité physique.....	6
Réalizations: Secteur de l'alimentation.....	7
Réalizations: Autres déterminants de la santé.....	9
Réseautage pour une concertation renforcée autour des saines habitudes de vie.....	9
Éducation populaire.....	11
Activité scientifique de diffusion et de transfert.....	11
Pérennité du projet.....	11
Conclusion.....	12
Annexe – Plan d'action 2010-2011.....	13

### **Raison d'être du groupe**

Favoriser la participation citoyenne pour la promotion/prévention dans nos collectivités. Nos outils sont les partenariats intersectoriels et les expertises locales, la solidarité, la coopération et la mobilisation constituent nos leviers et les retombées attendues sont: empowerment collectif, cohésion sociale et actions citoyennes par les jeunes et leurs familles.

### **Approche communautaire au déploiement initial**

Notre groupe adhère à l'approche de coopération et de construction collective tant dans la phase conceptuelle/théorique, méthodologique qu'empirique du projet actuel. La démarche est issue d'une méthodologie partenariale et participative.

Les prises de décision se prennent en groupe lors des réunions de travail du groupe, par la majorité présente. Par ailleurs, l'approche évaluative de 4<sup>ième</sup> Génération (Guba&Lincoln) encadre l'approche méthodologique en favorisant toujours l'émergence tant des voix consensuelles au sein du groupe que conflictuelles ; cette méthodologie ne vise pas la normalité ni l'atteinte de moyennes mais laisse place à l'expression de voix divergentes documentées et non simplement éliminées des résultats finaux d'un projet ayant un volet d'évaluation comme le projet proposé ici. Ce postulat de départ prend toute sa valeur lorsqu'il est question d'intersectorialité et de construction à l'opposé d'une approche purement positiviste menée par des experts qui contrôle les savoirs, les expériences et les résultats d'un projet.

### **Problématique ciblée par le projet**

Près de 74% des décès en Outaouais sont attribuables aux maladies chroniques. Sédentarité, mauvaise alimentation et tabagisme sont au cœur des facteurs reliés à ces décès. En Outaouais, 4 personnes sur 10 fument toujours, 50% des adultes ne pratiquent aucune activité physique régulière et ses citoyens rapportent plus qu'ailleurs au Québec avoir de mauvaises habitudes alimentaires. L'excès de poids en Outaouais a atteint d'ailleurs des proportions épidémiques (<http://www.santepublique-outaouais.qc.ca/app/DocRepository/12/PortraitFaitsSaillants.pdf>). La menace d'une épidémie est bien réelle et l'Organisation mondiale pour la santé nous le rappelle en expliquant les causes dont l'action simultanée de divers facteurs environnementaux incluant des forces économiques, culturelles et politiques qui exacerbent soit l'un ou l'autre des éléments reliés à la régulation du poids (WHO, 2000). L'urgence d'agir tire sa prémisse dans le fait que l'accroissement de poids dans la population des jeunes canadiens de 7 à 13 ans a quintuplé (Flynn, 2003). En fait, 26% des enfants et des adolescents canadiens seraient en surpoids ou obèses et 8% souffriraient définitivement d'obésité (Tjepkema & Shields, 2004, 2005). Encore plus alarmant encore est l'indicateur potentiel de progression de l'épidémie; 30% des 12 à 19 ans seraient inactifs

et passeraient entre 3 à 5 heures par jour devant la télévision sans compter les heures passées à naviguer ou à jouer sur le web (Canadian Population Health Initiative, 2004). On attribue maintenant la croissance de l'obésité des vingt dernières années aux facteurs environnementaux et culturels (Lau, Douketis, et al., 2007), facteurs cibles de ce projet. La perspective adoptée en est une où les acteurs des collectivités jouent un rôle plus important et où les savoirs locaux, traditionnels et pratiques sont valorisés et mis à contribution dans le développement de politiques publiques tenant compte des spécificités des enfants marginalisés ciblés. Le renforcement de la participation à la vie collective a pour but d'éliminer l'isolement et la solitude des collectivités fragilisées en identifiant d'abord les réponses actuelles de la communauté et du système de proximité pour favoriser les modes de vie sains et la participation citoyenne. De cette étape, émergeront des mécanismes de liaison, de concertation et de transferts assurant une mobilisation coordonnée entre le réseau institutionnel et/ou intersectoriel et les réseaux innovants d'économie sociale pour les jeunes et ce, en lien avec les modes de vie sains. Les plus récents résultats de Christakis et Fowler (2007) apportent un éclairage nouveau; plus qu'un problème clinique, l'obésité est aujourd'hui une question de santé publique où l'influence des réseaux familiaux et sociaux s'accroît en créant une redéfinition des normes pouvant créer une contagion sociale de l'épidémie. Ce projet propose justement de s'attaquer aux normes et pratiques locales (familiales et locales) par la concertation pour la promotion d'un mode de vie sain et la prévention de l'obésité. L'agence canadienne de santé publique, par la déclaration d'un monde digne des enfants (Agence de santé publique du Canada, 2002) identifie 4 domaines prioritaires dont celui de la promotion des modes de vie sains. Cette déclaration inclut le principe de participation des enfants au processus de planification, ce que nous privilégions dans ce projet par l'inclusion de la Table jeunesse, répondant à une lacune majeure de plusieurs stratégies actuelles (Mandel, 2005; Harper, 1999). Nous croyons qu'une consommation responsable, soucieuse des impacts de l'environnement sur la qualité de vie des citoyens et de la qualité de vie sur l'engagement social et communautaire des citoyens a le potentiel de révolutionner la participation citoyenne envers la promotion de la santé.

