



MOTS DE L'ÉQUIPE

Ce mois-ci la concertation se prépare à tenir le 05 décembre son deuxième **Grand Rassemblement** de l'année 2023 ! Il s'agira pour nous et nos partenaires un moment exceptionnel de rétrospective qui nous permettra de faire le point sur l'état d'avancement des activités et le bilan de l'année et aussi d'échanger sur des idées et bien d'autres aspects dans un esprit de concertation et de bonne volonté de collaboration.

A travers cette infolettre, la Concertation veut aussi partager avec vous d'autres activités et de précieux rendez vous qui s'en viennent avec nos partenaires, notamment le forum **Bien manger à l'école** dans le cadre du PASUQ qui aura lieu le 22 novembre 2023 à Québec.

Pleins d'autres bonnes nouvelles vous sont aussi offertes dans cette infolettre. Au menu vous trouverez : santé mentale et famille, environnement et alimentation saine et durable, développement social et communautaire, offres d'emploi, forums, formation, prix hommage et programme de financement.

Bonne lecture !

GRAND RASSEMBLEMENT DE LA CONCERTATION POUR DE SAINES HABITUDES DE VIE EN OUTAOUAIS (CSHVO)



GR automne 2023 *Rassembler pour mieux concerter*

Le prochain Grand Rassemblement de la **CSHVO** aura lieu le **mardi 05 décembre 2023 de 9h00 à 15h00** autour du thème "**La mise en valeur des partenaires**". A cet événement qui se déroulera au Centre sportif de Gatineau, **salle 254, 850 Bd de la Gappe**, l'équipe de la Coordination entend faire une mise à jour avec les partenaires sous les avancées de la Concertation et de regarder ensemble vers le futur.

Une superbe programmation est réservée pour les participants et nos partenaires qui oeuvrent dans le domaine des saines habitudes de vie. Nous aurons aussi l'occasion de diner ensemble, nous vous demandons donc de nous indiquer si vous avez des préférences ou des allergies alimentaires qui demandent un accommodement pour le repas.

PRÉFÉRENCES OU ALLERGIES ALIMENTAIRES

Pour vous inscrire à l'événement, vous pouvez consulter le lien ci-dessous.

**AJOUTER L'ÉVÉNEMENT À MON AGENDA EN
M'INSCRIVANT AU GR**

SANTÉ MENTALE ET SCOLAIRE

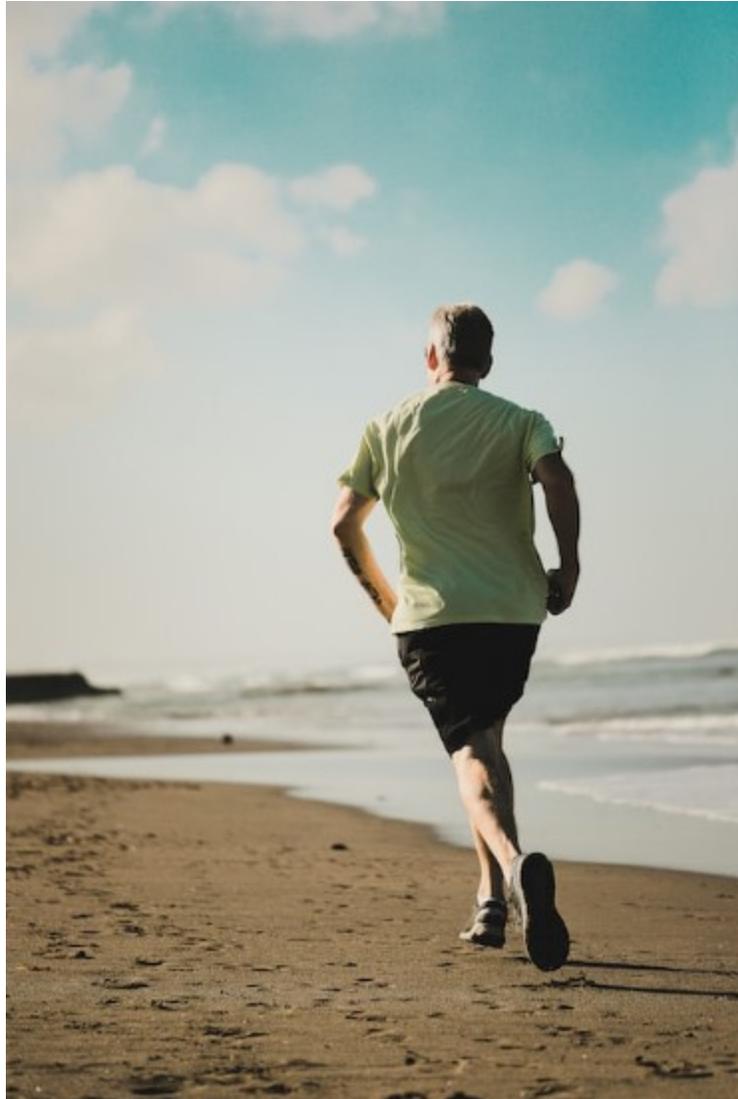
CONTRE LA DÉPRESSION, L'EXERCICE PEUT ÊTRE PLUS EFFICACE QUE LES THÉRAPIES OU LA MÉDICATION

