



Zéro tabagisme

**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Objectifs

D'ici 2012, 99 % des employés fumeurs connaîtront l'existence du centre d'abandon de tabac (CAT).

Résultats du sondage

En décembre 2008, 71 % des fumeurs connaissent l'existence du CAT.

Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
1. Diffusion d'information sur les ressources disponibles : CAT, ligne J'Arrête, site Internet www.jarrete.qc.ca, aides pharmacologiques.	Un affichage par site Un article dans l'Inter Dit par année Quatre messages par an télédiffusés pendant une semaine	Dénombrement affiches, articles, messages	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Matériel gratuit DSP ▪ Téléviseurs en place ▪ Journal l'Inter Dit ▪ Babillards disponibles dans tous les sites 	continu	Infirmière CAT Service des communications	<p><u>Continu</u> :</p> <p>Dépliants disponibles</p> <p><u>À déterminer</u> :</p> <p>Les endroits stratégiques</p>			
2. Informations sur les ressources de cessation tabagique insérées dans la pochette d'accueil de tout nouvel employé	Informations transmises	Nombre de nouveaux employés	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Matériel gratuit DSP ▪ Secrétariat pour les pochettes d'accueil 	continu	Infirmière du CAT DRH Secrétariat				
3. Participation aux campagnes : a) Semaine Québécoise pour un avenir sans tabac	Une affiche par site (CDD-CHM-CLSC-Plaza 300 Sicard) Un message téléphonique et télédiffusé pour une semaine	Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Infirmière du CAT ▪ Babillards disponibles ▪ Téléviseurs en place 	3 ^e semaine de janvier de chaque année	Service des communications Sous-comité Zéro				



Zéro tabagisme

**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
b) Défi « J'arrête, j'y gagne! » : kiosques et inscriptions avec prise de mesure de CO et Pic Flo	Une affiche par secteur Télédiffusion Trois kiosques précampagne (CDD-CHM-CLSC) Nombre de participants au concours interne : 2010 : 10 2011 : 15 2012 : 20	Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Inhalothérapeute ▪ Matériel gratuit DSP ▪ Prix/budget ▪ Équipe «0» + infirmière CAT ▪ Babillards disponibles dans tous les sites 	<u>Promotion de l'activité :</u> Janvier et Février <u>Période du Défi :</u> Du 1 ^{er} mars au 11 avril 2010 2011 2012	Sous-comité Zéro Infirmière du CAT (kiosque) Service des communications	Concours interne et prix à chaque année Inhalothérapeute Budget 0-5-30			
c) Journée mondiale sans tabac	Un article dans l'Inter Dit	Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Infirmière du CAT ▪ Journal l'Inter Dit 	31 mai 2010 2011 2012	Sous-comité Zéro Service des communications	Aucun matériel produit pour cette campagne donc favoriser la créativité			
d) Concours « Pas de boucane dans ma cabane »	Une affiche par site (CDD-CHM-CLSC) Un message sera télédiffusé pendant une semaine Un article dans l'Inter Dit	Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Matériel gratuit DSP ▪ Babillards disponibles ▪ Téléviseurs en place ▪ Journal l'Inter Dit ▪ Infirmière CAT 	Annuel Automne 2010 2011 2012	Sous-comité Zéro Service des communications				
4. Une conférence sur le tabagisme (ex : aider un proche à cesser de fumer, fumée secondaire, etc.)	Une conférence par année 25 participants par année Télédiffusion	Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Infirmière du CAT ▪ Sous-comité Zéro ▪ Agente de communication 	2012	Sous-comité Zéro Infirmière du CAT Service des communications	Conférences : heure de repas Offrir le dîner budget 0-5-30			



Zéro tabagisme

**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Objectifs

D'ici 2012, soutenir les employés en démarche de cessation tabagique.

Résultats du sondage

En décembre 2008, 63 % des fumeurs actuels ont l'intention d'arrêter de fumer d'ici les six prochains mois.

Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
5. Faciliter la participation des employés et leur famille à des ateliers de cessation de fumer.	Sondage pour connaître les heures les plus propices	Vérification	Inf. CAT	Novembre 2010	Sous-comité Zéro	Assurer les liens avec les gestionnaires et les ressources humaines pour libérer le personnel ciblé.			
	Un groupe (8 ateliers) sera offert par année	Dénombrement	Local	2011					
		Dénombrement		2012					
Mettre en place un incitatif pour libérer les participants à des ateliers de cessation de fumer sur l'heure du dîner (banques d'heures)	Banque de 48 heures par année	Nombre d'heures utilisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Budget 0-5-30 ▪ Sondage ▪ Infirmière CAT ▪ Local 	Novembre 2010	Sous-comité Zéro Infirmière du CAT Chefs de services				
	12 participants/année	Dénombrement							2011
				4 heures payées/année pour tout employé qui participe aux 8 ateliers et qui doit être remplacé.					



Zéro tabagisme

CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE PLAN D'ACTION 2009-2012 0·5·30 COMBINAISON PRÉVENTION



Objectifs

Bien connaître les sources d'exposition à la fumée de tabac d'ici 2010.

Résultats du sondage

En décembre 2008, 26 % des répondants déclarent être exposés à la fumée de tabac au travail.

Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
6. Sondage auprès de tous les employés pour mieux documenter le niveau d'exposition et les attentes.	Sondage effectué Compilation des résultats Taux de participation minimal de 27%	Vérification Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Questionnaire à bâtir et à distribuer ▪ Collaboration des gestionnaires et employés ▪ Plan de communication 	Décembre 2009	Sous-comité Zéro Agente de communication	Assurer les liens avec les gestionnaires et les ressources humaines pour libérer le personnel ciblé.			
7. Plan d'action selon les résultats du sondage	À déterminer	À déterminer	À déterminer	Janvier 2010 à Septembre 2012	Sous-comité Zéro				



Zéro tabagisme

**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
8. Concours « Pourquoi je ne fume pas ? »	200 inscriptions au concours	Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Prix ▪ Critères d'admissibilité ▪ Diffusion 	Novembre Décembre 2011	Marylène Boivin Sous-comité Zéro Agente de communication	Prix à déterminer (massage etc.)			
9. Mise en place d'un système de parrainage	<p>Pour promouvoir cette activité, un message sera télédiffusé pendant un mois</p> <p>Sur une base volontaire, 20 employés s'inscriront sur cette liste afin de soutenir un(e) collègue qui désire cesser de fumer</p>	Dénombrement Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Babillards disponibles ▪ Téléviseurs en place 	Automne 2011	Sous-comité Zéro Service des communications	<p>Mettre à jour cette liste annuellement</p> <p>La Direction peut parrainer ses employés sous forme de lettre-type</p>			



Cinq fruits et légumes

**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Objectifs	Encourager le personnel à consommer cinq portions de fruits et légumes par jour. D'ici 2012, 90 % du personnel consommera cinq portions de fruits et légumes par jour.	Résultats du sondage	76 % des employés consomment au moins cinq portions de fruits et légumes par jour.
------------------	---	-----------------------------	--

Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
1. Promotion de fruits et légumes combinée avec recettes santé et thématiques à la cafétéria (CDD-CHM)	Un article dans l'Inter Dit (diffusion d'une recette/mois) Télédiffusion une fois par mois Dégustations (4 fois par année lors des thématiques) 15 personnes (CHM) et 50 personnes (CDD) achèteront un menu spécial lors des thématiques	Vérification Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ \$ photocopies ▪ \$ dégustations ▪ Cartable de communication (DSP Laurentides) ▪ Babillards disponibles ▪ Téléviseurs en place ▪ Journal l'Inter Dit 	À partir de septembre 2009 et en continu jusqu'en décembre 2012 Diffusion recettes (sept. à juin et selon les saisons) Octobre 2011 jusqu'en décembre 2012	Service alimentaire Comité 0-5-30 Service des communications				