### **But et orientations générales du projet**

Le projet vise le renforcement des saines habitudes de vie par la participation citoyenne des jeunes/des familles de quartiers défavorisés de la région. Spécifiquement, le projet mise sur les leviers ci haut mentionnés soit la solidarité, la coopération et la mobilisation auprès de deux quartiers urbains (île de Hull et Du Moulin) et par la suite, d'un quartier rural (Pontiac), cibles aussi de l'Agence de santé. L'opérationnalisation de l'approche 5-30/alimentation/activité physique prend sa source dans les activités du Marché de solidarité régionale de l'Outaouais. Le projet ne modifie pas l'essence de départ du Marché, le partenaire principal de l'an1 mais vise l'accompagnement de sa croissance rejoignant les clientèles plus vulnérables soit celles sans accès informatique, plus défavorisée économiquement, la jeunesse locale et celles plus isolées (personnes âgées/intergénérationnel-jumelage avec jeunes, par exemple). La vision globale de la santé ainsi promue s'attaque à plusieurs déterminants et offre une panoplie de possibilités que seul l'octroi du financement permettrait la concrétisation.

Ainsi, le projet répond aux engagements visés par la charte de Bangkok pour la promotion de la santé (Réseau francophone international pour promotion de la santé-

RÉFIPS, 2006) : placer la promotion de la santé au centre de l'action; faire de la promotion une responsabilité centrale de l'ensemble des secteurs; faire de la promotion un axe essentiel de l'action communautaire et de la société; et finalement, faire de la promotion une exigence de bonne pratique. La population visée constitue l'ensemble des citoyens de la région. Par l'entremise du premier local permanent du Marché situé dans l'île de Hull et éventuellement dans le quartier Du Moulin de la rue Notre-Dame à Gatineau, deux secteurs prioritaires en termes d'indicateurs de défavorisation importants dans la région, nous croyons qu'au-delà des membres du Marché de solidarité, nous rejoignons aussi, les membres des quartiers ciblés. Nous contribuons ainsi directement au développement d'une revitalisation de vie de quartier solidaire où les résidents peuvent bénéficier des activités du Marché, des valeurs véhiculées et des contributions anticipées du projet sur la qualité de vie des citoyens, leur santé et leur participation citoyenne. Finalement, un quartier rural, soit dans le Pontiac, nous permettra d'attaquer des déterminants significatifs en milieu rural pour contrer la pauvreté et les inégalités de santé.

### **Protocole d'entente: Nature du projet**

Favoriser le renforcement des saines habitudes de vie par la participation citoyenne des jeunes et des familles de quartiers défavorisés de la région (île de Hull et du Moulin).

### **Protocole d'entente: Objectifs visés**

- Favoriser le développement des capacités locales et l'habilitation en matière de promotion des saines habitudes de vie pour les jeunes et les familles des collectivités vivant des situations de vulnérabilités dans notre région;
- Favoriser la coopération et la mobilisation des partenaires autour des activités courantes du marché de solidarité pour l'émergence d'activités novatrices au local permanent du marché s'inspirant de l'approche 5-30;
- Promouvoir la pratique exemplaire en promotion de la santé;
- Améliorer les habitudes et les choix alimentaires des familles du quartier ciblé dans la phase 1 de développement durable du projet;
- Améliorer les habitudes d'activité physique dans les familles et auprès des jeunes;
- Exercer un leadership local pour la promotion des saines habitudes de vie par la participation citoyenne;
- Planifier et évaluer le transfert des pratiques, des expertises et des connaissances;
- Soutenir le développement durable communautaire et soutenir les infrastructures locales.

