



0.5.30
COMBINAISON PRÉVENTION

LES PARTENAIRES DE LA RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE SE MOBILISENT AUTOUR DES SAINES HABITUDES DE VIE, DU POIDS ET DE LA SANTÉ



POURQUOI UNE MOBILISATION RÉGIONALE ET LOCALE ?

- | | |
|---|---|
| 1 • Contrer la pandémie d'obésité | 4 • Mobiliser les forces vives du territoire |
| 2 • S'attaquer à la problématique du poids | 5 • Assurer une cohérence dans les messages |
| 3 • Diminuer les maladies chroniques
(cancers, maladies cardiovasculaires, etc.) | 6 • Influencer les politiciens et les décideurs |



MISSION : CONTRIBUER AU MAINTIEN ET À L'AMÉLIORATION DES SAINES HABITUDES DE VIE DE LA POPULATION DE LA RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE

But

Promouvoir la création d'environnements favorables pour soutenir les jeunes et leurs familles dans l'adoption ou le maintien des saines habitudes de vie.

Objectif

D'ici 2012, atteindre une amélioration relative de 10% de la proportion de la population qui adopte et maintient de saines habitudes de vie liées au tabagisme, à la consommation de portions de fruits et légumes et à la pratique régulière d'activités physiques.

Principes directeurs

- | | | |
|--------------------------------|-------------------------|---------------|
| • Implication de la communauté | • Impact sur le terrain | • Pérennité |
| • Efficience | • Équité | • Partenariat |
| • Évaluation continue | | |

Vision

Devenir la région **0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION** par excellence au Québec.



CIBLES ET ACTIONS PRIORITAIRES 2008 - 2009

Cibles : 0•5•30

- 0** : tabac (non-consommation et non-exposition)
- 5** : consommation d'au moins 5 portions de fruits et légumes par jour
- 30** : pratique de 30 minutes minimum d'activités physiques par jour (60 min. pour les jeunes)

Actions prioritaires

- Déplacements actifs et sécuritaires
- Aménagement et animation des aires de jeu municipales, scolaires, communautaires et des CPE
- Offre alimentaire
- Absence de fumée de tabac dans l'environnement
- Formation, évaluation, recherche
- Promotion, action politique, marketing social



DES EXEMPLES DE RÉALISATIONS RÉGIONALES ET LOCALES

- | | |
|--|--|
| • Projet «Mon école, à pied à vélo» | • Campagnes, <i>Chaque Jour, DÉFI SANTÉ 5/30</i> |
| • Journée nationale du sport et de l'activité physique | • Portrait sur l'aménagement et l'animation des cours d'écoles primaires |
| • Retrait de la malbouffe dans les centres sportifs de 50 %
des arrondissements de la Ville de Québec | • Ville de l'Ancienne-Lorette, première ville 0•5•30 dans la région |
| | • Portneuf en forme |

UNE MOBILISATION RÉGIONALE ET LOCALE



BÉNÉFICES POUR LES PARTENAIRES

- Bonification des actions de chacun
- Visibilité médiatique
- Partage d'expertise multisectorielle
- Réseautage
- Concertation et coordination des actions
- Mobilisation des forces vives du territoire
- Informations privilégiées
- Partage d'information
- Ressources complémentaires



SERVICES MIS À LA DISPOSITION DES PARTENAIRES

- Bulletin régional d'information
- Représentations
- Programmes de promotion et de prévention
- Études et évaluations
- Site Internet : www.0-5-30.com
- Activités de masse
- Formations
- Communication et marketing social



LISTE DES PARTENAIRES DE LA MOBILISATION RÉGIONALE ET LOCALE SUR LES SAINES HABITUDES DE VIE, LE POIDS ET LA SANTÉ

- Accès transports viables
- Association régionale du Sport Étudiant Québec/Chaudières-Appalaches
- Centre de recherche en prévention de l'obésité (CRPO)
- Chaire de recherche Merck Frosst/IRSC sur l'obésité de l'Université Laval
- Conseil de l'Agriculture et de l'Agroalimentaire pour le développement de la région de Québec (CAADRQ)
- Centre de santé et de services sociaux de Québec-Nord
- Centre de santé et de services sociaux de la Vieille-Capitale
- Centre de santé et de services sociaux de Portneuf
- Centre de santé et de services sociaux de Charlevoix
- Direction de santé publique de la Capitale-Nationale (DSP)
- Division de Kinésiologie de l'Université Laval
- Forum jeunesse de la région de la Capitale-Nationale
- Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation
- Ministère de l'Éducation, Loisirs et Sports
- Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale
- Ministère de la Famille et des Aînés
- Municipalité de Lac-Beauport
- Pavillon de prévention des maladies cardiovasculaires (PPMC)
- Portneuf en forme
- Québec en Forme
- Services des activités sportives (SAS), Université Laval
- Société de la Piste Jacques-Cartier/Portneuf
- SSQ Groupe Financier
- Unité régionale de loisir et de sport de Québec (URLSQ)
- Ville de l'Ancienne-Lorette
- Ville de Québec
- YWCA



POUR PLUS D'INFORMATION

Contactez Mme Sonia Dugal au 418 666-7000 poste 277, ou à sonia.dugal@ssss.gouv.qc.ca