Cinq fruits et légumes

**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
<p>2. Promouvoir la campagne du «Défi santé 5/30 » d'Acti menu</p>	<p>Un article dans l'inter Dit Télédiffusion</p> <p>Déposer à chaque site des coupons de participation</p> <p>Une affiche par site</p>	Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Téléviseurs en place ▪ Matériel gratuit DSP ▪ Journal l'Inter Dit ▪ Babillards disponibles 	<p><u>Promotion de l'activité :</u> Janvier et Février</p> <p><u>Période du Défi :</u> Du 1^{er} mars au 11 avril 2010-2011-2012</p>	<p>Service des communications</p> <p>Sous-comité «5»</p>				
<p>3. Politique alimentaire selon le cadre de référence du MSSS.</p> <p>« Miser sur une saine alimentation : une question de qualité »</p>	<p>Une politique sera rédigée, approuvée et communiquée au personnel d'ici mars 2010.</p> <p>Mise en œuvre prévue en oct 2010 à déc. 2012</p>	Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Babillards disponibles ▪ Cadre de référence du MSSS ▪ Modèle d'une politique alimentaire locale pour un virage santé au travail de la DSP des Laurentides (voir cartable des communications) 	<p>Mars 2010</p> <p>Décembre 2012</p>	<p>Comité de direction</p> <p>Service alimentaire</p> <p>Service des communications</p> <p>Comité 0-5-30</p>	<p>Selon MSSS, la mise en œuvre de la politique alimentaire doit se faire, au plus tard, en mars 2012.</p> <p>Ne pas oublier d'y mentionner la bonification de l'offre d'aliments favorables à la santé, lors des réunions du personnel et lorsqu'un service de traiteur est utilisé.</p>			



Cinq fruits et légumes

**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
5. Promouvoir la campagne de sensibilisation « Fruits et légumes en vedette »	1 article dans l'Inter Dit Diffusion de la liste des restaurateurs participant à la campagne	Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Site Internet 0-5-30 (liste des restaurateurs participant à la campagne) 	Août 2010 2011 2012	Sous-comité « 5 » Service des communications				
6. Épluchette de maïs à l'heure du dîner	250 employés participeront à l'activité 1 article dans l'Inter Dit Télédiffusion	Dénombrement Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Babillards disponibles ▪ Budget \$\$\$ ▪ Achat de maïs ▪ Louer brûleur ▪ Chapiteau ▪ Tables et chaises ▪ Téléviseurs en place 	Septembre 2010	Sous-comité « 5 » Service alimentaire Employés Syndicats Service des communications	Lancement du calendrier des activités 0-5-30 de l'an 2 (2010-2011)			
7. Conférence midi	50 employés participeront à l'activité 1 article dans l'Inter Dit Télédiffusion 1 affiche promo par site 1 conférence par an sera offerte à tous les employés	Dénombrement Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Salle ▪ Budget \$ ▪ Conférenciers ▪ Téléviseurs en place 	Janvier 2011	Agente de gestion DRH Comité 0-5-30 Service des communications				



**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
8. Conférence sur la composition d'une boîte à lunch santé et vente de boîtes à lunch santé aux employés	1 article dans l'Inter Dit Télédiffusion Parmi les participants, 20 boîtes à lunch santé seront achetées par les employés à la cafétéria 50 participants assisteront à la conférence	Vérification Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Babillards disponibles ▪ Dépliants ▪ Conférencier (Budget \$) ▪ Salle ▪ Téléviseurs en place ▪ Journal l'Inter Dit 	Septembre 2011	Sous-comité « 5 » Service des communications	Transmettre des idées de recettes			
9. Entente avec les producteurs régionaux pour l'achat de fruits et légumes et vente de boutures de fruits et légumes	Une liste des fermes de la région et des endroits où on peut se procurer des fruits et légumes sera diffusée au personnel Télédiffusion pour promouvoir l'activité 1 article dans l'Inter Dit	Liste disponible	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Entente avec les producteurs régionaux ▪ Téléviseurs en place ▪ Journal l'Inter Dit 	Printemps 2010 2011 2012	Sous-comité « 5 » Service des communications				
10. Création d'un livre de recettes	Un concours sera réalisé auprès des employés afin de recueillir au moins 40 recettes santé 100 livres de recettes seront vendus	Vérification Dénombrement Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Livres de recettes \$ ▪ Traitement de texte et mise en page ▪ Prix de participation \$ 	Hiver 2012	Service des communications Nutritionniste Comité de sélection des recettes Personne disponible pour la mise en page	Facilité du concours Critères d'évaluation de recettes santé seront prédéfinis par le sous-comité «5» Recettes peu coûteuses à réaliser Budget pour la mise en page du livre de recettes			



**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0·5·30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Objectifs

D'ici 2012, 65 % des employés seront considérés comme actifs, donc pratiqueront au moins 30 minutes d'activités physiques par jour, trois à quatre fois par semaine et plus.