L'exercice physique peut s'avérer plus efficace contre la dépression que les médicaments ou la thérapie cognitivo-comportementale, c'est ce que révèlent les professeurs et chercheurs Ben Singh, Carol Maheh et **Jacinta Brinsley** de «University of South Australia» dans un article publié au journal **LA CONVERSATION**.

Selon les chercheurs, les troubles de santé mentale coûtent cher tant à l'individu qu'à la société. Si les traitements traditionnels tels que la thérapie et la médication peuvent être efficaces, leur nouvelle recherche souligne l'importance de l'exercice physique dans la prise en charge des problèmes de santé mentale.

Ils constaté qu'une activité physique de 150 minutes par semaine (marche rapide, haltérophilie, yoga, etc.) réduit considérablement la dépression, l'anxiété et la détresse psychologique.

Les améliorations les plus importantes (telles que déclarées par les participants) ont été observées chez les personnes souffrant de dépression. Mais des bénéfices évidents ont aussi été observés pour toutes les populations, en santé ou pas.



Ils ont aussi constaté que plus l'intensité de l'exercice est élevée (marcher à un rythme soutenu, par exemple), plus il est bénéfique. De plus, les bénéfices de la pratique de l'exercice physique s'accroissent après six à douze semaines. L'amélioration de la santé mentale profite d'une pratique à long terme.

Leurs résultats suggèrent que l'exercice physique est environ 1,5 fois plus efficace que la médication ou la thérapie cognitivo-comportementale pour combattre la dépression et l'anxiété.

Pour une lecture complète de l'article, utilisez le lien ci-dessous

ARTICLE

PLUS DE MOUVEMENTS, MOINS DE SÉDENTARITÉ À L'ÉCOLE



Le milieu scolaire est généralement considéré comme offrant aux élèves de nombreuses occasions pour être physiquement actif. Pourtant, de nos jours, la journée scolaire se déroule principalement en mode sédentaire, souvent de longues périodes ininterrompues. Ce n'est pourtant pas une fatalité. Les acteurs scolaires peuvent mettre en pratique différentes stratégies pour remédier à cette situation.

Dans un article publié sur le site de 100⁰ dans la section activité physique, le professeur Félix Derrigan de l'Université de Sherbrooke, présente quelques recommandations à l'intention des acteurs scolaires.

Bien que les jeunes soient sédentaires, souvent plus de 60 % de la journée, relativement peu d'attention a été accordée à l'examen de ces comportements en milieu scolaire. Toutefois, de nombreuses activités sédentaires courantes ne sont pas obligées de l'être. Les situations d'apprentissage ne sont pas nécessairement synonymes d'une faible dépense énergétique combinée à une posture assise, allongée ou couchée. Ainsi, la prise de note debout sur une table haute ou encore l'enseignement actif à l'extérieur représentent des moyens de contourner le problème.

