



Table des matières

Mot de la coordonnatrice du PAG	2
La Politique sur le vélo et la Route verte: un modèle pour le développement des transports actifs	3
En manchette	5
Pleins feux sur les régions	8
La boîte à outils	11
Le coin lecture	11
Formation	14
Glossaire	16
Un regard sur la littérature scientifique	17
Chapeau!	19

UN NOUVEAU DÉFI!

Le 30 juin dernier, M^{me} Lilianne Bertrand quittait son poste de chef du Service de promotion des saines habitudes de vie, qu'elle dirigeait depuis 2001, pour se consacrer à la planification d'un prochain plan d'action gouvernemental. C'est à ce titre que M^{me} Bertrand a pris part aux travaux qui ont conduit à la publication, en 2005, 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*. Elle a aussi participé activement à la création du Fonds pour la promotion des saines habitudes de vie. Membre du conseil d'administration de Québec en forme depuis sa création, en 2002, elle a su y mettre à profit sa vaste expérience antérieure de gestionnaire d'organisme à but non lucratif.



Femme de conviction, de cœur et de passion, elle a su s'entourer pour mener à bien les divers mandats confiés à son service au cours des années, et reliés entre autres aux habitudes de vie, à la santé dentaire, aux traumatismes non intentionnels, à l'approche École en santé ou encore à la périnatalité et à la petite enfance.

Toute l'équipe du Service de promotion des saines habitudes de vie tient à remercier M^{me} Bertrand pour le travail accompli durant ces années et lui souhaite la meilleure des chances dans ses nouvelles fonctions.

REGROUPEMENT DES ACTIVITÉS DE LA SOCIÉTÉ DE GESTION DU FONDS POUR LA PROMOTION DES SAINES HABITUDES DE VIE ET DE QUÉBEC EN FORME

Le gouvernement du Québec et la Fondation Lucie et André Chagnon, les deux partenaires qui ont créé le Fonds pour la promotion des saines habitudes de vie, ont entamé une démarche qui conduira au regroupement des activités de la Société de gestion du Fonds et de Québec en forme, dans un souci d'harmonie et de cohérence entre les projets soutenus par les deux organismes.

Cette opération vise une amélioration de l'organisation et permettra au partenariat créé en 2007 de mieux remplir son mandat, soit le soutien aux projets de mobilisation locale et aux projets régionaux et nationaux de promotion.

La démarche de regroupement est en cours. M. Éric Myles, directeur général de Québec en forme et de la Société de gestion du Fonds, est chargé de piloter le dossier, en collaboration avec un comité des partenaires. Plusieurs étapes de nature légale et organisationnelle doivent encore être franchies, et il est impossible de dire quand exactement la fusion sera effective. Nous vous tiendrons au courant de l'évolution du dossier.

(Source: Caroline De Pokomandy-Morin, ministère de la Santé et des Services sociaux)





Mot de la coordonnatrice du PAG



Ah! le plaisir de rouler à vélo! J'aime beaucoup le vélo. Je suis une adepte du cyclotourisme. Il me semble intéressant de voir et visiter en vélo, pour plusieurs raisons. D'abord, même si ça peut sembler une évidence, à vélo on va plus vite qu'à pied et moins vite qu'en auto. On réussit donc à voir beaucoup de choses, et à bien les voir: ce qui n'est pas toujours le cas à pied ou en auto. À vélo, il y a le vent qui nous caresse la peau, ce

qui est une sensation très agréable, et encore plus lorsqu'il fait chaud, voire très chaud. Une autre raison de rouler à vélo: j'aime sentir que je sollicite mon corps tout en m'amusant. Non que je vive en pensant aux calories ou en comptant des minutes d'activité physique, bien au contraire. Mais bouger, à vélo ou autrement, en dansant par exemple, me confirme chaque fois que je suis bien en vie. C'est comme ressentir la faim, c'est le signe que son corps est bien vivant!

Le vélo en touriste, c'est bien, mais le vélo utilitaire pour les déplacements quotidiens, le vélo qui désengorge les rues, qui fait qu'on ne pollue pas l'air et qu'on met notre corps en mouvement tous les jours, c'est encore mieux! C'est une autre dimension de l'expérience vélo que j'aimerais pouvoir mettre en valeur dans ma vie. Mais je réside sur la Rive-Sud de Montréal et mon bureau est à côté du boulevard Métropolitain. Pas évident d'aller travailler en vélo. Des personnes plus hardies le feraient sans doute, mais c'est trop pour moi. Trop loin, trop dangereux. Voilà, c'est dit! J'adore le vélo, mais j'ai souvent des craintes, particulièrement en ville. Il n'est que de penser aux accidents, aux blessés, aux morts. Voilà l'essence du travail de nos collègues développeurs d'infrastructures cyclables: rendre l'expérience agréable et sécuritaire tout en augmentant les occasions de s'y adonner.

Voilà pourquoi un plan gouvernemental doit soutenir l'action des personnes et des groupes qui, depuis maintenant quelques décennies, croient que le Québec peut être un lieu merveilleux pour faire du vélo. Dans l'article principal du bulletin, M. Marc Panneton, coordonnateur vélo au ministère des Transports et responsable gouvernemental de la Route verte, nous donne un aperçu de l'état de la situation en la matière. Il traite de la Politique sur le vélo du ministère des Transports et de la Route verte, un projet qui fait parler de nous à l'étranger. Dans le même ordre d'idées, on peut certes se féliciter collectivement du succès du Bixi, ce vélo «urbain» qui a fait son apparition à Montréal en 2009 et dont le concept est déjà exporté dans plusieurs pays du monde (Australie, États-Unis et Royaume-Uni, entre autres). Et comme les Bixi sont fabriqués au Québec, c'est un plus pour notre économie!

Je vous souhaite un bel automne. Il reste encore de belles journées pour aller à vélo et profiter des récoltes. Quant à moi, lorsque vous lirez ces lignes, je reviendrai d'un tour à vélo dans la campagne française!

Lyne Mongeau
Coordonnatrice du PAG



NDLR: Au moment de retenir cette photo, nous avons appris le décès de Michel Montignac. L'auteur français qui a publié une vingtaine d'ouvrages vendus dans une quarantaine de pays et qui a créé, au milieu des années 80, le célèbre régime amaigrissant qui porte son nom est décédé à l'âge de 66 ans des suites d'une longue maladie.



La Politique sur le vélo et la Route verte : un modèle pour le développement des transports actifs



En 1995, avec l'adoption de la Politique sur le vélo, le ministère des Transports (MTQ) amorçait un mouvement de prise en considération des besoins des cyclistes dans la planification et la conception des infrastructures de transport au Québec. En lançant cette même année le projet de la Route verte, le gouvernement du Québec plaçait le MTQ

devant un défi de taille. Aujourd'hui, force est de constater que la Politique sur le vélo et la Route verte ont eu un effet d'entraînement sur le développement d'environnements favorables aux transports actifs au Québec.

Du rêve à la réalité

En 1995, le projet de Vélo Québec Association, qui consistait à doter le Québec d'un itinéraire cyclable national, était ambitieux. La création d'un itinéraire cyclable ininterrompu de plus de 4000 km reliant entre elles toutes les régions du Québec constituait en soi un défi, notamment parce qu'à l'époque, les aménagements cyclables étaient peu nombreux. L'engagement financier du MTQ, en vertu de sa Politique sur le vélo, a permis de mettre en place les infrastructures nécessaires à la réalisation d'un tel projet. Le projet a nécessité des investissements de plus de 100 millions de dollars de la part du MTQ, tant pour adapter davantage le réseau routier aux besoins des cyclistes que pour financer des projets municipaux un peu partout au Québec. Ces investissements, en plus de l'essor d'une culture cycliste dû en grande partie à l'action de Vélo Québec, ont permis d'inaugurer la Route verte en 2007 et d'en annoncer l'année suivante, en même temps que la mise à jour de la Politique, une nouvelle phase d'environ 900 km qui devrait être achevée en 2013.

Influence du projet sur la société québécoise

On peut se demander comment un projet essentiellement récréotouristique comme la Route verte peut avoir une influence sur le développement urbain et rural, comment il peut influencer sur la façon de se déplacer quotidiennement dans la ville et dans l'espace régional.

La Route verte et les nombreuses initiatives régionales permettent d'envisager des mesures susceptibles de rendre les villes plus favorables aux déplacements en vélo, tout en offrant la garantie d'un potentiel d'utilisateurs. Cette situation procure au Québec un avantage stratégique sur ses voisins en matière de transport durable et de lutte contre les gaz à effet de serre.

Le développement des villes a longtemps été pensé en fonction de l'usage de l'automobile, et beaucoup de municipalités concevaient leur réseau cyclable uniquement en fonction du loisir. Reste qu'au Québec, le taux de cyclistes utilisant à l'occasion leur vélo pour leurs déplacements est passé de 21 % en 1995 à 34 % en 2005¹. Par ailleurs, l'utilisation du vélo a atteint ici des niveaux inégalés dans le reste du Canada et aux États-Unis. C'est ainsi qu'en 2005, la proportion d'Américains (7 ans ou plus) ayant fait du vélo au moins une fois dans l'année était de 27 %, comparativement à 44 % pour l'ensemble de la population québécoise. De plus en plus de municipalités commencent maintenant à tenir compte de cette popularité du vélo au Québec pour mettre en place les conditions de réussite du transport durable.

Incidence sur l'aménagement du territoire

Depuis 1995, divers outils de planification et de conception des voies cyclables ont été produits. Aux Normes du MTQ se sont ainsi ajoutés un chapitre sur la conception des voies cyclables², puis un chapitre sur la signalisation des voies cyclables³. En 2009, Vélo Québec Association a publié le guide *Aménagements en faveur des piétons et des cyclistes*, qui sert aussi de soutien à une formation destinée aux intervenants des services des travaux publics, de l'aménagement du territoire, de l'urbanisme et des parcs.