### **Protocole d'entente : Activités prévues**

- Mettre sur pied une table de partenaires intersectoriels incluant des organismes communautaires qui travaillent auprès des familles vivant dans un contexte de défavorisation ainsi que des partenaires du réseau de la santé et des services sociaux;
- Réaliser une analyse du milieu (analyse des besoins et des ressources du milieu);

- Réaliser une recension des pratiques communautaires exemplaires en promotion des saines habitudes de vie;
- Organiser une demi-journée de réflexion sur les pratiques exemplaires avec les partenaires;
- Collaborer avec le marché de solidarité de manière à mieux rejoindre les familles vivant dans un contexte de défavorisation et développer des stratégies pour en faciliter son utilisation;
- Identifier avec les familles et mettre en place des moyens pour promouvoir la pratique de l'activité physique;
- Identifier des moyens de favoriser la participation citoyenne des familles et des jeunes de la communauté.

### **Bilan des activités**

#### **Réalisations : Secteur de l'activité physique**

##### **1 ) Soccer**

Dans ce secteur, après 3 réunions de planification dont les procès verbaux ont été remis au renouvellement de la demande à l'automne 2009, un recrutement de jeunes, âgés de 8 à 11 ans, recrutés dans la quartier de l'île par des affiches a eu lieu. Le groupe de soccer a démarré après avoir obtenu des partenaires principaux associés au soccer dans la ville (Association régionale de soccer de l'Outaouais et le Grenier du petit sportif) le matériel nécessaire, des vêtements neufs pour l'ensemble des jeunes et des chaussures spécialisées. Pendant une durée de 8 semaines au cours du mois d'août et septembre 2009, 20 (vingt) jeunes se sont présentés assidûment au parc. L'activité s'est avérée un succès.

##### Évaluation:

- ✓ Une certification éthique de l'UQO a été obtenue pour la réalisation des activités de recherche;
- ✓ 10 questionnaires sur les habitudes alimentaires et d'activité physique ont été complétés avec les jeunes à la dernière rencontre de soccer – les analyses sont en cours par une agente de recherche.
- ✓ 10 questionnaires de satisfaction par les parents ont été complétés.

Avec la rentrée scolaire, les activités reliées au soccer ont été interrompues au début d'octobre. Grâce à l'excellent mentoring offert par François Léveillé de la Coopérative de développement régional Outaouais-Laurentides (CDROL), il est prévu de réitérer l'activité au cours de l'été 2010. Chaque séance comprenait un entraînement-course à pied-étirement d'une durée de 15 minutes et la réalisation de jeux et de joutes. Il y avait dans le groupe, une répartition inégale entre les garçons et les filles et des modifications ont été apportées au déroulement de chaque séance de 1 h 30.

##### **2 ) Vélo**

Des discussions ont été faites avec la Maison du Vélo afin de développer un partenariat ponctuel et ont mené au développement d'un élément motivateur important. Chaque enfant ayant participé régulièrement à l'activité de soccer s'est vu offrir par la Maison

du Vélo, un vélo d'occasion. Les parents et l'enfant devaient prendre rendez-vous à la Maison du Vélo et se présenter sur place pour la récupération et l'ajustement du vélo.

### **3) Patin**

Au cours de l'automne, Quartiers en santé s'est présenté à Chénéville à la banque alimentaire pour la récupération auprès de Guy Thérien de patins destinés aux jeunes du groupe de soccer de l'été. Il était alors prévu d'obtenir la permission de la ville, d'accéder à la glace du Parc Fontaine pour la réalisation d'un club de hockey, deux heures par semaine et d'un groupe de patinage pour les nouveaux arrivants du groupe souhaitant apprendre à patiner et autres enfants, le désirant. Malheureusement, la ville s'est vue dans l'impossibilité d'offrir cette permission à Quartiers en santé bien que la municipalité appuie le développement de Quartiers en santé.

Or, suite à une rencontre avec Sylvie Hamelin, directrice du Centre de Pédiatrie Sociale de Gatineau, l'équipe a décidé d'offrir au Centre de Pédiatrie, une dizaine de patins pour des jeunes du primaire. Tous les patins ont été distribués.

17 paires de patins demeurent à Quartiers en santé pour les jeunes de 11 à 14 ans. Notre mentor sportif a développé des partenariats pour une distribution, des prêts ou partage dont les mesures opérationnelles sont en cours de développement pour l'an prochain.