L'école offre un environnement relativement structuré où les personnes enseignantes et les directions d'écoles ont la possibilité d'influencer les comportements actifs des élèves de manière positive. Voici donc quelques recommandations du Sedentary Behaviour Research Network afin de mettre en place des mesures éclairées qui minimisent les impacts délétères des comportements sédentaires en milieu scolaire.

Il est donc suggéré de diviser les périodes de comportement sédentaire prolongé par des pauses de mouvement programmées et non programmées :

- Au moins une fois toutes les 30 minutes pour les âges 5-11 ans.
- Au moins une fois toutes les heures pour les âges 12-18 ans.
- Tenir compte d'une variété d'intensités et de durées (p. ex., debout, pauses d'étirement, changement de salle de classe, leçons actives, pauses actives).

Effectuer une lecture intégrale de l'article sur le site de 100⁰ en utilisant le lien ci-dessous:

[ARTICLE](#)

SUBVENTION DE SANTÉ SCOLAIRE POUR LES JEUNES

La Subvention de santé scolaire pour les jeunes offre aux jeunes Canadiennes et Canadiens ayant entre 13 à 19 ans et inscrits dans une classe de la 9^e à la 12^e année ou de la 3^e à la 6^e année du secondaire au Québec l'occasion de présenter une demande pour obtenir l'un des 3 niveaux de financement offerts (1 500

\$, 2 500 \$ et 3 500 \$). L'objectif de la subvention est de favoriser l'adoption d'un mode de vie sain à l'école et d'en faire la promotion par l'intermédiaire de projets menés et inspirés par des jeunes.

Les initiatives doivent se concentrer sur l'une ou plusieurs des priorités de l'ASPC suivantes :

Réduction des méfaits liés à la consommation de substances

Alimentation saine et nutrition

Activité physique

Santé mentale positive et le bien-être

Agence de la santé publique du Canada / Public Health Agency of Canada

Canada

POSSIBILITÉ DE SUBVENTION POUR LES JEUNES

FAITES UNE DEMANDE DÈS MAINTENANT

pour la Subvention de santé scolaire pour les jeunes

1 500 \$ 2 500 \$ 3 500 \$

ÊTES-VOUS...

- ✓ Un(e) jeune canadien(ne) âgé(e) de 13 à 19 ans?
- ✓ Un(e) étudiant(e) de la 9^e à la 12^e année (de la 3^e à la 6^e secondaire au Québec)?
- ✓ Passionné(e) par les modes de vie sains?

LES PROJETS DIRIGÉS PAR LES JEUNES DOIVENT PORTER SUR UNE OU PLUSIEURS DES PRIORITÉS SUIVANTES :

- Réduction des méfaits liés à la consommation de substances
- Saine alimentation + nutrition
- Santé mentale positive + bien-être
- Activité physique

Vous aimeriez postuler?
Visitez notre site Web : Canada.ca/subvention-scolaire-jeunes

SCANNEZ ICI

Pour obtenir de plus amples renseignements : school.health.grant-subvention.sante.scolaire@phac-aspc.gc.ca

Pour présenter une demande et avoir plus d'informations, consultez les instructions et le guide du demandeur au lien ci-dessous:

DEMANDE

AIDE ALIMENTAIRE ET ALIMENTATION Saine ET DURABLE



COLLECTE DE DENRÉES POUR AIDER LES FAMILLES PONTISSOISES À FAIBLES REVENUES À L'OCCASION DE LA NOËL

Afin de venir en aide aux familles dans le besoin de sa communauté, Bouffe Pontiac lance sa collecte de denrées annuelle. Tous les dons recueillis lors de cette collecte permettront aux familles pontissoises à faibles revenus d'avoir de la nourriture durant les fêtes.

