# INVESTIR POUR L'AVENIR

**Bulletin national d'information**
Février 2014

VOL. 6, NO. 1

THÈME DE CE NUMÉRO :

**FAMILLE ET PETITE ENFANCE**

## TABLE DES MATIÈRES


- Dossier de fond 3
- Entrevue 4
- En manchette 6
- Pleins feux sur les régions 10
- Le coin lecture 13
- La boîte à outils 14
- Un regard sur la littérature scientifique 16
- Nouvelles internationales 19
- Chapeau 22

Le 20 novembre dernier avait lieu la Journée internationale des droits de l'enfant, journée spéciale établie par l'Organisation des Nations unies pour attirer l'attention sur un enjeu important : le bien-être des enfants du monde entier[1] ! « Rien n'est plus important que de bâtir un monde dans lequel tous nos enfants auront la possibilité de réaliser pleinement leur potentiel et de grandir en bonne santé, dans la paix et dans la dignité[2] », déclarait Kofi A. Annan, secrétaire général de l'Organisation des Nations unies, il y a quelques années.

Pour rendre réelles ces possibilités, la société doit créer les conditions sociales, économiques et culturelles afin que tous les enfants puissent y accéder[2]. Parmi ces conditions, les saines habitudes de vie (saine alimentation, pratique d'activité physique et perception saine de son image corporelle) auront des impacts positifs sur le développement de l'enfant, et ce, dès la petite enfance. De multiples acteurs de la société peuvent contribuer à créer des environnements favorables aux saines habitudes de vie pour les enfants et leur famille : les professionnels qui interviennent auprès des clientèles en périnatalité et petite enfance, les services de garde éducatifs à l'enfance, le système scolaire, les municipalités et, bien sûr, les parents !

Le présent numéro du bulletin *Investir pour l'avenir* est une occasion de réfléchir et invite à l'action pour donner aux enfants et à leur famille de meilleures conditions de grandir en santé et de se développer. Les articles montrent que plusieurs acteurs de la société s'y intéressent et y contribuent, que ce soit par le déploiement de différentes initiatives à l'échelle locale, régionale ou nationale ou bien par la publication de résultats de recherches, de prises de positions d'organismes internationaux ou de pratiques préventives chez les professionnels. De quoi inspirer !

Bonne lecture !

1. HUMANIUM (2011), *Journée mondiale de l'enfance*, [En ligne], mis à jour le 10 novembre, [**www.humanium.org/fr/journee-mondiale-enfance/**].
2. VIVE LA VIE ! , *Journée internationale des droits de l'enfant*, [En ligne], [**www.journee-mondiale.com/98/journee-internationale-des-droits-de-l-enfant.htm**].

Québec

# LES RÉSULTATS DU SONDAGE D'APPRÉCIATION DU BULLETIN NATIONAL D'INFORMATION, DES RETOMBÉES SUR LE PRÉSENT NUMÉRO ET LES NUMÉROS À VENIR

Au mois de juin dernier, dans un souci de bien répondre aux besoins de notre lectorat, nous vous avons invités à vous prononcer sur le bulletin national d'information *Investir pour l'avenir*. Vous avez été nombreux à répondre à notre invitation (108 répondants), et nous vous en remercions. De façon générale, vous êtes satisfaits du bulletin ! Néanmoins, pour refléter les commentaires, diverses modifications ont été apportées au bulletin.

Selon les résultats obtenus, près de 98 % des répondants jugent le bulletin pertinent, ce qui constitue une augmentation par rapport au résultat de 2010, qui était de 95 %. La fréquence de parution, soit 4 numéros par année, a été jugée satisfaisante par 85 % des répondants. Relativement au format, que ce soit le graphisme, la mise en page, la clarté, le contenu en général et le niveau de langage, le degré de satisfaction demeure très élevé, soit entre 90 et 95 %. Le nombre de pages du bulletin est jugé satisfaisant par 67 % des lecteurs sondés. Cependant, 18 % trouvent que les articles sont trop longs, et plusieurs lecteurs aimeraient que l'information soit davantage résumée dans le bulletin parce qu'ils n'ont pas le temps de tout lire. Par ailleurs, certaines rubriques sont moins appréciées (< 75 % de satisfaction).

Le comité éditorial du bulletin a pris en compte les commentaires des lecteurs. Afin de miser sur ce qui est le plus apprécié, les sections *Formation*, *Glossaire* et *Courrier du lecteur* ont disparu. En ce qui concerne le mot du comité éditorial, qui était aussi moins lu, il sera remplacé par une page d'introduction qui donnera un aperçu du numéro pour mettre le lecteur en appétit !

Source : ***Sylvie Morency***, ministère de la Santé et des Services sociaux

# DOSSIER DE FOND

## LES CONDITIONS FAVORABLES AU DÉVELOPPEMENT DES SAINES HABITUDES DE VIE DES TOUT-PETITS POUR UN BON DÉPART DANS LA VIE

**La petite enfance est une période cruciale, voire critique, qui mérite une attention toute particulière. Elle se caractérise chez l'enfant par un développement rapide sur les plans physique, cognitif et socioaffectif. Les expériences vécues en bas âge ont bien souvent des répercussions jusqu'à l'âge adulte.**

**Le développement global et la santé de l'enfant sont influencés positivement par le fait de bouger régulièrement et d'adopter de saines habitudes alimentaires. Plusieurs experts s'entendent pour dire que plus tôt sont acquises ces deux habitudes de vie, plus grands et durables en seront les bénéfices.**

### BOUGER AU QUOTIDIEN

Les spécialistes du développement de l'enfant reconnaissent toute l'importance de veiller très tôt au développement moteur et à la pratique régulière d'activités physiques diversifiées, qui sont deux déterminants cruciaux du développement global de l'enfant (bienfaits sur les dimensions physique, sociale, affective, cognitive et langagière) ainsi que de sa réussite éducative (attention et concentration, qui sont nécessaires à l'apprentissage de la lecture, de l'écriture et des mathématiques). Les enfants qui acquièrent des habiletés motrices variées deviennent également plus compétents et plus confiants en leurs capacités physiques. Ils éprouvent davantage de plaisir et d'intérêt à bouger. Ils sont généralement plus enclins à prendre part régulièrement à des activités physiques et sportives, et, par ricochet, ils sont susceptibles de poursuivre sur cette voie pendant l'adolescence et à l'âge adulte.

Bien que la majorité des gens croie que les tout-petits sont actifs, force est de constater qu'ils sont souvent confinés à des encadrements structurés, presque « sursécurisés », qui favorisent les comportements sédentaires plutôt que de répondre à leur besoin inné et spontané de bouger.

Créer les conditions favorables, c'est faire de nos milieux de vie (famille, services de garde éducatifs à l'enfance, école, etc.) des milieux qui permettent quotidiennement aux enfants de bouger, d'expérimenter et de jouer dehors. Ce sont des milieux de vie qui encouragent le jeu actif, proposent des défis à leur portée et limitent au besoin le temps sédentaire. Des milieux de vie qui leur permettent de se dépenser pour mieux « s'énergiser », grandir et se développer en santé.

### MANGER SAINEMENT AU QUOTIDIEN

Les spécialistes reconnaissent que c'est durant la petite enfance que les comportements alimentaires se construisent. Les expériences vécues par les tout-petits peuvent avoir des conséquences durables sur leurs habitudes et préférences alimentaires à long terme. À ce titre, des modifications du comportement alimentaire et des habitudes de vie réalisées en bas âge apporteront des bénéfices considérables sur leur santé à l'âge adulte[3]. On sait, par ailleurs, que l'exposition à une variété d'aliments ainsi que la disponibilité et l'accessibilité de ceux-ci jouent un rôle majeur dans le développement des habitudes alimentaires.

Comme les parents, les intervenants du milieu de la petite enfance, incluant les responsables de l'offre alimentaire, ont un rôle de modèle à jouer et ont la responsabilité de veiller à ce que les repas deviennent pour les enfants des occasions quotidiennes d'apprentissage. Des occasions qui invitent les enfants à la découverte sensorielle d'une variété d'aliments sains et qui respectent notamment leurs signaux de faim et de satiété. À cet égard, la qualification des intervenants est un incontournable afin de baliser la qualité des messages transmis et de favoriser des contextes de repas conviviaux, le développement d'une image corporelle saine et le respect des différents schémas corporels.

Créer des conditions favorables pour une saine alimentation :

- C'est faire de nos milieux de vie des milieux qui permettent quotidiennement aux enfants d'expérimenter l'éveil au goût, aux sens et d'explorer la saine alimentation sous l'angle du plaisir et de la découverte.
- C'est créer des milieux de vie qui offrent de façon durable des choix alimentaires sains, c'est-à-dire des repas et des collations de bonne valeur nutritive dans un contexte de repas convivial et agréable.

Bref, pour cultiver le plaisir de manger, l'enfant a besoin de stimuli externes positifs, de modèles et d'un climat social lui permettant de manger en toute quiétude en respectant ses goûts et son appétit.

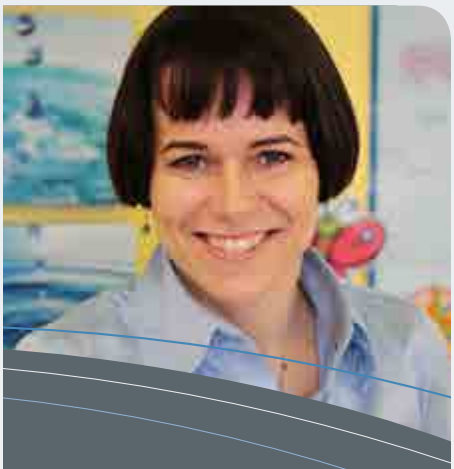
En conclusion, il faut se rappeler que les expériences précoces préparent le terrain pour les saines habitudes de vie plus tard dans l'enfance et à l'âge adulte. Des environnements favorables dès cet âge sont donc essentiels au développement de tous les enfants, incluant les milieux qui accueillent les tout-petits provenant de familles défavorisées financièrement et socialement.

Tous les acteurs de la petite enfance et leurs partenaires de soutien (réseau de la santé, notamment) ont un rôle à jouer dans le changement de pratique et l'augmentation de la capacité d'agir des milieux de garde. Les milieux engagés offrant des mesures concrètes, régulières et intégrées seront un modèle pour l'ensemble des milieux de la petite enfance.