### **4) Badminton**

Un programme de badminton parascolaire est en développement avec l'École Notre Dame de l'île. Un coach est identifié et l'école a approuvé le demurrage pour mars. L'enseignante Marie-Noelle Patry est impliquée étroitement avec Quartiers en santé pour les activités en milieu scolaire.

## **Réalisations: Secteur de l'alimentation**

### **1) Lunchs-santé**

Les séances de soccer ont été une occasion pour l'équipe de rencontrer les parents des enfants du secteur et de proposer informellement des discussions autour de certains enjeux de santé. Des membres de l'équipe de chercheurs se sont présentés aux séances. Chaque parent a reçu une pochette d'information-santé pour la réalisation de lunchs-santé à l'approche de la rentrée scolaire. Des recettes de lunchs ont été proposées.

### **2) Distribution de pains aux organismes**

Une collaboration a été établie avec le Pain d'Alain pour une distribution de pains de façon hebdomadaire, sur demande. Des pains ont été distribués à l'École Notre-Dame pour les activités des vendredis-restos, à la Soupière de l'Amitié et à deux organismes communautaires dont un du secteur Gatineau et l'autre du secteur Hull (Maison d'hébergement et dépannage alimentaire).

### **3) Atelier sur la saine alimentation et l'étiquetage alimentaire**

Deux ateliers ont été organisés. Intitulé, Apprendre à lire les étiquettes sur les produits et à faire des choix favorables à la santé de toute la famille!, cet atelier offert à deux reprises n'a pas recruté les participants escomptés, moins de 10 participants à la seconde séance et la première, ayant dû être annulée, car proposée en décembre 2009, ce qui n'est pas apparu comme le temps le plus propice à des activités d'enseignement. L'équipe d'intervenants de Quartiers en santé a cependant profité de ces occasions pour développer les concepts d'enseignement, les outils et améliorer la formation à la saine alimentation. Deux nutritionnistes ont offert des consultations, soit Madame Christine Schreiner et Mme Natalie Rousseau. Des stratégies de marketing sont mises en place pour une optimisation de notre capacité à rejoindre la clientèle et l'attirer aux activités (embauche d'un agent de développement et inscription des activités dans le recueil des organismes communautaires).

#### **4) Cours de cuisine**

L'école culinaire de Gatineau a préparé une séance de 3 hrs sur la cuisine santé économique. Le chef Thierry Deletrez a préparé un guide pour les familles et malgré un recrutement intensif, une tempête de neige le 28 janvier 2010 a limité, nous le croyons, la participation. 6 participants au plus, se sont présentés à la formation.

#### **5) Panier-santé**

Deux activités intitulées Panier-santé permettant la réalisation en marché alimentaire, de paniers-santé, ont été annoncées puis annulées faute d'inscription. Nous avons donc procédé à un recrutement via les organismes communautaires et leurs clientèles actives. Le 22 mars, se tiendra la première activité de panier-santé au Provigo de Gatineau avec des familles du secteur du Moulin, référées par le Centre de Pédiatrie sociale. Des coupons-rabais pour leur épicerie hebdomadaire seront offerts aux familles avec les paniers-santé, respectant les enseignements reçus, vulgarisés et tirés de Santé Canada.

#### **6) Soupe du Marché**

Une activité de soupe populaire au Marché de solidarité régionale de l'Outaouais a été tenue en décembre pour promouvoir la caractère de solidarité du Marché dans leur secteur d'implantation et créer une occasion de partage auprès des citoyens du quartier. L'activité n'a pas attiré le nombre escompté de participants et n'a pas été répétée à cet endroit bien que l'idée puisse être reprise dans nos activités prochaines de cuisines collectives du secteur et du Moulin auprès d'organismes avec les espaces et cuisinières nécessaires.

#### **7) Visite à la ferme**

Les enfants de 4<sup>ième</sup> et 5<sup>ième</sup> niveaux du primaire de l'École Notre-Dame sont partis à la ferme avec Quartiers en santé pour une journée d'éducation à la vie agricole, à l'élevage et la saine alimentation. La ferme de St Sixte a été l'hôte de cette activité fort populaire. Tous les enfants ayant participé à l'activité ont répondu à un questionnaire d'habitudes alimentaires.