Suite à la page 4

¹ VÉLO QUÉBEC ASSOCIATION, *L'état du vélo au Québec en 2005*, Montréal, Vélo Québec Association, 2006, p. 25.

² MINISTÈRE DES TRANSPORTS, *Normes – Ouvrages routiers, Tome I – Conception routière*, Québec, Les Publications du Québec, 1996.

³ MINISTÈRE DES TRANSPORTS, *Normes – Ouvrages routiers, Tome V – Signalisation routière*, Québec, Les Publications du Québec, 1999.



Bien que la Route verte soit d'abord un circuit à vocation récréotouristique, elle devient, lorsqu'elle traverse une agglomération, une infrastructure qui favorise les déplacements actifs. On l'emprunte pour se rendre au centre-ville de Montréal, pour parcourir le cœur de Victoriaville, pour aller chercher du pain frais au village de Saint-Jean-Port-Joli à partir de son chalet. À Québec et à Lévis, la Route verte fait converger les cyclistes vers le traversier, et donne à la population une autre option que l'automobile pour se rendre au travail. Le maillage entre la Route verte et les autres réseaux régionaux et locaux, par exemple dans le cadre du volet « Réseaux régionaux » du Programme d'aide financière au développement de la Route verte ou du volet « Infrastructures » du Programme d'aide gouvernemental aux modes de transport alternatifs à l'automobile, ne peut que favoriser les déplacements actifs.

Mais même si les dernières années ont donné lieu à des réalisations remarquables, et malgré l'existence d'outils de planification et de conception, on voit encore, sur la Route verte comme ailleurs, des aménagements peu inspirés, qui n'apportent pas d'amélioration à la mobilité des cyclistes et même, qui ont pour effet de mettre en jeu leur sécurité. Ces aménagements peuvent être le résultat de trop grands compromis, souvent en faveur du stationnement. On fait donc encore beaucoup d'entorses aux règles de l'art, ce qu'on ne ferait jamais dans le cas de la construction d'une route.

Incidence sur la santé

Au Québec, l'augmentation de l'usage de la bicyclette, qui est liée au fort développement des infrastructures cyclables depuis 1995, s'est traduite par une diminution des accidents routiers mettant en cause un vélo et un véhicule moteur. Ainsi, entre 1990 et 1994, ces accidents ont fait en moyenne 3793 victimes par année, dont 32 décès, alors qu'entre 2004 et 2008 la moyenne annuelle est passée à 2400 victimes, dont 17 décès.

À cette amélioration du bilan routier s'ajoute une amélioration du bilan de santé de la population, car on estime que les déplacements à vélo constituent un apport pour la santé pour près du tiers (30,5 %) des adultes québécois pendant cinq mois de l'année, soit de mai à septembre.

Pour plus de renseignements sur la Route verte et la Politique sur le vélo, consulter le site Internet www.mtq.gouv.qc.ca, section « Grand public ».

(Source : Marc Panneton, ministre des Transports)



BILAN DE LA STRATÉGIE CYCLABLE DU QUÉBEC

Du développement des aménagements cyclables au Québec au cours des dernières années, on peut aujourd'hui dégager les constats suivants.

- La Route verte et les pistes cyclables qui la composent sont un incubateur pour cyclistes, et donc un moyen de préparer les Québécois à un modèle urbain plus tourné vers les déplacements actifs.
- La Route verte et la Politique sur le vélo ont été jusqu'à maintenant des laboratoires intéressants de planification urbaine appuyée sur la consultation et la concertation, et ainsi un moyen d'apprentissage à la démocratie municipale pour les développeurs de réseaux cyclables.
- La collaboration d'une grande variété d'acteurs du développement régional et municipal dans la planification de la Route verte a permis de conjuguer les intérêts des milieux urbains et ruraux en matière d'aménagements cyclables.
- Les aménagements réalisés aux niveaux national et régional ont permis de distinguer les voies cyclables qui encouragent les déplacements actifs de celles qui sont sous-utilisées en raison de leur mauvaise conception.
- En forçant des liens entre les pistes existantes, entre les villes et les villages, entre les régions, la Route verte a souvent permis une incursion dans les zones centrales, et ainsi créé une amorce pour les autres axes de déplacements cyclables dans le milieu urbanisé.
- La Route verte fait découvrir à la population qu'il est possible de poursuivre le lundi les déplacements actifs pratiqués la fin de semaine, qu'il est encore possible d'utiliser le vélo pour se rendre au travail, à l'école, à l'épicerie.



En manchette

DÉBUT OFFICIEL DE L'ÉDITION 2010-2011 DU PROGRAMME *FRUITS ET LÉGUMES EN VEDETTE*

C'est le 1^{er} septembre dernier que l'édition 2010-2011 du programme *Fruits et légumes en vedette* a pris son envol partout au Québec. Jusqu'au 31 août 2011, les restaurateurs inscrits offriront à leur clientèle des menus sains et équilibrés mettant en valeur les fruits et les légumes, en particulier du Québec, et ainsi contribuer à l'amélioration de la santé de la population. Dans un contexte où le rôle de la consommation de fruits et légumes dans la prévention de maladies comme le cancer, le diabète et les maladies cardiovasculaires est largement reconnu, le programme *Fruits et légumes en vedette* offre aux restaurants une belle occasion de se distinguer en tant qu'entreprises soucieuses de la santé de leur clientèle.



Des nouveautés au menu

Cette année, les restaurateurs peuvent s'inscrire en ligne sur le site Internet du programme (www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.ca/FetL). L'inscription donne accès à une zone sécurisée où les restaurateurs participants peuvent trouver des outils qui les aideront à mettre en œuvre le programme.

Les restaurateurs peuvent toujours compter sur un appui important dans leur démarche d'amélioration de l'offre alimentaire de leur établissement. En effet, tous les restaurateurs inscrits reçoivent une trousse composée d'une pochette à l'image du programme, d'un dépliant promotionnel, d'un guide intitulé *Pour mettre de la couleur dans vos assiettes!*, de cartons aide-mémoire à l'intention des serveurs et d'autocollants miniatures qui pourront être apposés dans les menus à côté des mets plus riches en fruits et légumes. Les autocollants sont une grande nouveauté cette année; ils permettront aux clients de repérer les mets « vedettes » tout en constituant un outil de promotion du programme auprès de la clientèle.

Un tout nouvel atelier de sensibilisation à la mise en valeur des fruits et des légumes au menu sera également proposé. Cet atelier alliant conseils nutritionnels et astuces pratiques sera offert au cours de l'année 2011.

La campagne du mois de mars: toujours à l'honneur

Au cours des cinq dernières années, l'Événement *Fruits et légumes en vedette* s'est déroulé au mois de mars, avec succès. Cette campagne est une belle façon de promouvoir le programme auprès de la population, notamment par des publicités de toutes sortes et du matériel promotionnel à l'intention des restaurateurs participants (napperons, électrostatiques pour la porte et les fenêtres, carton-tente, etc.). L'Événement *Fruits et légumes en vedette* est aussi une occasion de donner un nouveau souffle au programme. En effet, les mois d'hiver peuvent rendre la tâche plus difficile à certains restaurateurs en raison d'un accès plus limité aux fruits et légumes frais. C'est pourquoi des journées de réseautage avec des producteurs, transformateurs et distributeurs locaux de fruits et de légumes ont lieu dans plusieurs régions du Québec.

En somme, tous les moyens sont pris pour accompagner les restaurateurs participants dans l'élaboration d'une offre alimentaire toujours plus nutritive et savoureuse et ainsi, faire écho à la stratégie du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation (MAPAQ) *Mettez le Québec dans votre assiette*.

Le partenariat: au cœur du succès

Mené par le ministère de la Santé et des Services sociaux, en collaboration avec le MAPAQ, le programme peut aussi compter sur la participation de plusieurs partenaires, dont l'Association des jardiniers maraîchers du Québec, l'Association québécoise de la distribution de fruits et légumes, le Conseil de la transformation agroalimentaire et des produits de consommation, l'Association des restaurateurs du Québec et Acti-Menu.

Et tout comme la campagne sociétale *Au Québec, on aime la vie*, cette initiative fait partie d'un ensemble d'actions concertées qui visent la création d'environnements favorables à l'adoption de saines habitudes de vie. Pour connaître les restaurants participants, consulter le site Internet du programme.

(Source: Marie-Pier Parent, ministère de la Santé et des Services sociaux)



En manchette

L'AUTOMNE EST EN MARCHÉ!

Kino-Québec est heureux d'inviter la population à profiter des *Rendez-vous d'automne* et des belles couleurs de la saison pour découvrir ou redécouvrir les plaisirs de la marche.

Comme la marche est un des gestes les plus naturels et accessibles qui soient, elle représente un moyen simple et efficace, pour tous, d'adopter ou de maintenir un mode de vie physiquement actif. En favorisant la pratique régulière de cette activité et en offrant à la population diverses occasions de bouger, cet événement s'inscrit dans la campagne sociétale *Au Québec, on aime la vie* et dans les objectifs du plan d'action *Investir pour l'avenir*.

Rendez-vous d'automne, c'est aussi près de 500 entreprises privées, établissements de santé, ministères, municipalités et organismes communautaires qui, sur tout le territoire québécois, se mobilisent pour encourager la pratique de la marche et d'autres formes d'activité physique dans le lieu de travail ou la communauté.

Besoin d'idées pour organiser des activités de promotion de la marche? Le site Internet de Kino-Québec (www.kino-quebec.com) propose une foule d'activités, de trucs, de conseils, et plus encore!

Bons *Rendez-vous d'automne*!