Résultats du sondage

56 % des personnes sont considérées comme actives.

Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
1. Sollicitation des employés qui ont des connaissances dans certaines activités physiques pour animer ou organiser des cours	2 personnes ressources seront trouvées Un article dans l'Inter Dit	Dénombrement Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Affiche promo (\$) ▪ Journal l'Inter Dit ▪ Téléviseurs en place 	Automne 2009	Hélène Lalande Sous-comité « 30 » Service des communications	Yoga Lucie Gagnon Marche Nordik			
2. *Achat de podomètres pour distribution au personnel lors d'activités de promotion de la marche	400 podomètres seront achetés et distribués au personnel	Dénombrement des podomètres distribués lors des activités	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Achat de podomètres \$ 	Automne 2009	Andrée Chénier Johane Michaud				
3. *Lancement du plan d'action 0·5·30 par une marche permettant la visite du nouveau CLSC	50 employés participeront 1 article dans l'Inter Dit Télédiffusion	Dénombrement des participants	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Affiche promo (\$) ▪ Journal l'Inter Dit ▪ Téléviseurs en place 	Automne 2009	Andrée Chénier Service des communications	Pommes Bannière 0-5-30 Calendrier des activités 2009-2010			
4. Élaboration de circuits de marche et promotion de la marche par diverses activités	2 différents circuits de marche par site seront réalisés par année (durée des circuits: 20 et 30 minutes)	Dénombrement des circuits de marche	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Impression et plastification des circuits de marche \$ 	Mars 2010	J.Giguère (CHM) S.Charron H.Lalande (CDD et CLSC)				



**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0·5·30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
8. Négociation d'un tarif corporatif avec différents centres de conditionnements physique à proximité	Une entente additionnelle sera signée avec un centre de conditionnement physique et promue auprès du personnel Les ententes déjà signées seront maintenues et promues auprès du personnel Télédiffusion	Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Négociation ▪ Téléviseurs en place 	Hiver 2010	J.Giguère Service des communications DRH				
9. Cours de yoga dans la salle communautaire à CDD sur les heures du midi	10 personnes participeront au cours de yoga Promotion de l'activité selon médias disponibles	Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personne sollicitée ▪ Babillards disponibles ▪ Téléviseurs en place ▪ Journal l'Inter Dit 	Hiver 2010	H.Lalande Service des communications				
10. Promotion de l'utilisation des escaliers	1 affiche sera installée à proximité des ascenseurs et des escaliers 1 article par an sera écrit dans l'Inter Dit sur les bienfaits de l'utilisation des escaliers Télédiffusion	Dénombrement des affiches Dénombrement des articles	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Affiches promotionnelles disponibles auprès de Kino-Québec ▪ Journal l'Inter Dit ▪ Téléviseurs en place 	Hiver 2010 Hiver 2010 2011 2012	H.Lalande J.Legault A.Gibeau, Kinésiologue Service des communications				



**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
11. Établissement du nombre de pas fait par les employés au travail	3 personnes minimum de professions différentes participeront à l'activité par site	Nombre de pas établis par titre d'emploi	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Distribution des podomètres par les chefs de service à certains employés ▪ Diffusion des résultats dans les différents médiums disponibles 	Hiver 2010	J.Giguère Service des communications				
12. Vérification et installation de supports à vélo dans les différents sites qui répondent aux besoins des employés (CDD et CLSC)	1 support à vélo sera installé par site (si nécessaire) Les supports à vélo répondront aux critères de qualité prédéfinis par l'équipe 0•5•30	Vérification Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Budget (\$) ▪ Service des installations matérielles 	Printemps 2010 2011	S.Charron	Vérification de l'installation, de la qualité et du degré d'utilisation des supports à vélo.			
13. *Embellissement des cages d'escaliers	1 cage d'escaliers par site sera embellie chaque année (Ex. : peinture murale)	Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Budget (\$) 	Hiver 2011	J.Giguère				
14. Mise sur pied de point de départ de marche avec heures fixes et circuits de marche dans les différents sites du CSSS	1 poteau sera installé par site Des copies des circuits seront disponibles à l'accueil de chaque site	Vérification de la mise en place des poteaux par site et de la disponibilité des circuits	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Budget (\$) ▪ Service des installations matérielles 	Printemps 2011	H.Lalande S.Charron J.Giguère				