Source : ***Carole Gulglielmo***, Québec en Forme et ***Steeve Ager***, ministère de la Santé et des Services sociaux

3. B. BÉDARD et autres (2005), « Conclusion générale », dans H. Desrosiers (sous la dir. de), *Enquête de nutrition auprès des enfants québécois de 4 ans*, Institut de la statistique du Québec, p. 127-139.

# ENTREVUE



**Caroline Bouchard est professeure-chercheuse en éducation préscolaire à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval et psychologue du développement de l'enfant en contextes éducatifs. Elle est titulaire d'un doctorat en psychologie de l'Université Laval ainsi que d'un postdoctorat en orthophonie de l'Hôpital Sainte-Justine, affilié à l'Université de Montréal. Elle s'intéresse au développement global de l'enfant (de 0 à 6 ans) dans les contextes éducatifs du service de garde (CPE, service de garde en milieu familial, etc.) et de la maternelle. Elle a publié deux ouvrages sur la question dans un souci constant d'allier recherche avec pratique. De même, ses travaux s'inscrivent dans une vision unifiée et intégrée de l'éducation à la petite enfance, comme l'ont proposé l'OCDE et l'UNESCO. Dans cette optique, elle étudie également les pratiques de l'éducatrice en service de garde et celles de l'enseignante en maternelle, susceptibles de mieux soutenir les apprentissages des enfants, voire leur réussite éducative. De manière plus précise, ses recherches portent sur la prosocialité (partager, coopérer, etc.) et le langage chez les jeunes enfants.**

## LE BIEN-ÊTRE ET LE DÉVELOPPEMENT DES ENFANTS : LA NÉCESSITÉ D'UNE APPROCHE GLOBALE ET INTÉGRÉE DANS LA THÉORIE COMME DANS LA PRATIQUE

### Questions adressées à M^me^ Bouchard

**Q1. Comment définissez-vous le bien-être et le développement global des enfants ?**

**R.** Le développement global de l'enfant se définit comme le développement simultané, intégré, graduel et continu de toutes les dimensions qui le composent (physique, neurologique, moteur et psychomoteur, affectif, social, cognitif et langagier), dans ses différents milieux de vie. À l'image d'un casse-tête dont les différentes pièces s'intègrent les unes dans les autres pour former un tout, la compréhension du développement de l'enfant devrait toujours se circonscrire dans le cadre de la globalité, où les différentes dimensions s'interinfluencent constamment. À cet effet, il est possible de situer le développement global de l'enfant dans une perspective encore plus large, soit la santé développementale, qui englobe l'influence des institutions et des structures qui entourent l'enfant et sa famille. Actuellement, la question du bien-être des enfants est à l'ordre du jour des décideurs à travers le monde. Grâce à la Convention relative aux droits de l'enfant, adoptée par l'ONU, l'OCDE a choisi de se pencher sur la mesure du bien-être des enfants dans 30 pays (dont le Canada), pour le mesurer et recommander des pistes d'action, afin que les États améliorent progressivement les programmes destinés aux enfants et à leur famille. Les dimensions considérées pour y mesurer le bien-être des enfants incluent le bien-être matériel, le logement et l'environnement, l'éducation, la santé et la sécurité, les comportements à risque et la qualité de la vie scolaire. Le Canada, se situant près de la moyenne de l'OCDE, se démarque pour le bien-être éducationnel, mais est plus faible pour la santé et la sécurité.

**Q2. Depuis les 15-20 dernières années, a-t-on observé des changements dans le développement global des enfants et leur bien-être ?**

**R.** Il est important de suivre de manière continue l'état de santé et de développement des enfants afin de situer le Québec et de mieux répondre aux besoins des enfants et de leur famille. D'ailleurs, il existe peu de données à ce sujet. Toutefois, l'Institut de la statistique du Québec a récemment publié l'*Enquête québécoise sur le développement des enfants à la maternelle 2012*, qui présente des données issues des perceptions de près de 4 000 enseignantes et enseignants de la maternelle 5 ans en 2011-2012. On y apprend, entre autres, qu'au Québec, un enfant à la maternelle sur quatre présente une vulnérabilité dans au moins un des cinq domaines de développement (santé physique et bien-être, compétences sociales, maturité affective, développement cognitif et langagier, habiletés de communication et connaissances générales). De plus, les résultats de l'enquête montrent que la fréquentation d'un service de garde exerce un effet protecteur sur la proportion d'enfants jugée vulnérable dans les domaines ciblés. Par ailleurs, des avancées spectaculaires ont été accomplies dans l'accumulation des connaissances sur le développement des enfants et dans la compréhension de ce qui peut l'influencer. Ces nouvelles connaissances permettent de déterminer les sphères sur lesquelles agir auprès des enfants et de leur famille, et d'investir au bon moment.

*Entrevue en page suivante »*

**Q3. Globalement, comment voyez-vous les rôles respectifs de la famille et de l'environnement (voisinage, collectivité, services de garde, prématernelle ou société dans son ensemble) dans leur contribution au développement et au bien-être des enfants ?**

**R.** La famille a un rôle de premier plan dans le développement de l'enfant, qui est combiné avec les influences de l'environnement (notamment, les politiques et services). On connaît bien l'adage selon lequel il faut un village pour éduquer un enfant ! En ce sens, une approche centrée sur la famille, qui mise sur les forces et le potentiel de celle-ci, est très importante et porteuse pour l'aider à jouer son rôle dans le développement et le bien-être de l'enfant. Il s'agit d'accompagner les parents dans l'éducation de leur enfant, sans jugement et en reconnaissant leur pouvoir d'agir.

## Questions adressées à M^me^ Bigras

**Q4. Quel est votre point de vue sur la place des saines habitudes de vie (saine alimentation, mode de vie physiquement actif et saine perception de l'image corporelle) en tant que déterminant du développement et du bien-être des enfants ?**

R. C'est absolument déterminant, il est prouvé que les enfants qui développent de saines habitudes tôt dans leur vie vont les maintenir plus tard ou, à tout le moins, seront plus aptes à les développer. Les saines habitudes de vie auront des répercussions dans le développement de l'enfant. Par exemple, les enfants pratiquant des activités motrices tôt dans la vie seront plus susceptibles de développer des habiletés fondamentales qui les préparent à pratiquer certains sports et activités plus complexes pendant l'enfance. Il semble aussi que la pratique d'activités physiques et motrices permettrait la création de connexions neuronales qui soutiennent diverses fonctions cognitives et contribuent à la réussite scolaire ultérieure. D'ailleurs, l'acquisition de saines habitudes de vie fait partie de la mission des services de garde éducatifs. Cependant, dans ces milieux, comme dans la société en général, des obstacles sont présents. En outre, les éducatrices n'ont pas toujours toutes les connaissances suffisantes pour soutenir de saines habitudes de vie. On note toutefois un accroissement de la sensibilisation au jeu actif et à la saine alimentation dans les milieux de garde. Malgré cela, on doit s'assurer que les facteurs associés à ces changements de pratique sont connus, ce qui est assez nouveau encore dans le milieu de la petite enfance et les maisons d'enseignement. Des membres de notre équipe de recherche tiendront d'ailleurs un colloque à l'ACFAS intitulé : Santé et petite enfance, comment soutenir les saines habitudes de vie en contextes éducatifs ?, les 13 et 14 mai 2014.

**Q5. Croyez-vous que la société actuelle offre un environnement favorable au bien-être et au développement des enfants ? Si non, quels défis reste-t-il à surmonter par la société québécoise pour y arriver ?**

R. Oui, en général, la grande majorité des enfants au Québec se développe bien, sauf certains sous-groupes de la population qui font face à des défis particuliers : les enfants handicapés, les enfants moins nantis financièrement et socialement ainsi que les enfants autochtones. Beaucoup d'enfants de ces groupes passent encore malheureusement entre les mailles d'un certain filet de sécurité, et on note plus tard des taux de décrochage très élevés dans ces populations, parce qu'on n'a pas ciblé et soutenu suffisamment ces jeunes durant la petite enfance. Il faut réfléchir aux moyens à prendre pour mieux les aider tôt dans la vie, par l'entremise d'une approche globale centrée sur la famille. Les différents acteurs qui travaillent en éducation et en services de santé et services sociaux, de même que tous ceux fournissant des services aux familles, sont invités à prendre en compte ces réalités pour les intégrer dans leurs pratiques et à le faire dans une perspective de concertation intersectorielle, afin de répondre aux besoins des jeunes enfants et leur famille.

Pour de plus amples détails, consultez la note documentaire de l'Institut national de santé publique du Québec au **www.ccnpps.ca/102/publications.ccnpps?id_article=743** de même que le rapport de l'OCDE au **www.oecd.org/fr/social/famille/assurerlebien-etredesenfants.htm#se_procurer_cette_publication**.