(Source: Carole-Lynn Massie, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport)

BILAN, REDDITION DE COMPTES, ÉVALUATION : OÙ EN SOMMES-NOUS?

L'équipe de coordination 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* (PAG) a déjà mentionné dans ce bulletin à quel point elle juge importantes les activités relatives à l'évaluation. L'univers de l'évaluation comprend de nombreux termes, écoles de pensée et cadres d'analyse différents. Pour ce qui est des activités évaluatives relatives au PAG, nous utilisons trois termes différents. Nous souhaitons d'abord distinguer les trois démarches avant de faire état de l'avancement des travaux.

Bilan : opération annuelle visant à mesurer le degré de mise en œuvre de chacune des 75 actions du PAG entre le 1^{er} avril et le 31 mars de chaque année et à retracer certaines activités liées à la mise en œuvre des actions. Cette opération est réalisée par tous les ministères et organismes engagés dans le PAG, sous la responsabilité de l'équipe de coordination du PAG.

Reddition de comptes : cette expression désigne les activités qui mènent à la production d'un rapport qui sera soumis au Conseil des ministres. Deux rapports triennaux doivent être déposés durant la durée du PAG, le premier en 2009 et le second à la fin, en 2012 (obligation précisée dans le PAG, p. 37).

Évaluation : ce terme renvoie aux activités qui visent à porter un jugement sur les pratiques et à tirer des leçons de la mise en œuvre du PAG. Il s'agit ici d'une évaluation d'implantation. L'évaluation est également utile pour établir un lien possible entre les objectifs et les activités réalisées. On parle d'évaluation d'effets ou d'impacts lorsqu'on cherche à savoir si les activités réalisées ont donné les effets escomptés.

Toute autre activité de recherche menée dans le but d'obtenir de l'information sur des aspects particuliers peut être nommée « étude » ou « recherche ».

Suite à la page 7





En manchette

Avancement des travaux

La collecte de données pour le bilan de la troisième année d'implantation du PAG s'est terminée le 30 août après deux reports d'échéance. Cette année, l'utilisation d'un sondage électronique visant à faciliter certaines étapes a nécessité plusieurs ajustements et... beaucoup de patience de la part des intervenants! Nous en profitons d'ailleurs pour remercier toutes les personnes qui y ont collaboré. L'analyse des données est en cours en prévision d'un rapport qui devrait être diffusé à l'hiver 2011. Ce rapport sera similaire à celui de l'an 1. Pour ce qui est des données relatives à l'an 2, elles ont été en partie livrées dans le rapport triennal 2006-2009 et ne feront pas l'objet d'un rapport particulier.

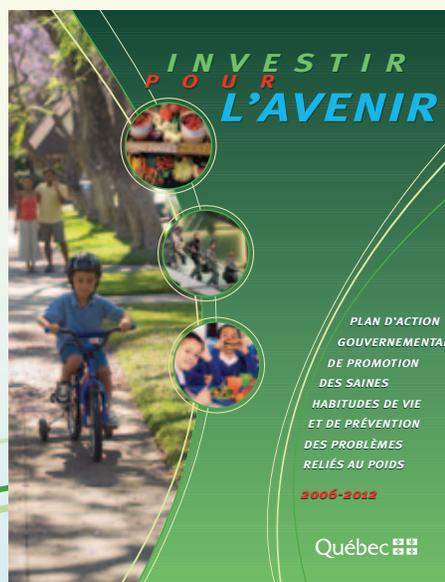
L'opération de reddition de comptes triennale (2006-2009) a été jalonnée de difficultés. Nous espérons profiter de l'occasion pour interpeller les ministres et soumettre diverses propositions visant à soutenir plus fortement la mise en œuvre du PAG d'ici 2012. Il en a été autrement. Nous avons aussi dépassé l'échéance de la session d'hiver 2010. Il est donc impératif que le rapport et le mémoire soient déposés durant la session d'automne. Le rapport triennal sera diffusé après son adoption par le Conseil des ministres.

Quant à l'évaluation de l'implantation, menée par la Direction de l'évaluation du MSSS en collaboration avec le comité d'évaluation du PAG auquel siège un représentant de chaque ministère et organisme engagé, elle avance rondement. La collecte de données est complétée pour les deux premières phases. Les données de la première phase ont fait l'objet d'une analyse préliminaire et les résultats ont été présentés aux comités des répondants ministériels et des sous-ministres adjoints en mars et en juin 2010 respectivement. Les données de la deuxième phase sont en cours d'analyse et seront présentées aux comités au début de 2011. La production des rapports suivra.

Toujours au chapitre de l'évaluation, une démarche est entreprise afin de réfléchir sur des questions de recherche plus vastes. Cette démarche distincte des autres est appelée « Évaluation de la Stratégie québécoise de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids », et se rapporte à l'action globale des divers partenaires en cause, soit le comité de coordination du PAG, Québec en forme, la Société de gestion du Fonds pour la promotion des saines habitudes de vie et la Coalition québécoise sur la problématique du poids, entre autres.

On peut donc voir que le comité de coordination du PAG se montre soucieux de mieux comprendre ce qui en fait le succès et ce qui est à améliorer.

(Source : Lyne Mongeau, ministère de la Santé et des Services sociaux)





Pleins feux sur les régions

L'AGENCE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DE LA CAPITALE-NATIONALE : UNE PIONNIÈRE EN MATIÈRE D'OFFRE ALIMENTAIRE SAIN

En juillet 2009, le ministère de la Santé et des Services sociaux publiait le cadre de référence *Miser sur la saine alimentation : une question de qualité* destiné aux établissements du réseau¹. Les établissements du réseau avaient jusqu'en juin 2010 pour adopter une politique alimentaire, alors que la mise en œuvre peut s'échelonner jusqu'en mars 2012.

L'Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale a pour sa part combiné ces deux étapes, soit l'adoption et la mise en œuvre de sa politique alimentaire. En concrétisant une offre alimentaire plus saine dans ce délai, l'Agence a joué le rôle de pionnière à plusieurs égards. M. François Desbiens, directeur régional de santé publique de l'Agence, nous explique le parcours de son équipe.

Q : *M. Desbiens, pouvez-vous décrire la démarche de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale pour élaborer une politique alimentaire conforme au cadre de référence ?*

R : De par son mandat et en tant que promoteur du programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION, l'Agence avait le souci de proposer à son personnel des aliments plus sains, ce qu'elle fait depuis 2005.

La consultation sur le cadre de référence dans notre région, en décembre 2008, a permis de mobiliser rapidement les gestionnaires et les professionnels de notre organisation à cet enjeu. Engagés tôt dans le processus, ils étaient prêts lorsque la demande officielle a été formulée en juillet 2009.

L'Agence s'est engagée rapidement dans le processus. Dès le 31 mars 2010, quelques mois à peine après la diffusion du cadre de référence, l'Agence était en mesure d'appliquer sa propre politique alimentaire dans ses deux points de service.

Il est par ailleurs apparu à l'Agence que le principe d'exemplarité devait primer – l'exemple devant inspirer les établissements de la région –, ce qui a certainement facilité aussi la mobilisation.

Q : *Comment l'Agence en est-elle arrivée à une mise en application aussi rapide ?*

R : « Rien ne sert de courir, il faut partir à point », dit le proverbe. C'est un peu ce qui s'est produit chez nous.

Le processus a commencé à l'automne 2008. À la demande du Ministère, l'Agence a procédé à une consultation sur le cadre de référence auprès de tous les établissements de la région. Durant la même période, un suivi de cette consultation a été fait auprès du président-directeur général, du directeur régional de santé publique, du Comité de direction de l'Agence et de la Table régionale de santé publique. Cette première étape a permis de sensibiliser les gestionnaires de l'Agence et les établissements de la région. Lors d'une seconde rencontre auprès du Comité de direction, en mars 2009, il a été convenu d'offrir un soutien auprès des établissements dont les besoins seront plus importants en accompagnement.

En septembre 2009, des stagiaires de l'équipe Habitudes de vie/Maladies chroniques (HV/MC) de la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale (DRSP), supervisés par la nutritionniste de l'équipe, ont dressé un bilan de l'offre alimentaire des deux points de service de l'Agence en fonction des orientations du cadre de référence et formulé des recommandations.

Une première version de la politique alimentaire, élaborée par la nutritionniste et la chef d'équipe HV/MC de la DRSP, a été présentée au président-directeur général de l'Agence et au directeur régional de santé publique en novembre. Après quelques modifications, la politique a été approuvée par le Comité de direction en janvier 2010, puis par le conseil d'administration de l'Agence le 18 février 2010; elle est en application depuis le 31 mars 2010.

L'Agence a communiqué avec ses traiteurs en février, puis leur a transmis sa nouvelle politique alimentaire et ses consignes. Les consignes pour les commandes ont également été transmises aux agentes administratives qui ont bénéficié, en avril, d'une rencontre de suivi avec la nutritionniste responsable du dossier.

En prévision de la mise en œuvre de la politique, les membres du personnel ont eu à remplir un questionnaire sur leurs préférences alimentaires. L'annonce de la mise en œuvre et le suivi du questionnaire ont été assurés conjointement par la Direction régionale de la planification, des affaires corporatives, des communications et de l'Infocentre et par la DRSP, comme convenu dans la politique alimentaire de l'Agence.

Suite à la page 9

¹ Diffusé à l'adresse www.msss.gouv.qc.ca, section « Publications ».



Pleins feux sur les régions

Q: Comment l'Agence a-t-elle accompagné les établissements pour l'élaboration et l'implantation de leur politique alimentaire?

R: Nous avons d'abord communiqué avec l'ensemble des établissements en septembre 2009. Par la suite, nous avons privilégié deux modes de suivi.