Bouffe Pontiac espère pouvoir compter sur votre participation encore cette année. Il est essentiel d'avoir l'implication et l'appui de tous afin d'atteindre cet objectif. La collecte a déjà débuté et prendra fin **Jeudi le 7 décembre 2023**. Si votre organisme décide de participer à nouveau cette année, n'hésitez pas à communiquer avec Kim Laroche, directrice de Bouffe Pontiac. Vous pouvez la joindre par téléphone au (819) 648-2550 ou par courriel à l'adresse suivante : bouffepontiac@yahoo.fr.

Si vous voulez avoir plus d'informations sur bouffe pontiac, vous pouvez visionner une petite vidéo à travers le lien ci-dessous.

BOUFFE PONTIAC

AGRICULTURE URBAINE : SEMER DE LA TOLÉRANCE (ET DE L'ESPOIR) EN TEMPS DE CRISE



Dans son article publié sur le site de 100⁰ dans la section agriculture urbaine, la journaliste Sophie Allard présente l'agriculture urbaine comme un levier de transformation sociale pour résorber la crise multidimensionnelle à laquelle plusieurs villes au Québec fait face : flambée de l'itinérance, pénurie majeure de logements abordables, montée en flèche de la consommation d'opioïdes sont autant de situations qui contribuent à étier le tissu social de nos grandes villes.

« Il n'y a pas de recette miracle pour résorber cette crise, mais on peut assurément agir à notre mesure », indique Pascal Melançon, directeur général de Sentier Urbain. L'organisme, qui célèbre son 30^e anniversaire cette année, mise sur l'horticulture et l'agriculture urbaine pour favoriser la cohabitation entre les personnes marginalisées et les résidents et commerçants des arrondissements Ville-Marie et Hochelaga-Maisonneuve.

Depuis ses débuts, Sentier Urbain a pour mission de mobiliser la communauté pour un verdissement social. « On tente d'impliquer tous les résidents d'un quartier pour verdifier leur milieu. On inclut dans cette mobilisation les personnes qui vivent des problèmes de précarité, d'itinérance et de toxicomanie. On est convaincus des bienfaits de la nature sur la communauté. »

« La plupart des personnes en situation d'itinérance nous disent que ça leur fait du bien d'avoir un peu de beauté dans leur espace » évoque Kristine Downing, chargée de projets au Sentier Urbain.

La crise actuelle est multifactorielle, rappelle Sylvie Marchand. « Oui, il y a des problèmes de consommation de drogues, mais aussi un manque criant de logements abordables et de ressources en santé mentale. De notre côté, on tente de trouver une petite brèche où on peut aider. Que peut-on faire pour que tous trouvent leur place ? »

Pascal Melançon conclut sur un souhait. « Plus il y aura d'espaces verts, plus on aura des opportunités de mobiliser des gens de tous horizons et de créer des rencontres improbables entre citoyens et itinérants. On favorisera ainsi la cohabitation sur de beaux espaces où il fait bon vivre. »

Vous pouvez effectuer une lecture intégrale de l'article sur le site de 100⁰ dans les sections Ressource et actualités portant l'agriculture urbaine en utilisant le lien ci-dessous:

[ARTICLE](#)

DÉVELOPPEMENT SOCIAL ET COMMUNAUTAIRE

DONNE-TOI UNE CHANCE | MAISON OXYGÈNE OUTAOUAIS | LE
PROGRAMME POUR PÈRES



Une Maison Oxygène a pour but de favoriser la préservation ou la consolidation du lien père-enfants en offrant un hébergement et un soutien communautaire et psychosocial aux pères vivant une situation de détresse liée à des difficultés familiales, sociales ou personnelles. Elle offre des services en lien avec les besoins et réalités propres aux familles hébergées.

Parce qu'une Maison Oxygène c'est bien plus qu'un toit, on y trouve :

- Un soutien individuel
- Un soutien matériel
- Un soutien à l'exercice de la parentalité
- Un soutien à l'ancrage social

Les Maisons Oxygène offrent également un soutien en externe pour les familles qui n'ont pas besoin d'hébergement.