Voir aussi le site de l'ACFAS :
**http://www.acfas.ca/evenements/congres/programme_preliminaire/82/500/521/C**

Source : Entrevue réalisée par ***Sylvie Morency***, ministère de la Santé et des Services sociaux

**Nathalie Bigras est professeure titulaire au Département de didactique et professeure externe au Département de psychologie de l'UQAM. Elle est aussi professeure associée au Département de psychologie de l'Université de Sherbrooke. Titulaire d'un doctorat en psychologie, spécialisée dans le développement des nourrissons qui fréquentent les services de garde, elle dirige depuis 2009 l'équipe de recherche Qualité éducative des services de garde et petite enfance, financée par le Fonds québécois de recherche sur la société et la culture. La mission de cette équipe est de définir la qualité éducative, les déterminants et les effets de la qualité sur le développement de l'enfant. Auparavant, Nathalie Bigras a aussi participé à d'importantes études sur la qualité des services de garde au Canada et au Québec. Ses recherches portent exclusivement sur l'étude du contexte éducatif des services de garde éducatifs à l'enfance. Elle mène des études sur la qualité de ces services, les moyens à prendre pour soutenir la hausse des niveaux de la qualité, le développement des enfants dans les services de garde et l'accès aux services de garde par les familles démunies. Elle dirige en petite enfance plusieurs étudiants diplômés en éducation ou en psychologie et est régulièrement consultée comme experte par des instances locales, provinciales et même européennes.**

# EN MANCHETTE

## LE PROJET 1 000 JOURS POUR SAVOURER LA VIE

**Une nutrition inappropriée tôt dans la vie de l'enfant est associée à davantage de maladies et à des troubles du développement affectif et intellectuel, en plus de prédisposer à l'obésité. Depuis 1991, la Fondation OLO contribue à la santé des bébés à naître en offrant gratuitement des suppléments alimentaires (œuf, lait, orange) aux femmes enceintes issues de milieux défavorisés. Lors d'une consultation nationale en 2011-2012 auprès de ses partenaires du réseau, c'est-à-dire les intervenantes en périnatalité des CSSS (nutritionnistes et infirmières), la Fondation a pris connaissance que ces dernières souhaitaient être mieux outillées pour accompagner les parents dans l'acquisition de saines habitudes alimentaires.**

De cette consultation et d'un rigoureux travail de courtage de connaissances est né le projet 1000 jours pour savourer la vie, dont l'objectif est d'amener les familles, spécialement celles vivant en contexte de vulnérabilité, à adopter de saines habitudes alimentaires au cours des 1000 jours couvrant la grossesse et les deux premières années de vie de l'enfant. Le projet, réalisé sur une période de cinq ans (du 1er avril 2013 au 31 mars 2018) bénéficie, entre autres, de l'appui financier des organismes Avenir d'enfants et Québec en Forme.

L'approche OLO élargie, qui combinera l'intervention nutritionnelle avec l'accompagnement des parents dans l'acquisition de comportements alimentaires sains, continuera d'être développée avec un souci constant d'équilibre entre les connaissances et innovations des experts ainsi que l'expérience des intervenantes et leur connaissance du terrain. La Fondation tient à arrimer son projet aux autres initiatives en périnatalité, et à intégrer l'approche OLO élargie aux interventions déjà effectuées par le réseau de la santé et des services sociaux, en augmentant la boîte à outils des intervenantes et en explorant des pistes de collaboration entre le réseau de la santé et le milieu communautaire.

Source : ***Mélissa Kucbel-Saumier***, Fondation OLO, pour naître en santé

## PARUTION DU CADRE DE RÉFÉRENCE
## GAZELLE ET POTIRON

**Agile et actif comme une gazelle, bon et nutritif comme un potiron, ce sont là deux images permettant d'illustrer le but poursuivi par le *Cadre de référence pour des environnements favorables à la saine alimentation, au jeu actif et au développement moteur en services de garde éducatifs à l'enfance*.**

Ce cadre de référence vise à favoriser le développement global des enfants de 0-5 ans par la saine alimentation, le jeu actif et le développement moteur à travers 12 orientations. Ces orientations ont pour but de permettre aux tout-petits de bouger quotidiennement à l'intérieur comme à l'extérieur, de faire des jeux où ils seront physiquement actifs et de vivre des expériences diversifiées et plaisantes qui respectent leur stade de développement. Ces orientations visent également l'offre de repas et de collations de qualité nutritive élevée, l'éveil au goût par la découverte de nouveaux aliments ainsi que la planification de contextes agréables de repas.

L'ensemble des acteurs visés dans les services de garde sont interpellés par ce cadre de référence. Gestionnaires, personnel éducateur, responsables alimentaires, tous seront conviés à entreprendre une démarche de révision de leur programme éducatif, à participer aux formations offertes en matière de saine alimentation, de jeu actif et de développement moteur ou encore à utiliser des stratégies éducatives favorables à l'éveil au goût et à l'exploration de divers mouvements.

La volonté de changement des services de garde éducatifs, avec le soutien de différents partenaires, permettra aux tout-petits québécois de se développer dans un environnement qui leur donnera les meilleures conditions d'accès à une saine alimentation et qui leur permettra de jouer activement et de développer leur motricité.

Pour plus de détails à ce sujet, visitez le site Internet du ministère de la Famille au **www.mfa.gouv.qc.ca**.

Source : ***Véronique Martin***, ministère de la Famille

# L'ÉDUCATION SENSORIELLE AU GOÛT :
## POUR ENCHANTER L'ALIMENTATION DES ENFANTS !

**L'éducation sensorielle au goût, développée en France par Jacques Puisais il y a une quarantaine d'années, est fondée sur une approche expérientielle de l'alimentation par les cinq sens. Cette approche vise à développer chez l'enfant une relation de plaisir et d'ouverture avec son alimentation. Comme le rapport de l'enfant avec les aliments est d'abord sensoriel, l'éducation sensorielle au goût est accessible et signifiante dès le plus jeune âge.**

L'organisme national Jeunes pousses œuvre depuis 2006 à la promotion des saines habitudes alimentaires auprès des jeunes dans leurs milieux de vie. Il propose toute l'année des séries d'ateliers du goût à l'intention des parents et enfants, des classes et des camps de jour ainsi que des interventions ponctuelles dans les CPE et les milieux communautaires de l'Estrie. L'été, *La Caravane du goût* se promène dans plusieurs événements et festivals du Québec pour sensibiliser les familles avec *Les Ateliers du goût*. Au cours de ces ateliers, l'enfant est guidé dans l'exploration des aliments à l'aide de ses sens. Ces ateliers sont des « outils d'aventurier du goût » très précieux qui l'aident à choisir et à apprécier les aliments qu'il préfère, ou encore à expliquer pourquoi il n'aime pas certains aliments ! Des personnages costumés et colorés l'invitent à décrire les caractéristiques des aliments avant et pendant la dégustation, favorisant ainsi le partage des ressentis, l'expression et l'acquisition de vocabulaire chez l'enfant.

Grâce à leur approche ludique et enjouée, les animateurs-personnages éveillent la curiosité pour la diversité des aliments; ils permettent ainsi d'atténuer la peur naturelle de goûter des aliments nouveaux (néophobie) que les enfants vivent de manière intense entre trois et sept ans. Ils abordent également la notion d'origine des aliments, en proposant aux enfants de découvrir et de transformer eux-mêmes une variété de produits régionaux de saison !

### TRANSFERT D'EXPERTISE

Depuis 2013, Jeunes pousses travaille à l'élaboration d'une formation visant un transfert d'expertise pour tous les intervenants voulant s'approprier cette démarche originale d'éducation à l'alimentation. Si vous êtes intéressé à implanter une intervention directe dans votre milieu (en Estrie) ou à suivre une formation (à travers le Québec), communiquez par courriel avec la coordonnatrice Geneviève La Roche : **genevieve.laroche@jeunespousses.ca**.

Source : ***Martine David***, Jeunes pousses

Smoothie aux petits fruits des champs fraîchement pédalé au vélo-mélangeur !

Jus de pomme tout juste pressé !

# **CROQU'PLAISIR :** UNE FORMATION SUR LES SAINES HABITUDES ALIMENTAIRES EN MILIEUX DE GARDE

**Extenso, le Centre de référence en nutrition de l'Université de Montréal, étudie depuis 2009 les environnements alimentaires en services de garde. Après avoir pris connaissance des besoins de formation et créé le site Web www.nospetitsmangeurs.org, Extenso a élaboré dix modules de formation sur les saines habitudes alimentaires dans les milieux de garde. Ces modules ont par la suite été déployés dans deux régions pilotes, soit la Montérégie et le Bas-Saint-Laurent.**

Enrichis grâce à cette expérience dans les deux régions, les modules de formation sont maintenant accessibles à tous les milieux de garde de la province. Ils répondent aux besoins des éducatrices, des responsables de l'alimentation, des parents d'enfants de 0 à 5 ans et des responsables de services de garde en milieu familial.

À l'automne 2013, Extenso a formé et accrédité des agents dans le but d'offrir les modules de formation dans les différentes régions du Québec, que ce soit en CPE, en service de garde en milieu familial ou en garderie privée.

Cette offre de formation est très prometteuse pour l'acquisition de saines habitudes de vie. Les cinq premières années de la vie d'un enfant représentent une période de croissance rapide et de changements. Il importe donc d'intervenir tôt et adéquatement afin de consolider l'acquisition de saines habitudes alimentaires tout en misant sur le plaisir de manger.

En accroissant les connaissances et les habiletés des acteurs œuvrant auprès des tout-petits sur les questions pertinentes qui concernent l'alimentation des enfants de 0 à 5 ans, Extenso souhaite que nous puissions ensemble en arriver à une évolution des attitudes à l'égard de l'alimentation et de la nutrition ainsi que de l'offre alimentaire dans les services de garde au Québec.

Pour plus d'information sur le contenu et l'offre des modules de formation, consultez le document de présentation préparé à cet effet : **http://tinyurl.com/croquplaisir**

Source : ***Marie Marquis***, Département de nutrition, Université de Montréal

# ACCOMPAGNER DES CHANGEMENTS DE PRATIQUE CHEZ LES INTERVENANTS DU PRÉSCOLAIRE PAR LE PERFECTIONNEMENT DES COMPÉTENCES

**Un projet d'envergure visant à augmenter les occasions offertes aux jeunes enfants d'être physiquement actifs est actuellement mené par les chercheurs Camille Gagné (Université Laval), Claude Dugas (Université du Québec à Trois-Rivières), Nathalie Bigras (Université du Québec à Montréal) et Laurence Guillaume (Université Laval). Ce projet, financé par Québec en Forme, s'adresse aux intervenants du préscolaire, et plusieurs acteurs des milieux de garde, de l'éducation et de la santé y participent.**

Ce projet vise l'expérimentation des outils et des nouvelles pratiques en vue d'augmenter les occasions offertes aux enfants d'être physiquement actifs. Par la suite, les connaissances et les outils générés seront saisis à l'intérieur de formations dans les réseaux de soutien des éducatrices. Les intervenants des milieux pourront donc introduire les nouvelles idées, émanant du projet de recherche, dans leur pratique de tous les jours.