Dans le cas des plus gros établissements (centres hospitaliers, centres de santé et de services sociaux, centres de réadaptation, centre jeunesse), nous avons opté pour des rencontres de suivi. Une première rencontre a eu lieu en janvier 2010. Elle a permis de faire une mise à jour du cadre de référence et d'échanger avec les responsables des établissements, qui ont aussi été invités à s'inscrire au forum sur le cadre de référence organisé par le MSSS. La seconde rencontre, début juin, portait sur le processus de rédaction et d'adoption de la politique alimentaire. Trois rencontres annuelles de suivi, qui permettront l'échange et la collaboration entre les établissements, auront lieu pour la durée de l'implantation du cadre de référence, soit jusqu'en 2012. Les rencontres sont animées par la DRSP, ce qui est fort apprécié des établissements.

Quant aux petits établissements, soit les centres d'hébergement privés conventionnés, ils ont d'abord été rencontrés ensemble en mars 2010. Ceux-ci ont pu bénéficier, au besoin, du soutien de la DRSP pour la rédaction de leur politique. Ce soutien, donné par une ressource professionnelle engagée à cette fin, a permis d'accélérer la progression du dossier. En date de septembre 2010, tous les établissements avaient été rencontrés de façon individuelle et leur politique alimentaire était en processus d'adoption. Plusieurs établissements avaient également amorcé une démarche de plan d'action.

Q: Quels sont les éléments qui ont facilité le processus de mise en application de la politique alimentaire?

R: La clé du succès a incontestablement été la collaboration des professionnels et des cadres. Les gestionnaires de l'Agence croyaient au projet et ont vite donné leur appui. Un autre élément aidant: le fait de désigner les professionnels porteurs du dossier avant l'adoption du cadre de référence. De cette façon, nos professionnels ont pu entrer rapidement en contact avec les établissements.

Pour les milieux plus petits, soit les centres d'hébergement privés conventionnés, le fait d'avoir prévu une ressource pour les aider s'est avéré positif.

Pour l'ensemble des établissements de la région, avoir rapidement l'exemple de la politique de l'Agence a été aidant.

Finalement, pour l'ensemble des établissements, un des éléments qui a facilité la rédaction des politiques est sans contredire le cadre de référence lui-même. Le temps de rédaction a été réduit, car les objectifs à atteindre étaient déjà définis. De même, la disponibilité des ressources du Ministère pour répondre aux différentes interrogations en cours de processus a été appréciée.

Q: Quelles sont les principales difficultés que vous avez éprouvées?

R: Étant la région la plus avancée dans la mise en application de la politique alimentaire, nous n'avons pas de références sur lesquels nous appuyer. Par exemple, il n'existait pas de modèle de politique alimentaire conforme au cadre de référence, nous avons été les premiers à en élaborer un. Nous avons d'abord procédé à un travail d'analyse afin de dresser une liste d'aliments conforme aux critères de la politique pour les aliments vendus en distributrice.

Q: Au cours des prochains mois, comment l'Agence s'y prendra-t-elle pour favoriser l'implantation des politiques alimentaires dans les établissements de la région?

R: Nous poursuivrons le soutien aux établissements en fonction de leur besoins. Par exemple, il nous a été demandé de faire connaître à la population de notre région les changements d'offre alimentaire dans les établissements du réseau de la santé. De cette façon, nous valoriserons les démarches des établissements auprès des utilisateurs et par le fait même, auprès de la population.

Finalement, nous maintiendrons l'animation de comités afin de permettre aux établissements d'échanger sur la mise en application de leur politique.

(Entrevue réalisée en collaboration avec Carole St-Pierre, ministère de la Santé et des Services sociaux)



Pleins feux sur les régions

UN PARTENARIAT GAGNANT

Dans la région de Lanaudière, l'histoire de *Fruits et légumes en vedette* remonte à un peu plus de six ans. Les campagnes se sont toujours bien déroulées grâce à la collaboration de l'Agence et des centres de santé et de services sociaux. Cette année, l'organisation compte un nouveau joueur : la direction régionale Montréal-Laval-Lanaudière du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation.

Le fait que la campagne *Fruits et légumes en vedette* devienne un programme annuel se trouve à faciliter la mise en valeur des produits de saison régionaux et a entraîné la venue de ce nouveau partenaire.

Lanaudière est la deuxième région en importance au Québec pour la production de légumes frais. On y trouve beaucoup de très grands champs horticoles, ce qui constitue parfois un obstacle à l'approvisionnement local puisqu'il peut être difficile pour les restaurateurs de commander de petites quantités. Dans bien des cas, ceux-ci doivent passer par un distributeur de fruits et légumes. Si la production maraîchère est diversifiée, les légumes racines, tels la carotte, la pomme de terre et le rutabaga, représentent une grande part des légumes cultivés.

La collaboration entre le réseau de la santé et le MAPAQ a mené à une journée de maillage qui a eu lieu le 20 septembre dernier et à laquelle étaient conviés restaurateurs, producteurs de légumes et distributeurs. Cette journée avait pour but de donner un aperçu de la production maraîchère locale, de montrer aux restaurateurs comment sont cultivés les légumes d'ici et de favoriser la création de circuits courts afin que les participants au programme *Fruits et légumes en vedette* utilisent davantage les produits locaux dans leurs menus. Durant cette journée, une usine de transformation de brocolis et de choux-fleurs (Productions maraîchères Mailhot inc.) et un producteur de betteraves et de panais (Fermes GNC inc.), nous ont ouvert leurs portes. Ce fût aussi l'occasion de goûter diverses recettes mettant en valeur ces légumes.



Voilà une journée qui laisse présager, pour les années à venir, bien des possibilités pour nos restaurateurs. En plus des producteurs et transformateurs locaux, nous pouvons penser au Conseil de développement bioalimentaire de Lanaudière et à l'Académie de tourisme et d'hôtellerie de Lanaudière. À suivre!

(Source : Caroline Michaud, Centre de santé et de services sociaux du Sud de Lanaudière)

DE SAINES HABITUDES DE VIE RÉGIONALES

En novembre 2009, la Société de gestion du Fonds pour la promotion des saines habitudes de vie invitait les instances régionales de concertation sur les saines habitudes de vie à soumettre des projets susceptibles d'avoir des retombées positives sur les jeunes de leur territoire.

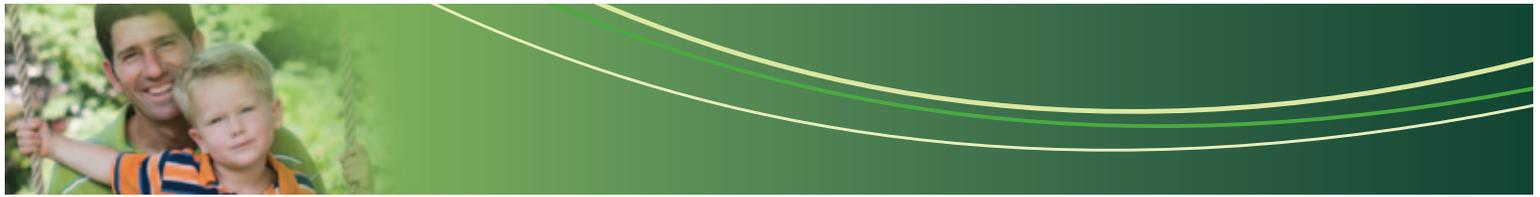
En septembre 2010, onze projets avaient été proposés par huit régions, et quatre approchaient de la phase de mise en œuvre. Ces quatre projets consistent en une formation en cuisine santé principalement à l'intention du personnel des centres de la petite enfance, des écoles et autres établissements ayant une clientèle 0-17 ans (« Formation en cuisine santé », Abitibi-Témiscamingue); en la mise en place d'une équipe régionale d'intervenants possédant une expertise diverse et chargée d'accompagner les milieux qui exercent une influence directe sur les jeunes de 0 à 17 ans (« Soutenons l'action », Laval); en la mise en place de conditions propices à l'acquisition de meilleures habitudes alimentaires pour les jeunes de familles défavorisées (« S'entraider et outiller pour mieux manger », Laurentides); en la formation d'un comité régional dans le but, ultimement, d'offrir aux jeunes plus de loisirs structurés et une plus large gamme d'activités physiques organisées (« Inter'Actions Jeunesse », Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine).

Quatre projets devraient s'ajouter au cours de l'automne, de sorte qu'avant la fin de l'année, environ une quinzaine de projets pourraient être en phase d'implantation dans douze des seize régions sociosanitaires du Québec. Les quatre autres régions ne sont pas en reste puisque leurs instances régionales sur les saines habitudes de vie sont soit en période d'analyse de besoins, soit en période de choix quant au projet à soumettre à la Société de gestion.

Au fil des prochaines éditions du bulletin, vous seront présentés les avancées en matière de promotion des saines habitudes de vie dans les différentes régions du Québec ainsi que les projets financés, les acteurs qui y sont rattachés et leur stade d'implantation.

Pour plus d'information sur les projets régionaux acceptés à ce jour, voir le site www.saineshabitudesdevie.org.

(Source : Sébastien Cottinet, Société de gestion du Fonds pour la promotion des saines habitudes de vie)



La boîte à outils

UN SITE INTERNET RÉNOVÉ POUR LA COALITION POIDS

La Coalition québécoise sur la problématique du poids (Coalition Poids), parrainée par l'Association pour la santé publique du Québec, vous invite à visiter son tout nouveau site Internet, à l'adresse www.cqpp.qc.ca.

Vous y trouverez notamment des statistiques et des références sur les priorités au cœur des actions de la Coalition, qui sont l'alimentation à l'école et dans les hôpitaux, les allégations et logos « santé », les boissons sucrées, l'enrichissement des aliments, la publicité destinée aux enfants, la taxe sur les boissons gazeuses et énergisantes et le transport actif sécuritaire des jeunes.