Pour plus d'informations, visitez le site Web de l'institution au lien ci-dessous.

MAISON OXYGÈNE OUTAOUAIS

DES ÉVÈNEMENTS, PROJETS ET SERVICES DU CENTRE COMMUNAUTAIRE ENTRE-NOUS

Événements, Projets et services

Automne
Programme d'habits de neige (août) (\$)
Maison hantée
Reboisement du Parc Front

Hiver
Camp de Relâche (\$)
Fête de Noël
Accros du Patins

Printemps
Magasin-partage scolaire (mai/juin) (\$)
Événement de la cabane à sucre
Clinique d'impôts
Événement de Pâques

Été
Potager à Partager
Forêt nourricière
Camp d'été (\$)
Fête de quartier
Balcons Vedges

Activités **GRATUITES** et possibilités de bénévolat

Notre Mission

Le CCEN est un centre communautaire ouvert aux quartiers Macleod, Des Cèdres et Vieux Aylmer. Nous visons à créer des liens de solidarité et à promouvoir le sentiment d'appartenance chez nos participants. Nous encourageons les projets et les activités créés par les résidents de ces quartiers.

Centre communautaire Entre-Nous

Contactez Nous

819-684-2236
ccenaccueill@gmail.com
centrecommunautaireentrenous.org
Centre communautaire Entre-Nous

Lundi-Vendredi
9h00-12h00 et 13h00-17h00

Centre communautaire Entre-Nous

Venez vivre une expérience inoubliable, développez votre pouvoir d'agir collectivement avec nous.

Lundi-Vendredi
9h00-12h00 et 13h00-17h00
175 rue Front
Gatineau, QC J9H 5S9



0-5 ans

Clinique d'Allaitement
Lundi de 10h à 12h

Avec Naissance-Renaissance Outaouais, une consultante en lactation est disponible.

Halte-Garderie:
Mercredi de 9h à 16h

Service de garderie, inscription hebdomadaire obligatoire, 10 mois à 5 ans.

Pandas:
Vendredi de 9h30 à 11h30

Groupe de jeu parents/enfants avec des bricolages, des jeux, des collations et du café.

Danse en Ligne:
Mardi de 13h30 à 14h30

Cours offert par des bénévoles, inscription obligatoire.

ViActive:
Lundi de 13h30 à 14h30
Jeudi de 10h30 à 11h30

Activités physiques légères et sociales pour les personnes âgées.

Club de Couture:
Vendredi de 13h30 à 16h

Apprendre de petites réparations, travailler sur un projet ou découvrir de nouvelles techniques autour d'un café ou d'un thé.

Aînés

Famille

Soirées jeux de société:
Un lundi sur deux de 18h à 20h

Découverte de nouveaux jeux de société. 2 jeux seront présentés chaque soir.

Zumba:
Un lundi sur deux de 18h à 19h

Activité de remise en forme, places limitées. INSCRIPTION OBLIGATOIRE.

Cuisine Collective:
Mardi de 9h à 14h

Transformation des invendus des épiceries, portions à emporter GRATUITMENT.

Arts Martiaux:
Mardi de 18h30 à 20h
Samedi de 10h à 12h

Karaté et Muay Thai INSCRIPTION OBLIGATOIRE.

Café Populaire:
Jeudi de 13h30 à 15h30

En présence d'une travailleuse de rue et d'une barbier local, rejoignez nous autour d'un café chaud et d'une soupe préparée par la cuisine collective.

Cuisine Tropicale (\$):
Un dimanche sur deux de 9h30 à 15h

Découvrez les saveurs d'autres pays et certaines de nos propres saveurs.



6-12 ans

Jeunes Cuistots:
Lundi de 16h15 à 17h45

Cours de cuisine pour les enfants, inscription obligatoire.