### **Réalisations: Autres déterminants de la santé**



### **1) Revenu : les finances dans un contexte limité**

L'atelier "Faire un budget familial réaliste avec l'ACEF!" visait l'apprentissage de la réalisation et du suivi d'un budget personnel et familial en contexte financier limité. La séance a permis l'apprentissage de connaissances sur les items d'un budget, les causes et conséquences du surendettement, la consommation responsable et la politique des prix affichés. Cet atelier sera répété en raison de sa pertinence et de son impact sur la qualité de vie des familles.

### **2) Petite enfance: L'accompagnement éducationnel et comportemental**

Compte-tenu de l'importance de la petite enfance dans l'ensemble des déterminants de la santé et des interventions sociales du Centre de Pédiatrie sociale de Gatineau, Quartiers en santé s'est associé au Centre pour la réalisation d'accompagnement éducationnel et comportemental auprès de jeunes et de leurs familles. Des collaborations avec Dre Anne Marie Bureau sont en cours pour le suivi de certaines familles et la réalisation de plan d'action commun. Cinq rencontres avec les intervenants chercheurs ou la responsable de Quartiers en santé et les intervenants du Centre ont eu lieu depuis l'ouverture du Centre en novembre 2009.

### **3) Culture: Intégration à la santé**

Quartiers en santé collabore avec l'organisme Accueil Parrainage Outaouais et le CLSC de Hull via Dre Bureau dont un suivi est en cours de développement pour favoriser la santé en contexte interculturel incluant les capacités d'interprétation et d'intégration des savoirs scientifiques, traditionnels, et expérientiels dans l'offre de services pertinent.

### **4) Réseau de soutien social**

Quartiers en santé offre le développement, l'accompagnement et l'encadrement aux groupes de soutien ouverts et fermés. Le premier groupe est en développement de modalités partenariales avec l'Anorexie, boulimie du Québec (ANEB). De plus, des groupes d'autogestion des maladies chroniques sont en cours de développement. Une formation à l'auto gestion par l'équipe ciblée d'intervenants doit être suivie en 2010.

### **5) Environnements physiques**

Un mapping des environnements physiques de quatre secteurs cibles (île de Hull, Moulin et semi-ruraux – soit Cantley et Thurso) seront réalisés au cours de l'été 2010. La recherche des outils a été réalisée. Ces mappings serviront à établir le profil des espaces physiques pour la pratique d'activités récréatives et sportives organisées ou structurées/non structurées en vue de promouvoir l'activité physique régulière à proximité

### **6) Statut social**

Quartiers en santé collabore à la mise sur pied du Carrefour le Réverbère, nouvel espace communautaire servant de repères et de ressources aux familles plus défavorisées. Le Carrefour de services comprend trois organismes soit: La coopérative de solidarité Quartiers en santé, le Cyber@fraternité et la Boutique du Silence. Le Cyber@fraternité est un lieu d'accès aux ressources web pour d'abord renforcer les liens familiaux et sociaux pour les familles immigrantes ou éloignées des proches, favoriser l'intégration sociale par l'appui à la recherche d'emploi et la rédaction de cv et finalement, le

décodage d'information-santé pour favoriser l'acquisition de connaissances et de compétences.

### **Réseautage pour une concertation renforcée autour des saines habitudes de vie**

La première année de développement a été largement consacrée au développement de partenariats pour s'ancrer localement aux besoins et aux ressources et surtout pour renforcer les concertations locales. L'objectif est d'intégrer des actions individuelles, collectives ainsi qu'environnementales en saines habitudes de vie. Nous avons dressé une liste des partenariats par ordre chronologique de développement. Certains de ces partenariats ont été concrétisés par une activité comme les foires, les kiosques, le développement de plan d'action en commun, la continuité des services par des références aux bonnes ressources, etc. Toutes les ressources ci-bas ne sont pas en lien direct avec des jeunes mais elles desservent des familles qui ont des enfants et nos actions peuvent aussi s'avérer bénéfiques au niveau de l'environnement physique et social des jeunes pour la promotion des saines habitudes de vie. De plus, certaines activités ont mobilisé les professeurs-chercheurs, certaines autres, la motivation d'étudiantes infirmières de l'UQO en stage et d'autres, la participation de nos contractuels.