Le nouveau site de la Coalition Poids deviendra vite une source d'information précieuse pour tous ceux, individus et organisations, qui s'intéressent à la thématique du poids et à des questions connexes.

(Source : Suzie Pellerin, Coalition québécoise sur la problématique du poids)



Le coin lecture

LES LOISIRS QUI RASSEMBLENT

Essentiel à la vie, le loisir? Il n'est que de lire le dernier numéro de la revue *Développement social* (Vol. 11, no. 1), publiée par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), pour s'en convaincre. On y découvre que le loisir est un déterminant du développement individuel et social, un déterminant du développement durable des communautés, un agent de socialisation, un moyen de prévention de la criminalité, un outil de persévérance scolaire et de soutien aux familles ainsi qu'un espace de participation citoyenne. À cet égard, les centres communautaires de loisir (CCL) jouent un rôle clé : implantés dans les villes-centres, et généralement dans les quartiers économiquement moins favorisés, ils offriraient des services à quelque 400 000 personnes différentes par année. Plusieurs initiatives régionales, fort inspirantes, nous sont également présentées. Le loisir comme vecteur de développement social? Ce numéro de la revue nous en convainc. Pour lire ce numéro, et les autres : www.inspq.qc.ca/developpementsocial.

(Source : Marie-Pier Parent, ministère de la Santé et des Services sociaux)





Le coin lecture

LES COMPORTEMENTS ALIMENTAIRES : TOUJOURS EN ÉVOLUTION



Les comportements alimentaires

Quels en sont les déterminants ?
Quelles actions, pour quels effets ?

Synthèse de l'expertise scientifique collective réalisée par l'INRA à la demande du ministère de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Pêche

Au cours des dernières décennies, les pratiques alimentaires ont connu d'importants changements, caractérisés notamment par une augmentation de la consommation de lipides et de produits prêts à l'emploi, une progression de la restauration hors domicile et l'expansion de la grande distribution. Parce que l'alimentation est aussi affaire de politiques publiques qui, elles, doivent être appuyées par des connaissances récentes et pertinentes, le ministre français de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Pêche a demandé à l'Institut

national de la recherche agronomique (INRA) de réaliser une « expertise scientifique collective » (ESCo) sur les comportements alimentaires. Précisons que l'ESCo consiste en un « état critique pluridisciplinaire des connaissances » visant à aider la prise de décision publique. Pour dresser un état des connaissances sur les comportements alimentaires, l'INRA a eu recours à une vingtaine d'experts issus de différentes disciplines et institutions. Cette expertise repose sur un corpus bibliographique imposant : près de 1600 articles scientifiques ont été analysés. Les conclusions ont d'abord été diffusées en juin dernier à l'occasion d'un colloque. L'étude, intitulée *Les comportements alimentaires. Quels en sont les déterminants? Quelles actions, pour quels effets?*, est maintenant diffusée dans le site Internet de l'INRA, à l'adresse www.inra.fr/l_institut/expertise/expertises_realisees/expertise_comportements_alimentaires.

(Source : Patrick Etiévant, Institut national de la recherche agronomique)

UNE PROPOSITION DE LOI FRANÇAISE POUR FAVORISER LA CONSOMMATION DE FRUITS ET DE LÉGUMES

Le 24 juin dernier, une proposition de loi visant à créer un « chèque fruits et légumes » a été déposée à l'Assemblée nationale de France. Ces chèques pourraient être remis aux salariés par leur entreprise et aux personnes défavorisées par les services sociaux départementaux afin de leur permettre d'acheter des fruits et des légumes et ainsi, d'avoir une alimentation plus équilibrée. Les « chèques fruits et légumes » pourraient s'inscrire dans une démarche globale d'éducation des populations à la nutrition qui serait confiée aux agences régionales de santé.

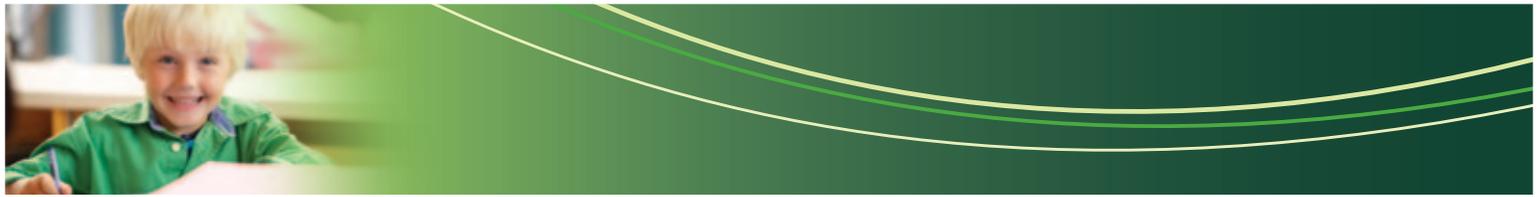
(Source : Brigitte Lachance, ministère de la Santé et des Services sociaux)

UN PORTRAIT DE L'ALIMENTATION DES JEUNES

Dans *Les jeunes québécois à table : regard sur les repas et collations*, l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) se penche sur l'alimentation des jeunes de 1 à 18 ans. Sont scrutés les repas, les collations ainsi que la consommation d'aliments préparés hors du foyer. Les résultats sont tirés de l'*Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes* (cycle 2.2, nutrition) réalisée par Statistique Canada en 2004. L'étude vient compléter le portrait intitulé *L'alimentation des jeunes québécois : un premier tour de table*, publié en 2008. Elle est diffusée à l'adresse http://www.stat.gouv.qc.ca/publications/sante/sante_nutrition.htm



(Source : Marie-Pier Parent, ministère de la Santé et des Services sociaux)



Le coin lecture



LES ÉLÈVES DU PRIMAIRE ET LE TRANSPORT ACTIF

Entre 2006 et 2008, dans le cadre du programme Actions concertées du Fonds québécois de la recherche sur la société et la culture (FQRSC), le groupe de recherche Ville et mobilité a réalisé une étude intitulée *Le transport actif et le système scolaire à Montréal et à Trois-Rivières : Analyse du système d'acteurs concernés par le transport actif des élèves des écoles primaires au Québec*. Cette étude pilotée par le chercheur Paul Lewis, de

l'Institut d'urbanisme de l'Université de Montréal, visait à analyser les déplacements domicile-école afin de comprendre le contexte dans lequel s'inscrit le transport actif. Les acteurs en cause comprenaient les enfants, le milieu scolaire, le milieu municipal et autres organismes gouvernementaux, et au premier chef les parents, qui jouent un rôle déterminant dans la mobilité des enfants. Le résumé de l'étude est diffusé dans le site Internet de l'INSPQ, à l'adresse www.inspq.qc.ca.

(Source: Alexandra Duranceau, Institut national de santé publique du Québec)

LE JEÛNE MODIFIÉ AUX PROTÉINES : EFFICACE ET SÉCURITAIRE?

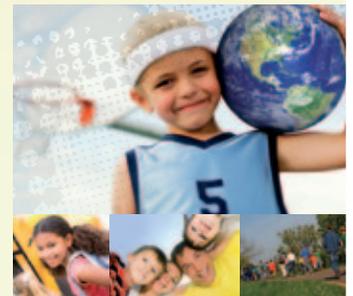
À leurs clients désireux de perdre du poids, certaines cliniques médicales proposent le jeûne modifié aux protéines, un type de diète caractérisé par une très faible teneur en énergie. Or, le jeûne protéiné a été associé à une cinquantaine de décès au cours des années 1970 et fait encore aujourd'hui l'objet de débats au sein de la communauté scientifique. C'est dans ce contexte que l'Agence d'évaluation des technologies et des modes d'interventions en santé (AETMIS) a publié, en juillet dernier, le rapport *Efficacité, innocuité et modalités d'utilisation du jeûne modifié aux protéines – Revue de la littérature*, qui se fonde sur de nombreuses études. Le rapport est diffusé dans le site Internet de l'AETMIS, à l'adresse www.aetmis.gouv.qc.ca/site/34.1236.0.0.1.0.phtml.

(Source: Raymonde M.H. Mayot, Agence d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé)

UNE SYNTHÈSE DES RECOMMANDATIONS SUR LES PRATIQUES EFFICACES AUPRÈS DES JEUNES

L'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) a publié récemment une synthèse des recommandations internationales et nationales sur les pratiques les plus efficaces pour favoriser la réussite éducative, la santé et le bien-être des jeunes en contexte scolaire. Les recommandations sont fondées sur des connaissances issues des sciences de l'éducation, des sciences sociales et des sciences de la santé, et sont établies pour onze thématiques qui trouvent écho en milieu scolaire, soit :

- collaboration école-famille-communauté;
- environnements et comportements sécuritaires;
- estime de soi;
- relations harmonieuses et prévention de la violence;
- alcool, drogues et jeux de hasard et d'argent;
- alimentation;
- mode de vie physiquement actif;
- non-usage du tabac;
- sommeil, hygiène et santé buccodentaire;
- santé mentale;
- sexualité saine et responsable.



Réussite éducative, santé, bien-être : agir efficacement en contexte scolaire
Synthèse de recommandations



Le document se présente sous forme de fiches portant sur ces onze thématiques, et se veut un outil d'aide à la décision dans le cadre d'une approche globale et intégrée. Il permettra ainsi aux gestionnaires et aux intervenants des réseaux de l'éducation et de la santé de mettre en perspective les pratiques de leur milieu avec les recommandations scientifiques. Cet outil sera suivi d'un autre, résultant, lui, d'une analyse transversale des onze thématiques qui aura permis de dégager un tronc commun de recommandations pour le préscolaire jusqu'à la fin du secondaire.

Le document, intitulé *Réussite éducative, santé et bien-être : agir efficacement en contexte scolaire – Synthèse des recommandations*, est diffusé dans le site Internet de l'INSPQ à l'adresse www.inspq.qc.ca, section « Publications ».