**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0·5·30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
15. Cours de Cardio Plein-air Sur le site extérieur des établissements (si atelier découverte est populaire)	12 personnes participeront à l'activité par site 1 cours par semaine sera offert (durée : 12 semaines) Promotion via médias disponibles	Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Coût payé par l'employé ▪ Professeur de Cardio Plein-Air ▪ Babillards disponibles ▪ Téléviseurs en place ▪ Journal l'Inter Dit 	Printemps 2011 Printemps 2012 (selon la demande)	J.Giguère				
16. Lancement d'un agenda sportif : Élaboration et distribution de l'agenda sportif lors des différentes activités promotionnelles (avec circuits de marche, cartes d'étirement et d'échauffement intégrés)	1 agenda sportif sera créé 400 agendas seront vendus au personnel	Vérification Dénombrement des agendas vendus	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Budget (\$) ▪ Élaboration à partir d'agendas déjà établis 	Printemps 2010	J.Legault A.Gibeau, Kinésiologue				



**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0·5·30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
17. Participation à l'activité « Petit pied va loin »	200 employés participeront à l'activité 200 podomètres seront distribués 1 article sera écrit dans l'Inter Dit Télédiffusion	Dénombrement Dénombrement Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Téléviseurs en place ▪ Journal l'Inter Dit 	Automne 2011	J.Giguère A.Gibeau, Kinésologue Sous-comité « 30 » Service des communications				
18. Participation au Défi Everest (équivalence en étages d'escaliers)	100 employés participeront 1 affiche différente sera installée à proximité des cages d'escaliers chaque semaine x 7 semaines Message télédiffusé pour la promotion de l'activité et pour motiver et informer les participants de leur progression	Dénombrement des participants Vérification Dénombrement Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Affiches promotionnelles ▪ Promotion et diffusion des résultats (Journal l'Inter Dit) ▪ Téléviseurs en place ▪ Tirage de prix (\$) ▪ Babillards disponibles 	Hiver 2012	J.Giguère J.Legault A.Gibeau, Kinésologue Sous-comité « 30 » Service des communications				
19. Cahier spécial : vente ou échange d'articles sportifs et de plein air	Production du cahier Par les médias disponibles, solliciter la participation du personnel pour offrir matériel sportif	Dénombrement	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tps secrétariat 	Printemps 2012	S.Charron Service des communications				



**CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION**



Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
20. Faire la promotion de la campagne « Plaisirs d'hiver » de Kino-Québec en diffusant les activités tenues dans les différentes installations hivernales des Laurentides	Diffusion de la liste des partenaires impliqués qui organiseront des activités dans le cadre de cette campagne 1 affiche promotionnelle sera installée par site 1 article paraîtra dans l'Inter Dit	Vérification Vérification Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Babillards disponibles ▪ Matériel gratuit DSP ▪ Site Internet www.0-5-30.com ▪ Journal l'Inter Dit 	Janvier à mars de chaque année	Sous-comité « 30 » Service des communications				
21. Participation à la journée nationale du sport et de l'activité physique de Kino-Québec	Télédiffusion 1 article dans l'Inter Dit 1 affiche par site	Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Matériel gratuit DSP ▪ Babillards disponibles ▪ Téléviseurs en place 	1 ^{er} jeudi du mois de mai 2010 2011 2012	Sous-comité « 30 » Service des communications				
22. Faire la promotion de la campagne annuelle de Kino-Québec, le « Rendez-vous d'automne »	1 affiche par site 1 article dans l'Inter Dit Dépliants/coupons de participation seront disponibles à chaque site à des endroits stratégiques Télédiffusion	Dénombrement Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Matériel gratuit DSP ▪ Babillards disponibles ▪ Téléviseurs en place ▪ Journal l'Inter Dit ▪ A. Gibeau, kinésologue 	Chaque année en octobre	Sous-comité « 30 » Service des communications	Les endroits stratégiques, selon les us et coutumes des sites			



Zéro tabagisme



Cinq fruits et légumes



Trente minutes d'activités physiques



CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION

Objectifs

D'ici 2012, 100 % des employés sauront que l'organisation déploie le programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION.