- ✓ Marché de solidarité régionale de l'Outaouais;
- ✓ Coopérative de développement régional Outaouais-Laurentides;
- ✓ Coopératives en soins de santé de la région (Thurso, Cantley, et autres avec l'atelier du 19 février 2010 à l'UQO) ;
- ✓ Agence de la santé et des services sociaux via le comité de suivi du forum *Le Forum Des communautés en santé : l'affaire de tous!* s'inscrivant dans les retombées du Forum santé Outaouais tenu en février 2008 portant sur «La promotion de la santé par la participation citoyenne»;
- ✓ CLD des Collines pour assistance lors d'un forum à l'automne 2009;
- ✓ Banques alimentaires- Soupière;
- ✓ AGAP de Gatineau;
- ✓ Centre de Pédiatrie Sociale de Gatineau;
- ✓ École culinaire de Gatineau;
- ✓ Conseil québécois sur le poids et la santé (CQPS);
- ✓ Québec en forme (regional);
- ✓ Hull en santé (regroupement Qc en forme pour Hull);
- ✓ Municipalité de Gatineau (nomination UQO au comité Ville en santé);
- ✓ ACEF de Gatineau;
- ✓ ANEB du Québec;
- ✓ Maison d'aide et d'hébergement;
- ✓ Fraternité mondiale;
- ✓ École Notre-Dame (alimentation, badminton);
- ✓ École des Trios-Saisons (programme feu vert-via Centre de Pédiatrie);
- ✓ Gatineau Loppet;
- ✓ Festival des Montgolfières;
- ✓ Gourmandises St-Sixte;

- ✓ Équipe PAG- Agence de santé et des services sociaux (via le fonds conjoint FQRSC);
- ✓ Collines en forme.

### **Éducation populaire**

- ✓ Foire santé de Thurso – août 2009
- ✓ Foire santé de Cantley – octobre 2009
- ✓ Marché de Noël – décembre 2009
- ✓ Gatineau Loppet- février 2010

### **Activité scientifique de diffusion et de transfert**

Groupe de discussion et d'action collective Quartiers en santé-Ile de Hull (5 mai 2009): profil local confirmé en matière d'activité physique et saine alimentation et pistes d'actions partenariales identifiées ayant mené aux développements des activités de l'année. Inclus dans la collecte verbale: Gîte Ami, Maison de la famille Alcide Clément, Dépanneur Sylvestre, Soupe populaire de Hull, Table jeunesse, québec en forme.

Rapport de recension web – sur les pratiques en promotion de la santé pour les jeunes (juin 2009)

Semaine de la recherche- UQO 2010.

*Réalisation d'un atelier : Les partenariats, la concertation et la participation citoyenne au cœur du déploiement des coopératives de santé et des actions de promotion-prévention dans notre region.*

Pour 2010-2011, production de rapports sur les données de recherche cumulées en 2009-2010 et d'articles scientifiques.

### **Pérennité du projet**

Grâce au renouvellement ponctuel du fonds, Quartiers en santé veillera à la mise en oeuvre du plan d'action ci joint. Le groupe a obtenu une charte pour le développement de Quartiers en santé sous forme de coopérative de solidarité. Le groupe a obtenu du financement de recherche pour prévenir l'obésité du fonds Québécois de recherche sur la société et la culture (175 000) et ce pour 3 ans.

### **Conclusion**

Le soutien au développement des communautés permet à Quartiers en santé de développer un concept unique de promotion de la santé à proximité en s'attaquant aux divers déterminants de la santé tout en s'intégrant aux réseaux locaux pour ainsi optimiser les efforts en soutien au "Plan d'action gouvernemental pour la promotion des saines habitudes de vie... 2006-2012; Investir pour l'avenir". Des défis majeurs demeurent pour Quartiers en santé, maximiser le recrutement des participants aux activités, créer des corridors de soutien aux saines habitudes de vie dans la communauté mais en lien avec le réseau public, soutenir les concertations locales en apportant aux groupes les conseils en matière de meilleures pratiques et lignes directrices, construire un plan de connaissances sur les besoins et les réponses de proximité, promouvoir la recherche évaluative interdisciplinaire en promotion de la santé et finalement, fidéliser la communauté à l'expertise et au leadership de l'équipe de Quartiers en santé pour la santé à proximité, individuellement et collectivement.