(Source: Johanne Laverdure, Institut national de santé publique du Québec)



Formation

DEUXIÈME SOMMET DU RÉSEAU CANADIEN SUR L'OBÉSITÉ

Fort du succès de son premier sommet national, qui a eu lieu en Alberta (Kananaskis) en 2009, le Réseau canadien sur l'obésité (RCO) est à préparer une seconde édition de l'événement. Cette grande rencontre se tiendra à Montréal du 28 avril au 1^{er} mai 2011.

En plus des séances plénières, des ateliers thématiques seront organisés. C'est ainsi que dans le cadre d'un atelier consacré à des stratégies provinciales notables, une présentation du PAG est déjà prévue. Par ailleurs, l'un des collaborateurs du PAG, soit le Secrétariat à la condition féminine (ministère de la Culture, des Communications et de la Condition féminine), participera, avec le Groupe d'action sur le poids Équilibre et divers experts, à un atelier d'une journée intitulé « Prévention concomitante des problèmes d'obésité, de préoccupation excessive à l'égard du poids et de troubles alimentaires : l'exemple de la Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée ».

Nous vous donnerons plus de détails dans une prochaine édition du bulletin, mais nous vous invitons déjà à inscrire l'événement à votre agenda. Pour plus d'information, voir le site du RCO, à l'adresse www.con-obesitysummit.ca.

(Source : Yovan Fillion, ministère de la Santé et des Services sociaux, et Karine Dumais, Secrétariat à la condition féminine)

COLLOQUE ANNUEL DU RÉSEAU QUÉBÉCOIS DE VILLES ET VILLAGES EN SANTÉ

En cette époque plutôt tourmentée où les citoyens cherchent des repères pour l'action et pour un vivre-ensemble moins individualiste, l'importance du rôle des municipalités et de leurs partenaires pour bâtir des communautés solidaires ressort plus que jamais. Dans un contexte social et économique en pleine ébullition, projets et stratégies visant à accroître l'engagement citoyen, le sens de la communauté et la solidarité se multiplient dans les milieux de vie. C'est sous le thème « Bâtir des communautés solidaires : une utopie possible » qu'avait lieu à Rivière-du-Loup, du 16 au 18 septembre 2010, le 22^e colloque annuel du Réseau québécois de Villes et Villages en santé. Pour plus d'information : www.rqvvs.qc.ca/colloque/colloque_2010.asp.

(Source : Marie-Pier Parent, ministère de la Santé et des Services sociaux)

PREMIER COLLOQUE CANADIEN SUR LES TRANSPORTS ACTIFS

Les 3 et 4 juin derniers a eu lieu à Montréal le premier colloque pancanadien sur les transports actifs. Le colloque « À pied, à vélo, des villes actives! », organisé par Vélo Québec, a attiré 250 personnes venant d'un peu partout au Canada et même de l'étranger.

Avec l'objectif avoué de contribuer au développement de réseaux de transport actif au Québec et ailleurs au Canada, ce colloque a été le théâtre d'échanges hors de l'ordinaire sur les meilleures pratiques en la matière. Les quelque 40 conférenciers et panélistes ont exploré une foule de thématiques allant des aménagements pour les piétons et les cyclistes à la complémentarité des modes de transport, en passant par des démarches de mobilisation communautaire en faveur des déplacements à pied et à vélo.

L'événement aura aussi permis de reconnaître le dynamisme des intervenants québécois rattachés au domaine et issus de secteurs clés : municipalités, éducation, santé, transports, milieu communautaire et sportif. Mais on retiendra également l'importance de poursuivre et d'accentuer les efforts investis dans le développement du transport actif au Québec.

Les présentations des conférences et ateliers du colloque sont diffusées dans le site www.velo.qc.ca/colloquevillesactives.

(Source : Yovan Fillion, ministère de la Santé et des Services sociaux)

LES 14^{ES} JOURNÉES ANNUELLES DE SANTÉ PUBLIQUE

Rendez-vous incontournable de formation continue pour la santé publique québécoise, les Journées annuelles de santé publique (JASP) accueillent, depuis maintenant quatorze ans, des professionnels, des médecins, des chercheurs, des professeurs, des étudiants, des gestionnaires, des décideurs, des psychologues, des nutritionnistes, des infirmières, des travailleurs sociaux et bien d'autres personnes qui s'intéressent à la santé et au bien-être de la population. Du 22 au 24 novembre 2010 à Québec, sous le thème « L'écho de nos choix », les JASP proposent une programmation composée de seize journées thématiques et de quatre ateliers méthodologiques où seront mis en avant les nouveaux enjeux, les questions de santé publique émergentes, les connaissances récentes.



Suite à la page 15



Formation

La programmation des JASP est plutôt alléchante pour les intervenants, gestionnaires et partenaires engagés dans la mise en œuvre du PAG *Investir pour l'avenir*. Ainsi, au cours de la première journée, un atelier méthodologique permettra de mieux connaître les étapes menant à la mobilisation des partenaires locaux et à l'élaboration de plans d'action concertés. Cet atelier prend appui sur l'exemple sherbrookois de mobilisation de la communauté autour des habitudes de vie des jeunes. Autre thème d'intérêt: la sécurité alimentaire. Une réflexion critique sur les approches en sécurité alimentaire sera proposée, dans une perspective de résolution du problème à long terme. Seront ainsi évoqués les meilleures pratiques et politiques favorisant le travail intersectoriel et la mobilisation des acteurs, les enjeux éthiques liés aux actions et politiques, de même que les différentes interventions en la matière. La question du poids, en rapport avec les plus récentes données sur les produits, services et moyens amaigrissants (PSMA), sera par ailleurs abordée dans le cadre de la journée thématique sur l'Enquête québécoise sur la santé de la population 2008, où l'on se demandera comment les données d'enquête peuvent contribuer à l'amélioration de l'état de santé et de bien-être de la population.

Le 23 novembre, vous ne voudrez sûrement pas manquer la journée thématique consacrée aux interventions efficaces visant l'adoption d'un mode de vie physiquement actif chez les jeunes (des détails sont donnés dans l'encadré). Autre sujet d'intérêt, parce qu'il nous concerne tous : la commercialisation de produits à risque pour la santé vs les enjeux éthiques et les stratégies de santé publique qui y sont associés.

La dernière journée ne sera pas en reste au regard des saines habitudes de vie. Ainsi, il sera possible d'opter pour le thème de l'environnement alimentaire et bâti des jeunes, qui a une influence notable, on le sait, sur l'adoption des habitudes de vie. Seront présentés notamment des outils élaborés par l'Institut national de santé publique pour faire le diagnostic de l'environnement scolaire ainsi que des utilisations possibles des portraits environnementaux dans la planification et l'évaluation des actions régionales et locales en milieu scolaire. À moins qu'on ne préfère l'atelier méthodologique intitulé « Influencer les décideurs pour créer des environnements favorables aux saines habitudes de vie ». Il n'est pas toujours facile de convaincre les décideurs, tant du secteur public que privé, de l'importance des saines habitudes de vie. L'atelier outillera certainement les participants en ce sens. Mentionnons aussi la conférence du Groupe de promotion pour la prévention en santé (GP2S) intitulée « La santé, un enjeu incontournable pour les entreprises en 2010 ». Les participants comprendront à quel point l'amélioration de l'environnement de travail et des pratiques de gestion, les efforts permettant une meilleure conciliation travail-vie personnelle ainsi que la promotion des saines habitudes de vie concourent non seulement au bien-être et à la santé des personnes, mais contribuent également au succès même de l'entreprise.

Pour tout savoir sur les 14^{es} Journées annuelles de santé publique et ne rien perdre de la programmation, abonnez-vous au bulletin d'information, à l'adresse www.inspq.qc.ca/jasp.

Journée thématique sur la promotion d'un mode de vie physiquement actif auprès des jeunes

Les acteurs engagés dans la promotion d'un mode de vie physiquement actif le savent, l'intervention précoce fait partie des stratégies à privilégier pour favoriser l'acquisition de comportements sains. C'est pourquoi de nombreuses organisations font la promotion de la pratique d'activité physique auprès des jeunes. L'intervention auprès de ce groupe de population comporte toutefois des particularités. Celles-ci feront justement l'objet des échanges prévus pour cette journée thématique coiffée du titre « L'adoption d'un mode de vie physiquement actif chez les jeunes : que sait-on de plus en matière d'intervention? ». Ce sera donc l'occasion de faire le point sur les différentes stratégies et interventions, sur les nouvelles possibilités en la matière, sur l'arrimage des initiatives. Voilà un rendez-vous que ne voudront sûrement pas manquer les intervenants chargés de planifier, de coordonner ou de mettre en œuvre des activités de promotion en habitudes de vie auprès des enfants et des adolescents.

(Source : Yovan Fillion et Marie-Pier Parent, ministère de la Santé et des Services sociaux)

DIXIÈME COLLOQUE FRANCOPHONE DES VILLES SANTÉ DE L'OMS

Du 24 au 26 novembre 2010, la ville française de Montpellier accueillera le dixième colloque francophone des Villes santé de l'Organisation mondiale de la Santé et des Villes et Villages en santé. Autour du thème « Territoire, Travail et Santé », les participants seront invités à échanger sur la ville comme territoire favorable à la santé de ceux qui y vivent et qui y travaillent. Dans le cas des Villes santé, la qualité des conditions de vie et de travail est une question fondamentale.

Pour plus de renseignements, consulter le site Internet www.s2d-ccvs.fr.