C'est un accompagnement dans le passage à l'action, en misant notamment sur le perfectionnement des compétences des individus déjà en place et une sensibilisation-implication des divers acteurs, dont les parents. Il ne s'agit pas « d'en faire ou d'en ajouter encore plus », mais de faire autrement dans le respect des orientations, initiatives et valeurs des milieux. Un intérêt particulier est porté aux résultats des initiatives introduites et au partage de pratiques efficaces. Ce projet s'inscrit dans la perspective des nouvelles orientations mises de l'avant dans le *Cadre de référence pour des environnements favorables à la saine alimentation, au jeu actif et au développement moteur en services de garde éducatifs à l'enfance*, coordonné par le ministère de la Famille. Comme ces orientations, le présent projet est ancré dans une vision de développement global des enfants dans le respect de leurs capacités et de leurs champs d'intérêt.

Source : ***Camille Gagné***, Université Laval

# CRÉATION D'UN COMITÉ SCIENTIFIQUE
## SUR LA PRÉVENTION DE L'OBÉSITÉ AU QUÉBEC

**À l'automne 2013, l'Institut national de santé publique du Québec a mis en place le Comité scientifique sur la prévention de l'obésité.**

Ce comité a le mandat de conseiller les acteurs du réseau de la santé publique pour soutenir leur action et les aider à déterminer les mesures à adopter pour la prévention des maladies chroniques et la création d'environnements favorables aux saines habitudes de vie.

Depuis les premières années de la mise en œuvre du Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012, *Investir pour l'avenir*, on constate le besoin de mobiliser les chercheurs de diverses disciplines de manière à soutenir le travail des nombreux acteurs engagés dans l'action sur le poids.

Les membres du Comité scientifique sur la prévention de l'obésité sont :

- **Carole Després,**
  École d'architecture, Université Laval
- **Jean-Pierre Després,**
  Département de kinésiologie, Université Laval
- **Jean-Claude Dufour,**
  Faculté des sciences de l'agriculture et de l'alimentation, Université Laval
- **France Gagnon,**
  École des sciences de l'administration, TELUQ
- **Lise Gauvin,**
  Département de médecine sociale et préventive, Université de Montréal
- **Martin Juneau,**
  Institut de cardiologie de Montréal
- **Guy Lacroix,**
  Département d'économique, Université Laval
- **Jordan Le Bel,**
  École de gestion John-Molson, Université Concordia
- **Pascale Morin,**
  Département de kinanthropologie, Université de Sherbrooke
- **Véronique Provencher,**
  Département des sciences des aliments et de nutrition, Université Laval
- **Angelo Tremblay,**
  Département de kinésiologie, Université Laval

Source : ***Chantal Blouin***, Institut national de santé publique du Québec

# PLEINS FEUX SUR LES RÉGIONS

## SUTTON : ENGAGEMENT DU CONSEIL DES ÉLUS POUR FAVORISER LES DÉPLACEMENTS ACTIFS SÉCURITAIRES

**Pour répondre aux préoccupations de ses citoyens, la Ville de Sutton a adopté des mesures à mettre en œuvre au cours des prochaines années pour favoriser les déplacements actifs sécuritaires dans la municipalité.**

Les mesures adoptées par la Ville de Sutton sont les suivantes :

- Ajouter de la signalisation et du marquage dans les corridors scolaires visés;
- Diminuer la vitesse permise affichée, ajouter des mesures physiques d'apaisement de la circulation (bollards, pots de fleurs, chicanes, avancement de trottoirs, etc.) et augmenter la présence policière;
- Planifier la réfection des trottoirs et le marquage des lignes de rive, notamment près des parcs et de l'école;
- Constituer un comité de concertation avec un représentant du ministère des Transports du Québec afin de revoir l'aménagement des passages piétonniers traversant les routes de compétence provinciale.

Ces mesures sont le fruit du travail d'un comité qui a été mis sur pied en 2011 pour mettre en œuvre, à Sutton, la démarche Ma municipalité à pied, à vélo.

À l'été 2011, la Ville de Sutton a effectué un sondage auprès de ses citoyens dans le cadre de l'élaboration d'une politique familiale et d'un plan d'action pour les aînés. Ce sondage a montré que les citoyens se préoccupaient de la sécurité des piétons et des cyclistes dans la municipalité.

En décembre 2011, pour répondre aux préoccupations des citoyens, la Ville de Sutton a mis sur pied un comité de travail multisectoriel pour mettre en œuvre la démarche Ma municipalité à pied, à vélo, pour analyser la sécurité des déplacements actifs à Sutton et proposer des mesures pour l'améliorer. Ce comité, dont la mise sur pied a été rendue possible grâce au programme d'aide financière Pacte rural du ministère des Affaires municipales, des Régions et de l'Occupation du territoire, était composé du service des travaux publics et du service de l'urbanisme et de l'aménagement du territoire de la Ville de Sutton, du CSSS La Pommeraie, de la Direction de santé publique (DSP) de la Montérégie, de Nature-Action Québec et de Jeunes en mouvement Brome-Missisquoi. Le comité de travail a poursuivi les objectifs suivants :

- Analyser le potentiel de déplacements actifs dans le secteur du village[4];
- Contribuer à une mobilisation communautaire pour l'aménagement sécuritaire des trajets piétonniers et cyclistes menant à l'école, aux abords des résidences pour aînés et vers les centres d'intérêt;
- Outiller les écoles pour qu'elles puissent intégrer à leur planification des activités ludiques et pédagogiques liées au transport actif[5];
- Effectuer des activités de sensibilisation au transport actif auprès de la communauté en général;
- Formuler des recommandations afin d'améliorer le potentiel de déplacements actifs.

À l'automne 2012, le comité de travail a déposé son rapport d'activité et ses mesures, qui ont été adoptés par le conseil des élus de la municipalité. Les mesures ont ensuite été intégrées au calendrier des travaux municipaux. De plus, un volet portant sur la sécurité et l'aménagement favorisant les piétons et les cyclistes a été intégré à la politique familiale et à son plan d'action. Puis, afin de s'assurer de la mise en œuvre des mesures dans les prochaines années, un comité de suivi a été créé en 2013.

Source : ***Gabrielle Manseau***, Direction de santé publique de la Montérégie

***Source de la photo***, Direction de santé publique de la Montérégie

4. L'analyse des conditions de marche et de vélo à Sutton a été effectuée à l'aide de la grille d'analyse du potentiel de déplacements actifs élaborée par la DSP de la Montérégie.
5. L'animation du milieu scolaire a été encadrée par Nature-Action Québec, mandataire de Vélo Québec pour le déploiement de la démarche *À pied, à vélo, ville active*.

# INITIATIVE DE VERDISSEMENT D'UN CPE
## LANCÉE PAR DES PARENTS

**Le CPE Feu Vert, situé dans l'édifice du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) à Québec, a entrepris à l'été 2013 une activité de verdissement de sa cour extérieure.**

Cette activité a été proposée par deux mamans d'enfants fréquentant le CPE. Ces mamans souhaitaient que les enfants soient quotidiennement en contact avec les plantes, les fruits et légumes. Pour la planification de l'activité, le CPE a fait appel à l'organisme Craque-Bitume, spécialisé en écologie urbaine. Craque-Bitume a proposé la construction de bacs autoarrosants, permettant aux végétaux d'être autosuffisants en eau durant les fins de semaine. L'organisme a également sélectionné des plants qui demandaient peu de soins, avec lesquels les enfants pouvaient être en contact et qui répondaient aux défis posés par les caractéristiques physiques de la cour du CPE, notamment le vent.

Au cours de l'été, accompagnés par les deux mamans et les éducatrices du CPE, les enfants ont donc été initiés aux soins des plants et à la culture de fruits et légumes. Les enfants prenaient tant de plaisir à arroser les végétaux et à déguster les fruits et légumes frais ! Par la suite, au mois de septembre, le CPE a souligné plus largement l'activité de verdissement par la tenue d'une fête des récoltes, réunissant éducatrices, enfants, parents et partenaires.

La réalisation de cette activité a été possible grâce au soutien de précieux partenaires, dont le Collectif Caméléon Haute-Ville, un regroupement local de partenaires financé par Québec en Forme et le conseil de quartier de Saint-Sacrement qui ont contribué à la réussite de l'activité.

Les deux mamans, de concert avec le CPE, comptent bien poursuivre le jardinage à la saison 2014, fières de l'expérience acquise et persuadées que la production sera encore meilleure !

Source : ***Rana Farah*** et ***Sabrina Fortin***,
ministère de la Santé et des Services sociaux

# **LES CPE :** DES ACTEURS INCONTOURNABLES DE LA PROMOTION DES SAINES HABITUDES DE VIE

**Le 22 novembre dernier, à l'occasion de la 9e édition du Concours Tournesol du Regroupement des centres de la petite enfance des régions de Québec et Chaudière-Appalaches, le CPE Parc-en-ciel, de Thetford Mines, a remporté le prix de l'acteur proactif dans sa communauté grâce aux activités et programmes qu'il a mis en place pour mieux servir les enfants et leur famille, dont ses programmes Parent-Soleil, Le jardin du partage et Bouge avec ALLY HOP !.**

Le CPE Parc-en-ciel croit fermement que les services de garde ont un rôle important à jouer dans la promotion des saines habitudes de vie auprès des enfants et leur famille. D'abord, il offre aux enfants des menus équilibrés et sains composés d'une diversité d'aliments nouveaux chaque année ainsi que des activités culinaires mensuelles qui favorisent chez l'enfant la découverte des aliments par les sens, l'ouverture et la curiosité.

De plus, l'une de ses installations a mis sur pied « Le jardin du partage » à l'été 2013 où les enfants ont pu expérimenter le jardinage grâce à la collaboration de plusieurs partenaires (résidence de personnes âgées, maison de jeunes, municipalité, caisse Desjardins, etc.). Plus de 30 paniers de légumes ont été distribués à des familles de l'installation, dont plusieurs moins favorisées sur le plan économique.

En ce qui concerne l'activité physique, Parc-en-ciel a à cœur de favoriser le jeu actif et, par ricochet, le développement moteur. En plus des jeux extérieurs habituels, l'équipe du CPE a introduit des périodes quotidiennes de jeux où les petits bougent activement. L'équipe a aussi travaillé à l'augmentation des jeux physiques en général, à la pratique d'activités physiques en famille et à la création de différents outils afin d'augmenter le jeu moteur des enfants (ex. : grille de rotation du matériel moteur).