## Plan d'action 2010-2011

Objectifs spécifiques à court terme	Activités prévues et moyens d'action	Ressources nécessaires	Échéancier et viabilité financière
<p>1- Favoriser le développement des capacités locales et l'habilitation en matière de promotion des saines habitudes de vie = alimentation pour les jeunes et les familles des collectivités vivant des situations de vulnérabilités dans notre région.</p>	<p>*Renforcement du partenariat intersectoriel autour des expertises locales en matière de saine alimentation et activité physique pour la santé des collectivités et des jeunes;</p> <p><i>Faire des choix sains par la saine alimentation</i></p> <p>1-La lecture et compréhension des étiquettes alimentaires (1 session éducative au Centre du silence) 2-Faire de son épicerie, une activité santé, 1(MAXI, 300 st jos.)</p> <p>3-L'atelier de cuisine</p>	<p>Réseautage en consolidation par la coordination de l'UQO</p> <p>Décembre 2009</p> <p>Diététiste du CSSSG à contrat</p> <p>Local siège social de Quartiers en santé</p> <p>Diététiste MAXI avec groupe de 15 parents de jeunes familles – affichage</p>	<p>Amorcée en mars 2009</p> <p>Planification complétée en octobre 2009 pour réalisation en décembre 2009</p> <p>Appui par le CA du Centre du silence, d'une modification du mandat pour partage du local et diversification des activités (résolution du CA le 24 octobre</p>

	<p>économique pour jeunes familles (64\$/famille pour 12 familles)</p> <p>4-Faire de son épicerie, une activité santé, 2(MAXI)</p> <p>5- Réaliser un budget pour un panier santé</p> <p>Visite d'une ferme agricole en lien avec le – MSRO</p>	<p>Coopérative Reboul, groupes de parents du soccer, école Notre Dame. Centre culinaire de Gatineau</p> <p>ACEF</p> <p>3 classes de Notre-Dame (rencontre avec les professeurs vendredi le 30 octobre 2009), trois accompagnateurs de Quartiers en santé et les enseignantes</p>	<p>2009 en appui)</p> <p>Décembre 2009</p> <p>Décembre 2009</p> <p>Décembre 2009</p> <p>Début novembre (location d'autobus, apprentissages de la saine alimentation)</p>
<p>2- Favoriser la coopération et la mobilisation des partenaires autour des activités physiques gratuites ou à moindres coûts pour les jeunes de 8-11 ans en favorisant une utilisation optimale des ressources dont les aires de parcs et les structures existantes</p>	<p>*Développer un groupe de hockey pour les jeunes, glaces du parc Fontaine</p> <p>* Développer un groupe de patinage débutant</p> <p>* Développer une activité de chasse aux trésors en raquette – parc Fontaine et Jacques Cartier</p> <p>* Développer un groupe de Ultimate frisbee dans le parc Lemay</p> <p>*Accompagnement de jeunes de l'école Notre-Dame aux Jeux du Québec à Gatineau dans une discipline</p>	<p>UQO- GIRESSS CDROL Hockey Outaouais-Hockey Québec UQO-GIRESSS Grenier du petit sportif Cardio plein air</p> <p>UQO- Comité de santé des jeux du Québec Jumelage avec des jeunes de</p>	<p>Recrutement amorcé Recherche d'équipement en cours Accord pour l'utilisation de la glace du parc Fontaine en cours Poursuivre les activités de soccer, de hockey, de patinage, de ultimate frisbee et de raquettes gratuitement au cours de 2010-2011.</p> <p>Amorcer</p>

	cible de l'École	l'école secondaire de l'île	l'organisation en janvier 2010 auprès du comité des jeux et de l'école de l'île dont les jeunes doivent réaliser des activités de bénévolat
3- Promouvoir les pratiques exemplaires en promotion de la santé	<p>*Mettre à jour la recension des pratiques exemplaires communautaires en matière de promotion de modes de vie sains pour les deux déterminants ciblés (alimentation et activité physique);</p> <p>*Implication au comité Ville en santé;</p> <p>*Promouvoir les histoires à succès de quartiers en santé dans d'autres quartiers de Gatineau et des milieux semi urbains (Thurso et Cantley)</p> <p>* Amorcer un déploiement</p> <p>*Créer d'une clinique de promotion de la santé pour les jeunes, les familles</p> <p>*Créer un programme préventif de détresse reliée aux déterminants revenu et isolement</p>	<p>UQO-GIRESSS, étudiantes en santé</p> <p>UQO</p> <p>Coopératives</p> <p>Centre du silence UQO-GIRESSS ACEF</p> <p>ACEF Fraternité Monde pour le développement UQO-GIRESSS</p>	<p>Jan.2010</p> <p>Fév.2010</p> <p>Avril 2010</p> <p>Automne 2010</p> <p>Création du plan d'organisation mars 2010 Démarrage en janvier 2011</p> <p>Consolidation intersectorielle : mars 2010 Démarrage septembre 2010</p>
4- Développer un programme de dépistage,	Développer à partir du modèle d'auto-gestion de Stanford, des programmes cibles	<p>Ma santé... mes choix!</p> <p>Centre du Silence</p>	Démarrage pour le printemps 2010- durabilité assurée par la