(Source : Marie-Pier Parent, ministère de la Santé et des Services sociaux)



Glossaire

LA VISION DE LA SAINE ALIMENTATION

La *Vision de la saine alimentation pour la création d'environnements alimentaires favorables à la santé* est la plus récente des initiatives issues du Plan d'action gouvernemental *Investir pour l'avenir* (PAG), et est appelée à y jouer un rôle central. Dévoilée en mars dernier, la Vision s'adresse à tous les acteurs ayant une influence sur l'environnement alimentaire, afin qu'ils partagent une définition commune de la saine alimentation, et constitue un complément d'action aux outils destinés aux individus, comme le *Guide alimentaire canadien*.

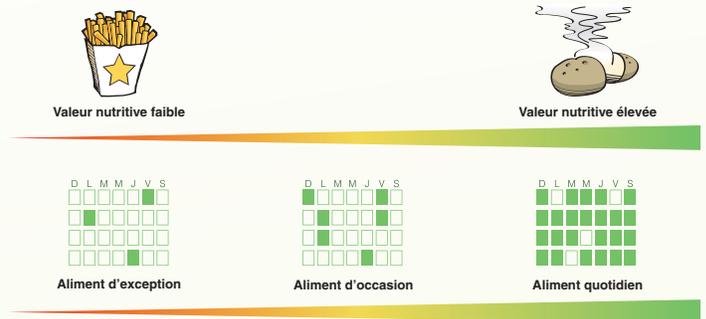
Dans la Vision sont présentés les principes qui facilitent l'adoption d'une saine alimentation, en fonction des différentes dimensions associées à l'alimentation, qui est un acte vital, social et de plaisir. Ce faisant, on tient également compte de la valeur gastronomique, culturelle et affective de l'alimentation.

Qu'est-ce que la Vision?

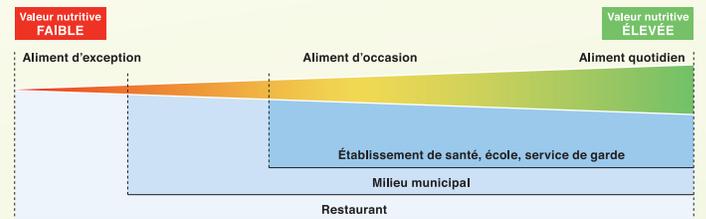
La *Vision de la saine alimentation* est centrée sur le rôle important que jouent les environnements alimentaires. Car si l'individu a toujours la liberté de faire ses propres choix alimentaires, il est largement influencé par ce qui est offert dans son environnement. C'est d'autant plus vrai dans le contexte actuel, alors que les compétences culinaires se perdent et que la consommation de repas à l'extérieur du domicile est en augmentation.

Dans la *Vision de la saine alimentation*, on propose d'évaluer l'alimentation dans son ensemble, en fonction de deux continuums complémentaires, soit celui de la valeur nutritive et celui de la fréquence de consommation. Une alimentation saine peut donc comprendre une grande variété d'aliments qui se situent, sur un continuum, de peu ou pas nutritifs (valeur nutritive faible) à très nutritifs (valeur nutritive élevée). Évalués selon leur valeur nutritive, les aliments pourront faire partie de l'alimentation de manière quotidienne, occasionnelle ou exceptionnelle.

Le grand principe est que tout aliment a sa place dans l'alimentation, mais cette place varie en fréquence et en quantité. Alors que les aliments de haute valeur nutritive doivent composer la base de l'alimentation (« aliments quotidiens »), les aliments de valeur nutritive plus faible ont leur place en moins grande quantité et de façon moins fréquente (« aliments d'occasion » et « aliments d'exception »).



De plus, une distinction importante est faite entre les environnements « exemplaires », c'est-à-dire ceux dont la mission est l'éducation ou la santé, et les autres environnements. Ainsi, les écoles, les services de garde et les établissements de santé doivent avoir une offre plus riche en aliments à valeur nutritive élevée (les aliments quotidiens) et plus faible en aliments d'occasion. C'est pourquoi les écoles se situent dans la partie droite du continuum. Les restaurants ont pour leur part une offre alimentaire variée, qui comprend à la fois des aliments de valeur nutritive élevée et de moindre valeur nutritive. C'est pourquoi ils sont situés au milieu du continuum.



Cultiver le plaisir de manger sainement, en tout lieu et en tout temps, voilà l'esprit qui se dégage de la *Vision de la saine alimentation*. Tout le monde a un rôle à jouer pour valoriser la saine alimentation !

Le document peut être téléchargé à l'adresse www.msss.gouv.qc.ca/documentation/index.php, section « Publications ».

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



Un regard sur la littérature scientifique

UN DILEMME POUR LA SANTÉ PUBLIQUE : LA STIGMATISATION ET LA NORMALISATION DE L'OBÉSITÉ

Les interventions de lutte contre l'obésité menées au cours des dernières années ont entraîné deux phénomènes contradictoires : la stigmatisation des personnes obèses et la normalisation de l'obésité.

La stigmatisation renvoie à la discrimination envers les personnes obèses, tandis que la normalisation de l'obésité se traduit par la satisfaction à l'égard de son image corporelle avec son surplus de poids. Comment ces deux phénomènes peuvent-ils nuire aux personnes en excès de poids et aux interventions de santé publique? Pour répondre à cette question, nous nous référerons à deux articles écrits par des chercheurs américains.

Pulh et Heuer (2010)¹ rappellent trois phénomènes qui influencent fortement les habitudes de vie des individus : 1) les médias véhiculant le message dominant que l'obésité est une responsabilité individuelle; 2) des environnements bâtis qui réduisent les occasions d'être actif; 3) l'accessibilité des aliments hautement caloriques et de qualité nutritionnelle moindre. Par ailleurs, les milieux de soins de santé sont des sources importantes de stigmatisation liée au poids et cela mine les possibilités des personnes obèses de recevoir des soins de santé efficaces. Selon Pulh et Heuer, la stigmatisation liée au poids renforce les habitudes de vie malsaines qui contribuent à l'obésité. Ces auteurs constatent aussi que dans ses interventions en matière d'obésité, le gouvernement américain n'a guère considéré les causes sociétales et environnementales de cette maladie. De fait, les gouvernements se sont beaucoup plus attardés à protéger l'industrie de l'alimentation et de la restauration contre les poursuites civiles éventuelles qu'à élaborer des politiques de prévention de l'obésité.

Pour Pulh et Heuer, l'utilisation, dans les campagnes et les interventions de santé publique, de la stigmatisation liée au poids comme incitatif pour maigrir n'est pas une approche bénéfique. Au contraire, la stigmatisation des personnes obèses peut provoquer des problèmes de santé physique (désordres alimentaires) et psychologique (dépression, faible estime de soi, insatisfaction par rapport à son image corporelle), entraîner des inégalités de santé et nuire à la mise en œuvre d'interventions efficaces de lutte contre l'obésité.

Burke, Heiland et Nadler (2010)² se sont quant à eux intéressés à la perception de l'image corporelle chez des individus issus de deux cohortes de la National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES); la première couvrait la période 1988-1994 et la seconde, la période 1999-2004. Selon ces auteurs, on connaît peu l'évolution des perceptions du poids dans le temps. Ils constatent que la probabilité de s'autodéclarer comme personne en embonpoint est significativement plus faible dans la seconde cohorte, et ce, autant chez les femmes que chez les hommes.

Chez les femmes, le recul dans la tendance à s'autodéclarer en embonpoint est concentré parmi le groupe des 17-35 ans et est plus marqué chez les femmes ayant un poids normal que chez celles présentant de l'embonpoint. Chez les hommes, le changement de perception est pratiquement égal dans toutes les catégories d'âge. Cependant, le recul dans la perception du surplus de poids est plus prononcé parmi le groupe des 20-45 ans en embonpoint que chez les hommes ayant un poids normal.

Les auteurs interprètent ces résultats comme une preuve de changement générationnel dans les normes sociales liées à l'image corporelle. En effet, les individus sont moins enclins qu'avant à perdre du poids, et par conséquent sont moins sensibles aux interventions visant la perte de poids. Ce phénomène nuit à l'efficacité des campagnes de santé publique axées sur la perte de poids. En revanche, il a pour effets bénéfiques d'améliorer l'estime de soi et de réduire la fréquence des problèmes de désordres alimentaires.

Pulh et Heuer estiment quant à elles qu'il faut éviter les messages axés uniquement sur l'individu et tendre plutôt vers des messages de prévention de l'obésité globale qui aussi combattront la stigmatisation liée au poids et la discrimination. Reste qu'il peut être difficile de comprendre la coexistence de ces deux phénomènes contradictoires que sont la stigmatisation et la normalisation de l'obésité. Il convient donc que nous affinions nos connaissances en la matière, d'autant que ces deux phénomènes peuvent nuire à une stratégie globale de lutte contre l'obésité.

Suite à la page 18

¹ R.M. PULH et C.A. HEUER, « Obesity stigma: Important considerations for public health », *American Journal of Public Health*, vol. 100, no 6, juin 2010, p. 1019-1028.

² M.A. BURKE, F.W. HEILAND et C.M. NADLER, « From "overweight" to "about right": Evidence of a generational shift in body weight norms », *Obesity*, vol. 18, no 6, juin 2010, p. 1226-1234.



Un regard sur la littérature scientifique

AU QUÉBEC

L'obésité et la préoccupation excessive à l'égard du poids sont les deux faces d'un même problème qui se situe aux confins de l'alimentation, de la dépense énergétique et de la représentation du corps. Agir sur l'une sans agir sur l'autre pourrait se révéler contre-productif. En effet, lancer une « opération » de lutte contre l'obésité pourrait exacerber une préoccupation excessive à l'égard du poids déjà bien présente au sein de la population générale.

Dans le Plan d'action gouvernemental (PAG), on a pris acte des multiples facteurs, tant individuels qu'environnementaux et sociaux, qui influencent les problèmes reliés au poids. Ainsi, les actions proposées ont pour but de rendre les choix santé durables, conviviaux et faciles.