Et pour que le personnel du CPE puisse suivre l'exemple des enfants, le comité de santé et sécurité au travail du CPE a travaillé à l'amélioration de la qualité de vie au travail et des saines habitudes de vie chez le personnel du CPE.

En complément, pour améliorer l'offre de services aux familles de la MRC, Parc-en-ciel travaille à développer des partenariats avec des intervenants régionaux et locaux en saines habitudes de vie. Cette concertation a permis la mise sur pied des ateliers Parents-Soleil qui offrent un souper-atelier sur « les saines habitudes de vie à la maison » ainsi que la création et l'animation du programme régional d'activités motrices parent-enfant « On bouge avec Ally Hop » dans l'ensemble de la MRC.

Source : ***Serge Rousseau***, CPE Parc-en-ciel, Thetford Mines

# LE COIN LECTURE

## LES CRITÈRES D'UNE INTERVENTION EFFICACE
POUR PRÉVENIR LE SURPOIDS ET L'OBÉSITÉ CHEZ LES ENFANTS

**Santé publique Ontario a publié en septembre 2013 un document intitulé *Obésité chez les enfants et les jeunes : données probantes pour guider l'action en Ontario*. Ce document présente notamment les résultats d'une revue des examens pour évaluer l'efficacité des interventions visant à prévenir l'obésité chez les enfants et les jeunes de moins de 19 ans.**

Les résultats montrent qu'une intervention est plus souvent efficace si elle :

- vise à la fois l'activité physique et la saine alimentation;
- fait participer les parents;
- est adaptée à la culture;
- inclut une formation du personnel et est durable;
- comprend des activités participatives et une formation sur les techniques comportementales (ex. : autosurveillance, établissement d'objectifs) ou les habiletés d'adaptation;
- est mise en œuvre en collaboration avec les établissements de la collectivité ou dans le cadre de programmes communautaires déjà existants;
- augmente le nombre, l'intensité et la durée des séances d'activité physique pendant la semaine scolaire;
- modifie l'environnement alimentaire dans le milieu scolaire, c'est-à-dire permet d'améliorer la qualité nutritive des aliments offerts à l'école;
- touche à des environnements et des cultures qui soutiennent la saine alimentation et l'activité physique, et conjugue l'éducation avec les modifications de l'environnement scolaire;
- est réalisée par des enseignants qui sont appuyés par des spécialistes ou qui collaborent avec des spécialistes;
- a une durée plus longue que courte;
- est intégrée au programme scolaire.

Pour plus d'information, consultez le document au **www.publichealthontario.ca/fr/eRepository/Addressing_Obesity_Children_Youth-SUMMARY_FR_Sept2013.pdf**.

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

## DÉCLIN DE L'OBÉSITÉ CHEZ LES ENFANTS D'ÂGE PRÉSCOLAIRE
AUX ÉTATS-UNIS

**Les Centers for Disease Control and Prevention (CDC) ont publié de nouvelles données sur l'obésité aux États-Unis en août 2013. Selon ces données, l'obésité chez les enfants d'âge préscolaire a diminué dans plusieurs États américains.**

En effet, pour la période de 2008 à 2011, les CDC ont observé une baisse des taux d'obésité chez les enfants d'âge préscolaire dans 19 des 43 États et territoires étudiés. Toutefois, dans 3 des 43 États et territoires étudiés, les taux ont légèrement augmenté, tandis qu'ils sont restés les mêmes dans 21 des 43 États et territoires étudiés.

Malgré la baisse observée, les CDC mentionnent que trop d'enfants d'âge préscolaire présentent de l'obésité, un enfant d'âge préscolaire sur huit étant obèse aux États-Unis. De plus, les enfants d'âge préscolaire qui font de l'embonpoint ou qui sont obèses risquent cinq fois plus que les enfants de poids normal de présenter de l'embonpoint ou de l'obésité à l'âge adulte.

Pour en savoir plus, consultez le **www.cdc.gov/vitalsigns/childhoodobesity/**.

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

## LA LÉGISLATION ET LA PRÉVENTION DE L'OBÉSITÉ
DOCUMENT DE TRAVAIL

**Le World Cancer Research Fund (WCRF) International se penche sur l'utilisation de la législation pour la mise en œuvre de politiques plus efficaces contre l'obésité dans un document de travail qu'il vient de publier : *Law and obesity prevention: addressing some key questions for the public health community*. Ce document a été produit à la suite d'un atelier qui s'est tenu en 2013 à Oslo, en Norvège, sur le thème Using the law effectively for cancer control in Europe.**

Dans ce document de travail, le WCRF International commence par décrire brièvement le fardeau de l'obésité, puis présente les politiques alimentaires comme des actions potentielles de prévention de l'obésité. Il explore par la suite certaines questions clés par rapport à la législation comme levier additionnel afin d'aider la communauté de santé publique à mieux comprendre les concepts juridiques et l'utilisation de lois ou règlements pour la prévention de l'obésité.

Pour consulter le document de travail, rendez-vous au **www.wcrf.org/PDFs/WCRF-International-Law-and-Obesity-Prevention.pdf**.

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

# LA BOÎTE À OUTILS

## CHILDOBESITY180 : SITE WEB POUR LA LUTTE CONTRE L'OBÉSITÉ CHEZ LES ENFANTS DE 5 À 12 ANS

**Des experts et des leaders américains issus de diverses disciplines se sont rassemblés pour former le groupe ChildObesity180 et trouver des solutions à l'épidémie d'obésité chez les enfants de 5 à 12 ans.**

**Les causes retenues pour expliquer l'obésité chez les enfants par le ChildObesity180 sont les suivantes : la publicité et le marketing, la taille des portions, la surconsommation d'aliments et de boissons sucrés, le déclin de l'activité physique totale, avant et après l'école, la diminution à l'école du temps consacré à l'activité physique et à la récréation, l'augmentation de la fréquence de repas pris à l'extérieur du foyer familial, les environnements qui empêchent une vie active, l'augmentation du temps d'écran et l'augmentation de l'accessibilité d'aliments et de boissons à faible valeur nutritive et à faible coût.**

Le ChildObesity180 a évalué des centaines de stratégies qui sont actuellement déployées pour contrer l'obésité chez les enfants. Des stratégies évaluées, le groupe en a retenu quatre prioritaires, qui sont devenues le cœur de ses initiatives pour lutter contre l'obésité chez les enfants de 5 à 12 ans, soit les déjeuners sains servis à l'école, des options d'aliments et de mets de haute valeur nutritive dans les menus des restaurants, l'activité physique en milieu scolaire et les saines habitudes de vie en dehors de l'école. Le groupe a mis en ligne un site Web pour montrer l'évolution des quatre stratégies retenues.

Pour plus de détails, visitez le site du ChildObesity180 : **www.childobesity180.org/epidemic**.

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

## ÉVALUER LES EFFORTS DE PRÉVENTION DE L'OBÉSITÉ – UN DOCUMENT PHARE DE L'INSTITUTE OF MEDICINE

**L'Institute of Medicine (IOM) a publié en 2013 un rapport intitulé *Evaluating Obesity Prevention Efforts: A Plan for Measuring Progress*.**

Dans ce rapport, un comité formé par l'IOM propose un cadre de travail pour une planification, une implantation et une évaluation systématiques et courantes des efforts de prévention de l'obésité. Ce cadre de travail est lié aux objectifs et stratégies issus de l'ouvrage, publié par l'IOM en 2012, intitulé *Accelerating Progress in Obesity Prevention: Solving the Weight of the Nation*. Cet ouvrage de 2012 permet d'évaluer le progrès réalisé dans chacune des communautés et à travers les États-Unis. De plus, le comité formé par l'IOM a répertorié 83 indicateurs de progrès pour chacun des objectifs et stratégies de l'ouvrage de 2012 tout en précisant les données disponibles sur les plans communautaire et national. La liste des indicateurs est disponible sous forme interactive dans le site Web de l'IOM. Cet outil peut nous inspirer dans nos démarches d'évaluation.

Pour de plus amples renseignements, consultez le **www.iom.edu/Activities/Nutrition/EvaluatingProgressObesityPrevention.aspx**.

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

**Rapport *Evaluating Obesity Prevention Efforts: A Plan for Measuring Progress.***

# UN GUIDE PRATIQUE POUR ACCOMPAGNER LES PARENTS **D'ENFANTS EN EXCÈS DE POIDS**

**À la suite de la publication du guide de pratique clinique sur le traitement de l'obésité pédiatrique au Québec, l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) a mandaté ÉquiLibre pour rédiger un guide destiné aux parents d'enfants en excès de poids. Des experts de différents domaines (médecins, infirmières, nutritionnistes, etc.) ont également contribué en participant au processus de révision.**

Ce guide, dont la publication est prévue au printemps 2014, sera remis par un professionnel de la santé dans le cadre d'une démarche thérapeutique. Il a pour objectif d'aider le parent à mieux comprendre son rôle et à guider son enfant en excès de poids vers son plein potentiel de santé et de bien-être. Accompagné de fiches thématiques, ce guide traite du plaisir de bouger, de la qualité de l'alimentation, des signaux de faim et de satiété ainsi que de l'image corporelle de l'enfant.

Source : ***Catherine Moquin***, ÉquiLibre

# **UN GUIDE** POUR FAVORISER LA PARTICIPATION DES JEUNES

**Le guide *Municipalité amie des enfants : établir une démarche participative avec les jeunes* contient des outils pratiques et des exemples concrets afin de susciter une plus grande collaboration intergénérationnelle dans la vie municipale et de favoriser la mise en place des conditions favorables à la participation citoyenne des jeunes.**

Ce guide a été élaboré[6] à l'intention des municipalités québécoises accréditées Municipalités amies des enfants (MAE) ou désirant le devenir. Une MAE est une municipalité qui s'engage à respecter les droits de l'enfant, qui fait place à l'enfant dans toutes ses actions et qui met en place les structures nécessaires pour que les jeunes s'affirment et développent leur autonomie.

Pour consulter le guide ou obtenir de plus amples renseignements sur le programme MAE, visitez le **www.amiedesenfants.ca/**.