Entre-Filles:
Mardi de 16h30 à 18h

Pour les élèves de 5e et 6e année, ce groupe aide à la préparation à l'adolescence (estime de soi, relations, amitiés, etc.).

Club de Devoirs:
Jeudi de 16h30 à 17h30

Aide aux devoirs avec des étudiants bénévoles.

Entre-Garçons:
Vendredi de 16h à 17h30

Pour les élèves de 5e et 6e année, ce groupe aide à la préparation à l'adolescence (estime de soi, relations, amitiés, etc.).

Adultes

Cours d'Espagnol:
Jeudi de 9h15 à 10h15
Vendredi de 14h30 à 15h30
Samedi de 9h à 10h

Venez apprendre l'espagnol dans un petit groupe. Inscription obligatoire.

Café de Conversation:
Vendredi de 13h à 14h

Un groupe pour converser en français, il doit avoir un niveau intermédiaire en langue française, inscription obligatoire.

Les prochaines activités **ZUMBA** sont prévues gratuitement pour le 06 novembre, 20 novembre et 04 décembre 2023 de 18h00 à 19h00. Pour vous inscrire, contactez le **819-684-2236**.

L'OUTAOUAIS AU CENTRE DE LA «CRISE DE L'ITINÉRANCE» AU QUÉBEC



L'Outaouais s'attendait à un dénombrement de personnes en situation d'itinérance qui allait « faire des vagues », mais pas d'une aussi grande ampleur. La région a connu l'augmentation la plus importante de l'itinérance au Québec depuis 2018, soit 268 %. Un chiffre « impressionnant » qui permet au p.-d.g. par intérim du CISSS de l'Outaouais d'affirmer que la région est aux prises avec une « crise de l'itinérance ».

« Sept cent six [personnes itinérantes], c'est plus que ça, parce qu'on ne peut pas toutes les compter », lance Yves St-Onge. « Notre situation a progressé beaucoup plus rapidement que les autres régions du Québec, ça, c'est clair », dit-il, en soulignant toutefois que la hausse peut être exacerbée par un changement de méthode entre les deux dénombrements. Reste que la deuxième hausse en importance est loin derrière, à 109 %, dans les Laurentides.

« C'est certain qu'on n'est pas surpris, lance pour sa part Yves Séguin, directeur général du Centre d'intervention et de prévention des toxicomanies de l'Outaouais (CIPTO). Je vous dirais même que si on en faisait un autre demain matin, il y aurait encore une hausse. »

INVITATION A UNE SERIE D'ATELIER AVEC L'INCUBATEUR EN ÉCONOMIE SOCIALE DE L'OUTAOUAIS (IES07)



L'Incubateur en économie sociale de l'Outaouais (IES07) est très fier d'ouvrir les inscriptions à son parcours d'**Idéateur** qui se tiendra tout au long du Mois de l'économie sociale, à travers une série de 4 ateliers en formule 5@7 les mardis de novembre 2023.

Que ce soit pour vous-mêmes ou pour partager à une personne qui pourrait bénéficier de ce parcours visant à développer son idée d'entreprise collective et lancer sa mobilisation, n'hésitez pas à **relayer l'information de ce message dans vos réseaux**.

Pour plus d'informations et inscription, consultez le [site de l'institution](http://www.ies07.org)

INSCRIPTION

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de l'Outaouais

Québec



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

RETOUR DU PORT DU MASQUE DE PROCÉDURE OBLIGATOIRE DANS LES HÔPITAUX, LE CENTRE DE

RÉADAPTATION LA RESSOURCE ET LES CHSLD DU CISSS DE L'OUTAOUAIS

Gatineau, le 5 octobre 2023 – Le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Outaouais informe la population qu'à compter du 10 octobre prochain, le port du masque de procédure deviendra obligatoire dans nos hôpitaux, nos CHSLD, ainsi que le Centre de réadaptation La Ressource.