<p>d'éducation et de suivi pour les membres atteints de maladies ou de conditions chroniques et les membres de leurs familles (programme tous âges sur l'autogestion de la maladie chronique, développé par Université de Stanford, Californie, validé depuis 1985, offert par les pairs, supervisé par un professionnel de la santé)</p>		<p>Professeurs et infirmières de l'UQO</p>	<p>création du Carrefour de services du Centre du silence comme point de service de quartiers en santé</p> <p>Quartiers en santé s'ouvre à d'autres catégories d'âges dont les personnes plus âgées ou en perte d'autonomie</p>
<p>5- Créer un centre de référence en santé pour les familles immigrantes</p>	<p>*Offre de consultations et d'enseignement sur le système de santé local, les ressources et les programmes de santé pour les familles immigrantes.</p>	<p>Centre du silence</p>	<p>Démarrage février 2010 en complémentarité aux services actuels pour familles immigrantes mais une analyse des besoins indiquent des lacunes au niveau de la circulation des informations auprès de ces</p>



			familles sur les services et programmes de santé
6- Exercer un leadership local pour la promotion des saines habitudes de vie par la participation citoyenne	<p>*En continuité avec les deux foires santé organisées en aout (Thurso) et octobre 2009 (Cantley), poursuite de l'organisation de foire-santé pour la promotion de saines habitudes de vie</p> <p>*Travailler avec le comité organisateur du festival des Montgolfières pour l'offre graduelle de choix santé en matière de saine alimentation</p> <p>*Travailler avec l'organisation du Gatineau Loppett pour le développement d'un volet jeunesse et de kiosques santé lors des événements</p> <p>*Travailler avec les CLD sur demande</p> <p>*Organiser avec le Grenier du petit sportif la semaine de la prévention de la criminalité et le 10<sup>ième</sup> anniversaire sous des</p>	<p>UQO-GIRESSS Étudiantes infirmières de l'UQO Coopératives de santé Municipalités Écoles Associations diverses de santé nous ayant fourni l'ensemble de la documentation santé pour les deux foires</p> <p>Festival des Montgolfières a sollicité Quartiers en santé en octobre 2009</p> <p>Gatineau Loppett a sollicité Quartier en santé en octobre 2009 Grenier du petit sportif Commanditaires sportifs UQO-GIRESSS CLD des Collines a sollicité quartiers en santé pour une activité auprès d'aînés en octobre 2009 Grenier du petit sportif</p>	<p>Institutionnaliser la pratique de foire santé publique en partenariat avec les divers acteurs de la société travaillant sur divers déterminants de la santé (continu)</p> <p>Contacts en personne lors de la foire santé de Cantley à ce sujet</p> <p>Août 2010</p> <p>Février 2010</p> <p>Novembre 2009</p> <p>Novembre 2010</p>

	thématiques santé à identifier et des projets durables auprès des jeunes		
7- Planifier et évaluer le transfert des pratiques, des expertises et des connaissances	<p>*Développement, à partir des stratégies identifiés tant familiales que communautaires, d'indicateurs d'implantation et d'impact;</p> <p>*Suivi de la mise en œuvre adaptée aux réalités locales;</p> <p>*Diffusion locales et contributions scientifiques (articles et communications) après la compilation et l'analyse des données;</p> <p>*Développement/dépôt d'une demande de subvention au FQRSC pour l'automne 2009;</p>	<p>UQO-Giresss partenaires chercheurs membre de la coalition pour faciliter les processus évaluatifs à la coalition</p> <p>UQO-GIRESSS</p> <p>UQO-GIRESSS CDROL Coopératives de santé</p>	<p>Amorce réalisée été 2009</p> <p>Poursuite de ces éléments selon les objectifs précis et les activités déployées</p> <p>En tout temps</p> <p>Automne 2010 et printemps 2011</p> <p>Demande de fonds déposés pour quartiers en santé sous le thème : Quartiers en santé pour la prévention de l'obésité par la transformation des politiques municipales, le capital social et la participation citoyenne</p> <p>En attente d'une réponse</p>
8- Soutenir le développement durable communautaire et soutenir les infrastructures	<p>*Identification de nouvelles alliances entre les milieux institutionnels, civiques et d'enseignement; dont les organismes d'économie</p>		Automne 2010

locales	sociale qui contribuent au sentiment d'appartenance des membres, à la cohésion sociale et à la santé par les actions sur différents déterminants de la santé		
---------	--	--	--