Source : ***Maryse Bédard-Allaire***, Carrefour action municipale et famille

# **LES PARTENAIRES DU PROJET EUROPEEN HABEAT LIVRENT LEURS RECOMMANDATIONS** À L'INTENTION DES PARENTS

**Les recommandations des partenaires du projet Habeat à l'intention des parents sont désormais accessibles dans le site Web du projet, sous la rubrique *Parents*. Ces recommandations visent la promotion de saines habitudes alimentaires chez les nourrissons et les enfants.**

Lancé en 2010 pour une période de 4 ans et financé par l'Union européenne à hauteur de 2,9 millions d'euros, le projet Habeat regroupe 11 partenaires, de 6 pays européens, qui travaillent à mieux comprendre la formation des habitudes alimentaires chez les jeunes enfants et à proposer des changements s'il y a lieu. Adoptant une approche pluridisciplinaire (psychologie, épidémiologie, sciences du comportement, nutrition, science sensorielle), les partenaires du projet utilisent les données épidémiologiques et les travaux expérimentaux de leurs pays afin de proposer aux décideurs, aux professionnels et aux parents des stratégies et des recommandations visant la promotion de saines habitudes alimentaires chez les nourrissons et les enfants.

Pour de plus amples détails, consultez le site du projet : **www.habeat.eu/page.php?a=parents-french**.

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

6. Ce guide est le fruit d'une collaboration entre le Carrefour action municipale et famille, l'organisation Avenir d'enfants, l'Université Concordia, l'Université de Montréal et les municipalités de Sainte-Julie et Victoriaville.

# UN REGARD SUR LA LITTÉRATURE SCIENTIFIQUE

## PRODUITS CHIMIQUES ET OBÉSITÉ – Y A-T-IL UN RISQUE ?

**La mauvaise alimentation et le manque d'activité physique sont d'importants facteurs liés à l'épidémie d'obésité. Toutefois, des agents chimiques favorisent aussi l'accumulation de gras dans les cellules et modifient les comportements alimentaires par divers mécanismes, selon le chercheur Bruce Blumberg de l'Université de la Californie, aux États-Unis. Ce chercheur a été le premier à utiliser le terme *obésogen* » (obésogène) en 2006 pour parler des agents chimiques responsables de l'obésité chez les souris grâce à ses travaux sur les effets de l'exposition prénatale au tributylétain.**

D'autres chercheurs soutiennent dans la littérature scientifique le lien entre certains produits chimiques environnementaux et l'augmentation du risque d'obésité, mais aussi du diabète de type 2. Les agents chimiques peuvent avoir des répercussions sur la taille et le nombre de cellules graisseuses ou sur les hormones qui régularisent l'appétit et le métabolisme. Ils peuvent aussi occasionner des changements dans les gènes ou des changements épigénétiques qui peuvent avoir à leur tour des répercussions intergénérationnelles. L'exposition avant la naissance ou à un âge précoce à des agents chimiques est particulièrement nuisible, puisque ces derniers peuvent modifier le métabolisme et le développement des cellules graisseuses dans le temps.

Le tableau ci-après présente quelques obésogènes chimiques ayant un effet nuisible sur le poids corporel.

**AGENTS OBÉSOGÈNES PRÉSENTS DANS LES PRODUITS DE CONSOMMATION USUELS**

| Nom chimique | Caractéristiques | Produits dans lesquels on le trouve |
|---|---|---|
| **Dichlorodiphényltrichloroéthane (DDT)** | Substance cristalline incolore de la famille des organochlorés; insecticide puissant | Insecticides |
| **Bisphénol A (BPA)** | Composé organique utilisé dans plusieurs contenants pour les aliments et les boissons ainsi que dans la résine époxy utilisée dans le revêtement des boîtes de conserve | Plastique polycarbonate (biberons), recouvrement des boîtes de conserve, couvercle des pots pour bébés, scellant dentaire, papier de reçu thermique de carte de crédit |
| **Phtalates** | Agents utilisés comme plastifiants des matières plastiques pour les rendre souples | PVC, produits de soin personnel parfumés (comme les shampoings pour les enfants), produits d'entretien domestique, emballages de produits alimentaires |
| **Polybromodiphényléthers (PBDE)** | Agents utilisés comme plastifiants des matières plastiques pour les rendre souples | Produits fabriqués en mousse de polyuréthane, textiles, équipements électriques, matériaux de construction et de transport |
| **Acide perfluorooctanoïque (APFO)** | Acide carboxylique perfluoré et tensioactif fluoré synthétique (il n'existe pas dans la nature) très stable et, pour cette raison, extrêmement persistant (quasi indéfiniment) dans l'environnement, où on le trouve presque partout | Batterie de cuisine en téflon, emballages de produits alimentaires résistants à la graisse (boîtes de pizza, sacs de maïs soufflé, emballages de restauration rapide) |

À cause de la croissance de l'épidémie d'obésité aux États-Unis, des actions devraient être entreprises pour protéger la santé de la population et prévenir l'exposition aux produits obésogènes, dont une meilleure réglementation des produits toxiques par la réforme du *Toxic Substances Control Act*, une réglementation fédérale qui viserait à prévenir tout contact entre les aliments et les produits obésogènes, l'investissement dans la recherche de la chimie verte *(green chemistry research)* et des efforts volontaires de la part de l'industrie et des détaillants afin de supprimer progressivement les pires produits obésogènes.

Pour de plus amples informations, consultez le **www.iatp.org/documents/chemicals-and-obesity**.

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

# CADRE DE SURVEILLANCE
## DE LA PROMOTION D'ALIMENTS ET DE BOISSONS NON ALCOOLISÉES AUPRÈS DES ENFANTS

**Reconnu comme déterminant important de l'obésité chez les jeunes, le marketing alimentaire est devenu une cible d'action en santé publique. La surveillance de l'exposition des enfants à la promotion d'aliments et de boissons non alcoolisées est maintenant nécessaire pour mieux en comprendre les répercussions sur la santé des jeunes et pour mieux adapter les politiques publiques. C'est dans cette perspective que la revue *Obesity Reviews* a publié en octobre 2013 un article qui fait le point sur les différentes méthodes de surveillance de la promotion d'aliments et de boissons non alcoolisées auprès des jeunes[9]. Les auteurs[10] se sont inspirés de cette mise en commun pour proposer un cadre méthodologique de surveillance de ce type de promotion permettant de guider l'échantillonnage et la collecte des données, la classification des aliments et l'évaluation des techniques promotionnelles.**

Les auteurs font d'abord une recension des écrits, qui fait ressortir les méthodes les plus utilisées pour surveiller la promotion d'aliments dans une variété de médias. Les méthodes de surveillance répertoriées se limitent essentiellement à la télévision, alors que la promotion d'aliments couvre maintenant un plus large éventail de médias (télévision, Internet, magazines, publicité extérieure, emballage et étiquettes, commandites).

Les auteurs proposent ensuite, par étape, un cadre de surveillance réalisé selon trois approches méthodologiques (minimale, étendue et optimale) pour la détermination des plateformes médiatiques, de l'élément de promotion et des groupes démographiques à être évalués. De l'approche minimale à l'approche optimale, on approfondit la surveillance en élargissant les groupes démographiques et en incluant davantage de plateformes médiatiques et de contextes d'exposition (lieux et périodes). Les deux premières approches mesurent l'impact de la promotion à partir d'un nombre limité de critères, tandis que l'approche optimale permet une analyse plus exhaustive.

Ce cadre permet une analyse complète de la promotion d'aliments : la fréquence et le niveau d'exposition à la promotion, le pouvoir des techniques de persuasion de même que la composition nutritionnelle des aliments proposés sont tous considérés. On prévoit aussi des méthodes distinctes d'analyse pour chaque type de média, dans la mesure où le contexte et l'impact de l'exposition ne sont pas les mêmes.

L'implantation de ce cadre nécessiterait la création d'outils de collecte de données adaptés au contexte de chaque pays ou région. Les auteurs suggèrent aussi de prévoir dans le programme de surveillance un système de partage des données pour permettre des comparaisons régionales, nationales et internationales en matière de promotion d'aliments, et ce, dans une optique de collaboration.

En somme, les auteurs suggèrent un cadre méthodologique pouvant soutenir la mise en œuvre d'un système cohérent de surveillance de la promotion d'aliments tant à l'échelle régionale qu'à l'échelle nationale. Selon eux, un tel système est nécessaire pour évaluer l'efficacité des politiques de prévention visant à réduire la prévalence de la promotion d'aliments peu nutritifs chez les jeunes. Au Québec, bien que la publicité commerciale destinée aux enfants, de moins de 13 ans, soit interdite depuis 1980 en vertu de la Loi sur la protection du consommateur, l'arrivée de nouvelles plateformes médiatiques et leur diversification augmentent l'exposition des jeunes au marketing alimentaire, ce qui en fait une préoccupation de santé publique.

Source : ***Simon Jacques***, Université Laval

9. B. KELLY et autres (2013), « Monitoring food and non-alcoholic beverage promotions to children », Obesity Reviews, vol. 14, suppl. 1, octobre, p. 59-69.
10. Cet article est rédigé par un groupe d'auteurs issus de plusieurs pays qui ont participé à la première rencontre formelle d'INFORMAS (International Network for Food and Obesity/non-communicable diseases Research, Monitoring and Action Support) afin de répondre à la question suivante : Quelle est l'exposition de différents groupes populationnels à la promotion d'aliments à faible valeur nutritive et quel est le pouvoir de cette promotion ?

# LE RÔLE DE LA FAMILLE DANS LA PROMOTION DES SAINES HABITUDES DE VIE : QUELQUES CONSTATS ISSUS D'UNE RECHERCHE QUALITATIVE CHEZ DE JEUNES QUÉBÉCOIS DE 12 À 14 ANS

**Les milieux de vie des jeunes, notamment le milieu scolaire, constituent une cible d'intervention prioritaire du Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012, *Investir pour l'avenir*. Par ailleurs, la contribution de la famille dans la promotion des saines habitudes de vie auprès des enfants et des jeunes demeure mal connue.**

Le projet de recherche Ados 12-14 a été réalisé pour explorer l'influence de l'environnement socioculturel, notamment celle de la famille, sur les pratiques d'activité physique et d'alimentation des jeunes de 12 à 14 ans[7]. Pour ce projet de recherche, 50 entrevues avec des jeunes ont été effectuées dans 4 écoles secondaires de différentes régions du Québec . La famille est un thème largement abordé dans le propos des jeunes en lien avec l'alimentation, l'activité physique et le corps.