Un axe entier du PAG (l'axe 4) est consacré aux services destinés aux personnes aux prises avec un problème de poids. Les actions proposées ont pour objectifs d'intensifier et d'améliorer les services offerts aux personnes souffrant d'un problème de poids, d'amener les intervenants à adapter leur pratique à cette problématique et d'encadrer la commercialisation des produits, services et moyens amaigrissants afin de protéger les consommateurs contre d'éventuelles pratiques frauduleuses.

Par ailleurs, de l'axe 3 du PAG, consacré à la promotion de normes sociales favorables, ont découlé des initiatives intéressantes, dont la Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée. Celle-ci vise notamment à décourager la préoccupation excessive à l'égard du poids.

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





Chapeau !

UN DÉPART RÉUSSI POUR LA CARAVANE DU GOÛT

C'est en juin dernier, à Sherbrooke, que l'organisme Jeunes pousses lançait La Caravane du goût. M. Bernard Sévigny, le maire de Sherbrooke, a profité de l'occasion pour rappeler que La Caravane du goût s'inscrivait dans les engagements pris par la Ville un peu plus tôt dans l'année. Lyne Mongeau assistait aussi au lancement, à titre de représentante du Plan d'action gouvernemental, *Investir pour l'avenir* (PAG).

La Caravane du goût est un véhicule festif conduit par des personnages colorés, dont la mission est de faire découvrir aux enfants et à leurs parents une offre alimentaire amusante et délicieuse, composée de produits du terroir. Il s'agit d'un projet pilote financé par divers partenaires estriens ainsi que par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec.

Lors de la récente période estivale, La Caravane du goût a pris part à une trentaine de foires, de festivals et de fêtes de quartier en Estrie, à Montréal et en Montérégie, et en a profité pour faire déguster ses mets santé : une saine et délicieuse solution de rechange aux hot-dogs et autres aliments d'exception généralement offerts au cours de ces événements destinés aux familles. Les concepteurs de La Caravane du goût ont également voulu vérifier la popularité des aliments de bonne valeur nutritive dans ce genre d'événements. La rentabilité d'une telle offre pourrait ouvrir la voie à d'autres initiatives similaires.

Les enfants ont aussi pu bénéficier d'ateliers d'éveil sensoriel au goût animés par des personnages éclatants vêtus aux couleurs de saison. Ces ateliers axés sur la découverte et la dégustation permettent aux enfants de goûter des fromages du terroir ou différents types de pains, ou encore de concocter leurs propres salades.

Durant tout l'été, La Caravane du goût a permis à des milliers d'enfants et de familles de vivre une expérience gustative hors du commun alliant découverte et plaisir, grâce à une vaste gamme d'aliments savoureux et produits localement. Pour les prochains mois, c'est un programme plutôt chargé qui attend La Caravane du goût. Ainsi, elle entamera ses premières séries d'ateliers d'éveil au goût qui se dérouleront dans les centres communautaires ou des restaurants de quartier. Elle poursuivra également son périple au cours de l'hiver. Une évaluation a été amorcée dans le but de guider La Caravane du goût dans son développement. Qui sait, peut-être pourra-t-elle bientôt exporter son concept dans d'autres régions !

Pour en savoir plus sur La Caravane du goût et sur l'organisme Jeunes pousses, consulter le site Internet www.jeunespousses.ca.

(Source : Martine David, Jeunes pousses)





Chapeau !

UNE INVITATION SPÉCIALE A ÉTÉ LANCÉE DANS LANAUDIÈRE

Intégrer la saine alimentation à la pratique d'activité physique, c'est chose courante dans les initiatives régionales et locales. Mais amener la population à bouger par l'entremise de la saine alimentation, est-ce possible? La région de Lanaudière a réussi à transmettre le message en faisant la promotion de l'autocueillette. L'objectif : augmenter la consommation des petits fruits régionaux et bouger en famille, grâce à une sortie dans les champs!

Une première cette année : l'Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière, le centre de santé et services sociaux du Sud de Lanaudière, le MAPAQ et dix-neuf producteurs régionaux de petits fruits se sont associés pour concevoir un napperon illustrant la route de l'autocueillette, qui a été distribué dans les restaurants participants au programme *Fruits et légumes en vedette*. En plus d'inviter les consommateurs à cueillir et à consommer les petits fruits, cette initiative visait à encourager les restaurateurs à s'approvisionner chez les producteurs de la région. Les restaurateurs ont d'ailleurs reçu, par la poste, de la documentation sur les petits fruits et les produits locaux¹.

Cette initiative, qui fera l'objet d'une évaluation auprès des restaurateurs à l'automne, est née du partenariat entre l'Agence, les centres de santé et de services sociaux et le MAPAQ. La version électronique du napperon était diffusée à l'adresse de l'agence, dans la section « Actualités ».

(Source : Caroline Michaud, Centre de santé et de services sociaux du Sud de Lanaudière)

LE DÉVELOPPEMENT DURABLE DANS LES SERVICES ALIMENTAIRES : DES PETITS GESTES QUI FONT LA DIFFÉRENCE

Le désir d'intégrer les principes du développement durable aux activités des services alimentaires anime plusieurs gestionnaires, mais certains se demandent par où commencer.

En 2007, la direction du Centre hospitalier universitaire de Québec (CHUQ) créait le comité de développement durable. Pour les services alimentaires du CHUQ, c'était l'étincelle qu'il fallait pour mobiliser les troupes. Le défi était grand, mais les idées ne manquaient pas. Tout d'abord, nous voulions partager la responsabilité avec notre personnel et notre clientèle. Notre premier cheval de bataille a été la réduction de l'utilisation des verres en polystyrène. La sensibilisation de la clientèle par de simples affiches apposées à proximité des distributrices à café et par l'ajout de verres réutilisables dans les cafétérias nous a permis de diminuer la consommation des verres en polystyrène de 20 % en trois ans, soit 511 775 verres de moins.

Par la suite, nous avons rencontré les producteurs locaux dans le but de connaître leur offre de service et de leur faire part de nos besoins. Ce faisant, nous avons pu créer des partenariats avec les producteurs.

En 2008, le service alimentaire de l'Hôpital Saint-François d'Assise se lançait dans un projet pilote de récupération des matières putrescibles. Grâce à cela, nous gérons mieux la production et les restes. En 2009, la Maison Paul-Triquet emboîtait le pas et nous souhaitons cette année intégrer cette pratique dans deux autres établissements.

La clé du succès réside essentiellement dans la création de partenariats (municipalité, producteurs locaux, ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, etc.) et dans la mobilisation du personnel.

(Source : Anne Gignac, Centre hospitalier universitaire du Québec)

¹ Dont *Coup de cœur pour les fraises et framboises du Québec*, de l'Association québécoise de la distribution de fruits et légumes, *Guide d'achat à la ferme dans Lanaudière*, du Conseil de développement bioalimentaire de Lanaudière, et des affiches promotionnelles.



Chapeau!

Chapeau! est une rubrique consacrée aux initiatives intéressantes issues de la mise en œuvre du PAG. Vous aimeriez informer les autres partenaires de vos bons coups? L'un de vos projets fait votre fierté? Votre organisme est l'heureux instigateur d'une action novatrice et prometteuse? Cet espace est à vous. Tenez-nous au courant de vos initiatives: nous vous aiderons à les faire connaître et à les mettre en valeur.

Une nouvelle à nous transmettre?

Faites-nous parvenir vos articles ou tout autre document dont vous souhaitez la publication au
pag@msss.gouv.qc.ca

Date de tombée du prochain numéro:
25 novembre 2010

Abonnement

Pour être informé de la publication d'un nouveau numéro du *Bulletin national d'information, Investir pour l'avenir*, il suffit de s'inscrire en visitant le site extranet du PAG 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 diffusées dans le site Internet www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.ca

Comité éditorial

Marie-Pier Parent, *ministère de la Santé et des Services sociaux*
Brigitte Lachance, *ministère de la Santé et des Services sociaux*
Marie-Hélène Soucy, *ministère de la Famille et des Aînés*

Révision linguistique

Francine Bordeleau

Collaborateurs à la rédaction de ce numéro

Caroline De Pokomandy-Morin, *ministère de la Santé et des Services sociaux*
Lyne Mongeau, *ministère de la Santé et des Services sociaux*
Marc Panneton, *ministère des Transports*
Marie-Pier Parent, *ministère de la Santé et des Services sociaux*
Carole St-Pierre, *ministère de la Santé et des Services sociaux*
Sylvie Durand, *Société de gestion du Fonds pour la promotion des saines habitudes de vie*
Carole-Lynn Massie, *ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport*
François Desbiens, *Direction de santé publique de la Capitale-Nationale*
Caroline Michaud, *Centre de santé et de services sociaux du Sud de Lanaudière*
Sébastien Cottinet, *Société de gestion du Fonds pour la promotion des saines habitudes de vie*
Suzie Pellerin, *Coalition québécoise sur la problématique du poids*
Patrick Étievant, *Institut national de la recherche agronomique*
Brigitte Lachance, *ministère de la Santé et des Services sociaux*
Alexandra Duranceau, *Institut national de santé publique du Québec*
Raymonde M.H. Mayot, *Agence d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé*
Johanne Laverdure, *Institut national de santé publique du Québec*
Yovan Fillion, *ministère de la Santé et des Services sociaux*
Karine Dumais, *secrétariat à la condition féminine*
Sylvie Morency, *ministère de la Santé et des Services sociaux*
Yves G. Jalbert, *Institut national de santé publique du Québec*
Martine David, *Jeunes pousses*
Anne Gignac, *Centre hospitalier universitaire de Québec*

Édition

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

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2010
Bibliothèque et Archives Canada, 2010

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 de mentionner la source.