Résultats du sondage

Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
1. Rencontres avec comité dédié à la mise en œuvre du programme 0•5•30	8 rencontres seront tenues par année (totalisant 10 h) 7 membres syndiqués = 70 h et Sous-comité adhoc pour la mise en place des activités = 60 h	Dénombrement des rencontres	▪ Calendrier des activités		A.Chénier				
2. Plan de communication	1 plan de communication sera rédigé et approuvé par le comité de communication d'ici le mois de décembre 2009	Vérification		Avant décembre 2009	Comité de communication Comité 0•5•30				



Zéro tabagisme



Cinq fruits et légumes



Trente minutes d'activités physiques



CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
 PLAN D'ACTION 2009-2012
 0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION

Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
3. Implication et participation du comité 0•5•30 à tous les événements déjà existants dans le milieu de travail : journée reconnaissance, comité social, party de Noël, etc.)	Chaque événement sera une occasion pour le comité 0•5•30 de se faire connaître par le personnel (présentation du comité, promotion des projets 0•5•30, tirage relié aux saines habitudes de vie, etc.)	Vérification		continu	Comité 0•5•30				
4. *Aménagement d'un babillard 0•5•30 par site	1 babillard 0-5-30 sera installé par site Chaque mois, les informations seront mises à jour	Vérification Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Budget (\$\$) ▪ Babillards 0•5•30 ▪ Service des installations matérielles ▪ Information à diffuser 	Octobre Novembre 2009	Service des communications Comité 0•5•30	Choisir un emplacement où il y a le plus d'achalandage			
5. Mettre en place un calendrier des activités 0•5•30	Chaque année, un calendrier sera produit et diffusé auprès du personnel et de la direction générale Un article dans l'Inter Dit Copies disponibles à l'accueil de chaque site	Vérification Vérification	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Plan d'action détaillé ▪ Journal l'Inter Dit 	Octobre 2009 2010 2011	Service des communications				



Zéro tabagisme



Cinq fruits et légumes



Trente minutes d'activités physiques



0-5-30

CSSS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
PLAN D'ACTION 2009-2012
0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION

Activités	Critère de succès de l'activité	Mesure de l'atteinte du critère de succès de l'activité	Ressources nécessaires	Échéance	Responsable(s)	Commentaires	Atteinte du critère de succès de l'activité		Commentaires
							Oui	Non	
6. Information du programme insérée dans le feuillet d'accueil pour les nouveaux employés	Chaque nouvel employé aura, dès son embauche, de l'information sur le programme 0-5-30 et sur les travaux du comité 0-5-30 (calendrier des activités)	Vérification	<ul style="list-style-type: none"> Dépliant promotionnel 0-5-30 Calendrier des activités 0-5-30 	Septembre 2009	RH Comité 0-5-30				
7. *Activité de lancement du programme 0-5-30 auprès du personnel	Lancement du programme 0-5-30 Kiosque Portes ouvertes Lancement du calendrier d'activités annuellement	Vérification	<ul style="list-style-type: none"> Plan d'action triennal 	13-14 Oct 2009 Octobre An 1 : 2009 An 2 : 2010 An 3 : 2011	Comité 0-5-30 Direction générale Service des communications				
8. Bilan des activités auprès de la direction	Un bilan des activités sera diffusé une fois par année	Vérification de la diffusion du bilan		Septembre 2010 2011 2012	Comité 0-5-30 Service des communications	Vérification de l'atteinte des critères de succès des activités inscrites dans le plan d'action			
9. Une section 0-5-30 sera créée dans le journal l'Inter Dit	Une section réservée dans le journal l'Inter Dit	Vérification		Septembre 2009	Service des communications				