Dans leurs entretiens, les jeunes reconnaissent le rôle prépondérant de la famille à l'égard de l'alimentation. Les règles alimentaires familiales sont à ce point assimilées que les jeunes ont de la difficulté à les reconnaître (percevoir). Les règles établies par les parents concernent autant la qualité et la quantité des aliments que l'endroit où manger, l'heure des repas et les manières à table. Au-delà des règles, le comportement des parents marque aussi les jeunes. Très peu de jeunes ont parlé du plaisir sensoriel ou de la commensalité. Il est possible que ces aspects de l'alimentation se développent plus tard durant l'adolescence ou à l'âge adulte.

*« Euh non… ben euh… non, y a pas vraiment de règles […] Ben, c'est sûr qu'il faut manger notre repas principal, faut pas juste manger des desserts, dans le fond. C'est ça, on est pas mal libres, mais c'est sûr qu'il ne faut pas finir la boîte de biscuits à nous tout seuls, là […] C'est sûr que je peux pas manger devant l'ordinateur pour pas faire de miettes ou devant la télé. Si je renverse des trucs, ben je pourrai plus la prochaine fois. C'est sûr que des fois mes parents disent "non" et des fois ils disent "oui". » William*[8]

La famille, par l'organisation d'activités physiques ou par la reconnaissance des performances sportives, semble inciter les jeunes à être actifs. Le contexte informel d'activités physiques pratiquées en famille plaît particulièrement aux jeunes moins actifs et à ceux qui ont un réseau social plus faible. Pour ceux-là, la famille peut offrir des conditions favorables au développement de leurs aptitudes. De plus, chez plusieurs jeunes qui se valorisent à travers la fierté de leurs parents, la reconnaissance des performances sportives semble avoir un impact motivateur.

*« J'aime jouer au football. Au début, j'aimais moins ça, mais finalement oui. Je joue avec mon père seulement […] Mais aussi, le football, ben j'aime pas jouer avec d'autres personnes que je connais pas. » Nathan*

Le discours social sur l'alimentation et l'activité physique se reflète dans le discours et les pratiques des parents. Par exemple, un père a dit à une adolescente de l'étude que sa consommation d'aliments malsains avait eu des répercussions sur son apparence physique. La jeune fille a alors adopté des comportements alimentaires tels qu'un contrôle strict de sa consommation, une dichotomisation des aliments en « bons » et en « mauvais » pour le contrôle du poids ainsi que d'autres comportements restrictifs pas nécessairement sains pour une adolescente en croissance. L'intervention bien intentionnée des parents peut donc provoquer des effets non anticipés et parfois non désirés.

En conclusion, la saine alimentation et la pratique d'activités physiques doivent davantage être associées au désir de mieux-être et au plaisir chez les adolescents. De plus, la famille devrait être le lieu par excellence de promotion de la diversité corporelle. À ce chapitre, les parents sont des modèles et peuvent s'opposer aux discours négatifs sur le corps, véhiculés dans la société. Ils doivent aussi être mieux outillés pour savoir comment intervenir auprès de leurs enfants et des jeunes sur des questions de poids, d'activité physique ou d'alimentation. Pour toutes les familles, se préoccuper de la santé des jeunes va de soi, mais chaque famille a aussi ses valeurs, ses priorités et ses manières de faire.

Le dialogue avec les familles est donc primordial pour l'adoption de stratégies concertées qui visent à la fois l'amélioration des compétences du jeune et la modification de son environnement afin de le rendre plus favorable aux saines habitudes de vie. Le milieu scolaire est propice à l'intervention, mais l'analyse écologique montre aussi l'importance de la famille, de la communauté, des politiques publiques et de la culture générale dans le cheminement vers l'âge adulte.

Pour consulter le rapport complet du projet de recherche Ados 12-14 (messages clés, sommaire, rapport intégral, annexes), visitez le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec : **www.inspq.qc.ca**.

Source : ***Marie-Claude Paquette*** et ***Gérald Baril***, Institut national de santé publique du Québec

7. Ce projet de recherche a été financé par le Fonds québécois de recherche sur la société et la culture (programme Actions concertées).
8. Pour préserver la confidentialité des données, les noms sont fictifs.

# NOUVELLES INTERNATIONALES

## LA PRÉVENTION DE L'OBÉSITÉ CHEZ LES ENFANTS – UNE RECOMMANDATION DE L'AMERICAN HEART ASSOCIATION

**Aux États-Unis, de 4 à 6 % des enfants et adolescents souffrent d'obésité grave, et la prévalence est à la hausse. De plus, les traitements contre l'obésité sont limités dans leur efficacité et ne sont pas disponibles de façon généralisée. Pour mobiliser tous les acteurs visés, un groupe de neuf experts, dirigé par le Dr Aaron S. Kelly, a produit une déclaration scientifique pour l'American Heart Association, qui a été publiée en ligne dans la revue *Circulation* du mois de septembre 2013.**

Dans sa déclaration, d'environ 17 pages, le groupe d'experts demande à tous les acteurs visés de travailler ensemble afin de lutter contre le problème croissant de l'obésité grave chez les jeunes. Le groupe formule également des recommandations. L'une de ces recommandations s'adresse aux médecins et les invite à cesser de s'intéresser principalement aux indices physiques qui leur montrent que leurs patients risquent de souffrir d'obésité grave et de maintenant s'attaquer à leurs habitudes de vie.

Pour consulter la déclaration, rendez-vous à **circ.ahajournals.org/content/128/15/1689.full.pdf+html**.

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

## AUSTRALIE – FOOD AND HEALTH DIALOGUE

**Le *Food and Health Dialogue* est une initiative mise en œuvre conjointement par le gouvernement australien, l'industrie et les groupes de santé publique dans le but de faciliter les choix alimentaires plus sains pour les Australiens.**

Le *Food and Health Dialogue* consiste principalement en un programme de reformulation volontaire des aliments les plus couramment consommés, afin d'en réduire la teneur en sel, en sucre, en graisses saturées et en énergie ainsi que d'en accroître le contenu en fibres, en grains entiers de même qu'en fruits et en légumes. La standardisation des recettes, la réduction de la taille des portions et la sensibilisation des consommateurs font partie des stratégies complémentaires utilisées.

La National Heart Foundation de l'Australie joue un rôle clé dans cette initiative en travaillant de concert avec le comité chargé de la reformulation des aliments. Ce comité est composé de représentants de l'industrie, des groupes de santé publique et d'un expert indépendant de l'agence de recherche CSIRO.

Pour de plus amples détails, visitez le site du *Food and Health Dialogue* : **www.foodhealthdialogue.gov.au/internet/foodandhealth/publishing.nsf/Content/Home**.

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

## FRUITS ET LÉGUMES SOUS ORDONNANCE DANS LA VILLE DE NEW YORK

**Les médecins de la ville de New York peuvent désormais prescrire des fruits et légumes à leurs patients qui font de l'embonpoint ou qui sont obèses grâce au *Fruit and Vegetable Prescription Program*.**

Ce nouveau programme permet aux patients qui font de l'embonpoint ou qui sont obèses de se voir prescrire des *Health Bucks*, échangeables contre des aliments sains dans les marchés de producteurs locaux. En fait, les patients qui participent à ce programme reçoivent 1 $ en *Health Bucks* par jour pour chaque personne de leur famille pour une période d'au moins quatre mois. Chaque mois, les patients se présentent à l'hôpital pour faire renouveler leur ordonnance par leur médecin, faire prendre leur poids et faire évaluer leur IMC. Ils rencontrent aussi une nutritionniste. Ce programme a été lancé en 2011 dans quatre sites pilotes (Massachusetts, Maine, Californie et Rhode Island) et est maintenant en vigueur dans sept États américains.

Pour de plus amples renseignements, consultez **wholesomewave.org/fvrx/**.

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

# **SPORT-SANTÉ SUR ORDONNANCE :** UN PROJET PILOTE DEVENU PROGRAMME À STRASBOURG

**En janvier 2013, dans le bulletin PAG, on présentait le projet pilote *Sport-santé sur ordonnance* de la ville de Strasbourg. Ce projet, élaboré par le Dr Alexandre Feltz, se déroulait sur une période d'un an. Le bilan du projet a été si positif que la ville a décidé de l'implanter en tant que programme.**

*Sport-santé sur ordonnance* permet aux patients souffrant de maladies chroniques ou étant en surpoids de se voir prescrire par leur médecin une activité physique gratuite.

Durant la période du projet pilote, au moins 130 médecins généralistes ont participé au programme, et plus de 300 patients se sont vu prescrire une activité physique et ont bénéficié de l'aide d'un éducateur sportif.

Pour l'implantation de *Sport-santé sur ordonnance*, on a engagé un éducateur sportif de plus et on a élargi le programme aux patients en rémission d'un cancer du sein ou du côlon.

Selon le Dr Feltz, les participants au programme expriment un mieux-être, une conscience positive de leur corps. Toutefois, il reste maintenant à trouver le moyen de pérenniser l'activité physique chez les patients après un an de pratique gratuite. Le défi est de montrer, chiffres à l'appui, que l'activité physique sur ordonnance réduit la prescription médicamenteuse et donc, à long terme, la pression sur l'assurance maladie et les finances publiques.

Pour en savoir plus sur le programme, consultez les adresses suivantes :

- **www.radio-canada.ca/emissions/culture_physique/2013-2014/chronique.asp?idChronique=315437**
- **www.sportetcitoyennete.com/revues/juin2013/feltz_revue_sportetcitoyennete_juin2013.pdf**
- **www.lalsace.fr/bas-rhin/2013/09/18/sport-sur-ordonnance-dix-mois-et-un-bilan-encourageant**

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

# **INTÉRÊTS ÉCONOMIQUES OU PROMOTION DE MODES DE VIE SAINS –** MISES EN GARDE DE L'OMS

**Lors de l'ouverture de la 8e Conférence internationale pour la promotion de la santé, qui s'est tenue le 10 juin 2013 à Helsinki, en Finlande, la directrice générale de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), Margaret Chan, a dénoncé les interférences de l'industrie dans la lutte contre les maladies non transmissibles.**

Selon Margaret Chan, à l'instar de l'industrie du tabac en son temps, les industries qui contribuent à la montée des maladies non transmissibles ont recours à des promesses d'autorégulation, engagent des procès, financent des études pour jeter le doute sur les preuves scientifiques et mobilisent des groupes de pression. Les politiques publiques font alors face à une opposition bien organisée et financée. Margaret Chan constate que peu de gouvernements font prévaloir la santé sur les intérêts économiques et que cette opposition des industries génère deux tendances préoccupantes. La première tendance, « dangereuse » selon elle, est l'attaque devant les tribunaux des mesures introduites par les gouvernements pour protéger la santé de leurs citoyens. La seconde tendance concerne les efforts des industries afin d'influencer les politiques de santé publique ayant une incidence sur leurs produits. En effet, lorsque les industries ont leur mot à dire lors de la prise de décision, les mesures de régulation les plus efficaces seront édulcorées, voire éliminées, a-t-elle affirmé, en parlant d'une tendance avérée et dangereuse.

***La directrice générale de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), Margaret Chan. Photo ONU***

Finalement, elle conclut en disant que la formulation des politiques de santé publique doit être protégée de l'interférence des intérêts privés ou commerciaux.

Pour de plus amples informations, consultez le **www.un.org/apps/newsFr/storyF.asp?NewsID=30493#.Uqnb_bCA2Uk**.

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

# LES PERSONNAGES DE L'ÉMISSION *SESAME STREET* FONT LA **PROMOTION DES FRUITS ET LÉGUMES**

**La première dame des États-Unis, Michelle Obama, et le Partnership for a Healthier America ont réussi un coup de maître en s'associant avec *Sesame Street*, l'émission culte pour les enfants. En effet, pour les deux prochaines années, Bert, Ernie ainsi que les autres personnages de *Sesame Street* seront utilisés pour faire la promotion des aliments sains auprès des enfants.**

Michelle Obama s'est appuyée sur une étude récente de l'Université Cornell, qui a montré que lorsque les enfants devaient choisir entre manger une pomme et un biscuit, ils choisissaient évidemment le biscuit. En revanche, lorsqu'une étiquette à l'effigie d'Elmo était apposée sur la pomme, deux fois plus d'enfants choisissaient la pomme.

À son annonce de l'entente, Michelle Obama s'est exclamée : [Traduction] « Imaginez ce qui va arriver quand nous irons faire notre épicerie avec nos enfants et qu'ils verront Elmo, Rosita et les autres personnages de *Sesame Street* qu'ils aiment sur les produits dans les allées […] Imaginez vos enfants vous supplier d'acheter des fruits et des légumes à la place de biscuits, de bonbons et de croustilles[9]. »

Pour en savoir plus sur cette entente : **www.sesameworkshop.org/our-blog/2013/10/30/beloved-sesame-street-characters-to-promote-fresh-fruit-and-vegetable-consumption-to-kids/**.

Source : ***Yves G. Jalbert***, Institut national de santé publique du Québec

9. SESAME WORKSHOP (2013), *Beloved Sesame Street Characters to Promote Fresh Fruit and Vegetable Consumption to Kids*, [En ligne], 30 octobre, [**www.sesameworkshop.org/our-blog/2013/10/30/beloved-sesame-street-characters-to-promote-fresh-fruit-and-vegetable-consumption-to-kids/**].

# CHAPEAU

## RÉAMÉNAGEMENT DU PARC ROLAND-ASSELIN : UNE AFFAIRE DE FAMILLES !

**Promouvoir des habitudes de vie active chez les tout-petits suppose des environnements qui favorisent ces habitudes. Des parents ont sollicité l'Initiative 1, 2, 3 GO ! Limoilou, à Québec, pour revoir l'aménagement du parc Roland-Asselin, un petit parc enclavé entre trois ruelles, afin qu'il réponde aux préoccupations des familles et aux besoins des jeunes enfants.**

Parents, citoyens riverains et intervenants de l'Initiative ont alors interpellé l'arrondissement de La Cité-Limoilou, puis mené une démarche de consultation auprès des divers utilisateurs du parc. Le 24 juin 2012, des dizaines de personnes, petites et grandes, se sont rassemblées au parc Roland-Asselin. Après un rappel de l'historique du parc et des principes novateurs pouvant guider l'aménagement des espaces destinés aux tout-petits, la parole a été donnée aux familles. Le fruit de ces réflexions a par la suite été partagé avec les professionnels et les élus de la Ville. Grâce à la participation active de tous les acteurs, le parc Roland-Asselin s'est transformé pour mieux répondre aux besoins des tout-petits.

Le document de consultation est accessible au **www.123golimoilou.org**.

Source : ***Marc Bergeron*** et ***Michèle Leboeuf***, 1, 2, 3 GO ! Limoilou

## LA VOIX DES PARENTS : DE L'ENGAGEMENT À L'ACTION

**Le projet La Voix des parents, soutenu par Avenir d'enfants et mené dans plus de 40 communautés au Québec depuis 2009, permet à des groupes de parents de devenir des acteurs de changement de leur communauté et de contribuer aux décisions qui concernent leur famille en agissant au sein des regroupements locaux de partenaires.**

Dans le quartier Rosemont, à Montréal, un groupe de 11 parents, en collaboration avec les partenaires du regroupement local, s'est engagé dans une démarche de consultation auprès des familles qui y vivent. Au cours de cette démarche, les familles ont exprimé le besoin que des activités culturelles et sportives soient offertes aux familles à un coût abordable ou gratuitement. Des activités d'animation dans les parcs du quartier ont été offertes au cours de l'été 2013, à raison de quatre fois par mois. L'équipe d'animation était composée des parents participant au projet, qui ont été formés par l'Association montréalaise pour le développement des loisirs des tout-petits.

Grâce à ce premier succès, l'harmonisation du projet est actuellement en cours avec l'arrimage des activités offertes par le Carrefour communautaire de Rosemont l'Entre-Gens ainsi que par le Bureau Coordonnateur du CPE Montréal Métropolitain. Ainsi, les familles et les éducatrices des services de garde en milieu familial pourront profiter des activités durant toute l'année et sur tout le territoire. Les parents continueront à être engagés dans la définition de l'offre de services tout en étant accompagnés et formés à long terme.

Source : ***Isabelle Robidoux***, équipe du projet La Voix des parents, et ***Marie-Ève Brunet-Bélanger***, Table de concertation en petite enfance de Rosemont

Crédits photos : ***Journal de Rosemont***. La Petite-Patrie

# THÈME **DES NUMÉROS À VENIR**

Le comité éditorial a déterminé les thèmes des prochains numéros :

- Juin 2014 : développement durable et saines habitudes de vie
- Octobre 2014 : environnement économique et saines habitudes de vie
- Janvier 2015 : santé mentale et saines habitudes de vie

Qu'en pensez-vous ? Aimeriez-vous que d'autres thèmes soient abordés dans les prochains numéros ? Faites-nous parvenir vos commentaires et suggestions de thèmes : **pag@msss.gouv.qc.ca**.

# PRENEZ CONTACT **AVEC NOUS !**

Vous désirez participer à la rédaction du bulletin PAG ? Rien n'est plus simple ! Soumettez-nous vos idées d'articles ou votre article le plus tôt possible, à **pag@msss.gouv.qc.ca**, que votre article soit en lien ou non avec le thème prévu du numéro. En effet, si votre article est d'intérêt, même s'il ne correspond pas au thème du numéro, cela n'empêchera pas sa publication.

# ABONNEMENT

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

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

Les photographies contenues dans cette publication ne servent qu'à illustrer les différents sujets abordés. Les personnes y apparaissant sont des figurants.


## COMITÉ ÉDITORIAL

***Lyne Mongeau,*** ministère de la Santé et des Services sociaux
***Hélène Potvin,*** Québec en Forme
***Mario Lapointe,*** ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec
***Sylvie Morency,*** ministère de la Santé et des Services sociaux
***Yves G. Jalbert,*** Institut national de santé publique du Québec

## RÉVISION LINGUISTIQUE

***Marie-France LeBlanc***

## COLLABORATEURS À LA RÉDACTION DE CE NUMÉRO

***Camille Gagné,*** Université Laval
***Carole Gulglielmo,*** Québec en Forme
***Catherine Moquin,*** ÉquiLibre
***Chantal Blouin,*** Institut national de santé publique du Québec
***Gabrielle Manseau,*** Direction régionale de santé publique de la Montérégie
***Gérald Baril,*** Institut national de santé publique du Québec
***Hélène Gagnon,*** Direction de santé publique de la Montérégie
***Isabelle Robidoux,*** équipe du projet La Voix des parents
***Marc Bergeron,*** 1, 2, 3 GO ! Limoilou
***Marie Marquis,*** Département de nutrition, Université de Montréal
***Marie-Claude Paquette,*** Institut national de santé publique du Québec
***Marie-Ève Brunet-Bélanger,*** Table de concertation en petite enfance de Rosemont
***Mario Lapointe,*** ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec
***Martine David,*** Jeunes pousses
***Maryse Bédard-Allaire,*** Carrefour action municipale et famille
***Mélissa Kucbel-Saumier,*** Fondation OLO, pour naître en santé
***Michèle Leboeuf,*** 1, 2, 3 GO ! Limoilou
***Rana Farah,*** ministère de la Santé et des Services sociaux
***Sabrina Fortin,*** ministère de la Santé et des Services sociaux
***Serge Rousseau,*** CPE Parc-en-ciel, Thetford Mines
***Simon Jacques,*** Université Laval
***Steeve Ager,*** ministère de la Santé et des Services sociaux
***Sylvie Morency,*** ministère de la Santé et des Services sociaux
***Véronique Martin,*** ministère de la Famille
***Yves G. Jalbert,*** Institut national de santé publique du Québec



## ÉDITION

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

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2013
Bibliothèque et Archives Canada, 2013

ISSN 1918-8692 (version imprimée)

ISSN 1918-8706 (version en ligne)



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

13-289-12W © Gouvernement du Québec, 2014