Cette décision a été prise suite à la récente augmentation de la circulation des virus respiratoires dans notre région. La priorité du CISSS de l'Outaouais est d'assurer la sécurité des usagers les plus vulnérables et de tout le personnel de la santé qui travaille sans relâche pour leur bien-être.

Si vous présentez des symptômes d'infection respiratoire, nous vous demandons de faire preuve de vigilance et de reporter toute visite auprès d'une personne hospitalisée ou hébergée. Pour ceux qui viennent recevoir des soins ou des services, nous demandons leur collaboration afin d'informer immédiatement notre personnel s'ils présentent des symptômes.

À titre de rappel, voici quelques consignes importantes à respecter :

- Port du masque obligatoire, en tout temps et dans tous les secteurs de toutes les installations mentionnées ci-haut.
- Procéder à l'hygiène des mains à l'entrée et à la sortie de l'installation ainsi qu'après le contact avec un usager.

actrices de la petite enfance à la première journée de la Grande semaine des tout-petits et à souligner la Journée mondiale de l'enfance. La levée du drapeau officielle du nouveau mouvement de solidarité envers les tout-petits de la province se tiendra dans la municipalité de Varennesle lundi 20 novembre 2023, à 10h.

Comme promis, voici le calendrier complet de communications que la TEO prévoit faire dans le cadre de la Grande semaine des Tout-petits 2023.

COMMUNICATIONS

Veillez consulter aussi le Calendrier officiel de la **GSTP** et découvrez comment contribuer au rayonnement de la **GSTP** sur vos réseaux sociaux et à partir d'activités clés en main simples !

CALENDRIER DE LA GSTP

LA MRC DE PAPINEAU ORGANISE SON 4 À 7 POUR LA SEMAINE DE L'ENTREPRENEURIAT

Dans le cadre de la semaine mondiale de l'entrepreneuriat, la MRC tient une série d'activités gratuites du 14 au 16 novembre prochain. Son 4 à 7 se tiendra à la journée du 14 novembre 2023 à Golf Héritage au 70, route 323 Notre-Dame-de-la-Paix, sur la thématique «Vert» une ère de développement durable.

Une présentation de la SADC Papineau-Collines des 16 hres.



Les inscriptions sont bien obligatoires pour tous les événements même si ceux-ci sont gratuits. Voici le lien pour s'inscrire (avant le 8 novembre) pour le 4 à 7 :

[INSCRIPTIONS](#)

FORUMS - FORMATIONS - CONFÉRENCES

FORUM BIEN MANGER À L'ÉCOLE

La Coordination du Programme d'Alimentation Scolaire Universel au Québec (PASUQ) vous invite à son premier Forum (Manger à l'école).

Ce forum se déroulera sur une journée le **mercredi 22 novembre 2023** au Terminal du port de croisière de Québec au 84 rue Dalhousie à Québec.

Ce sera l'occasion pour la coordination, de vous présenter leurs recherches, leurs bonnes pratiques à travers le Québec et à l'international et aussi d'échanger entre acteurs impliqués dans l'alimentation scolaire.



Au programme : état des lieux de l'alimentation scolaire au Québec, présentation de la démarche, portraits régionaux, canadiens et internationaux, moments de réseautage.

Inscrivez-vous au lien ci-dessous pour participer en ligne (8h-12h) à cet événement, l'inscription pour être en personne a déjà pris fin.

[EN LIGNE](#)

COURS SUR LA GESTION DE GROUPE EN ÉDUCATION EN PLEIN AIR



LA GESTION DE GROUPE EN ÉDUCATION EN PLEIN AIR



Dans ce cours, vous découvrirez comment :

- faire la préparation de la gestion de votre groupe avant, pendant et après vos activités;
- impliquer vos élèves dans la planification de vos différentes sorties;
- composer avec les défis entourant les élèves qui présentent diverses difficultés dans un contexte d'éducation en plein air.

Notez que ce cours gratuit, conçu pour les niveaux primaire et secondaire, vous est présenté par 100° grâce au soutien du ministère de l'Éducation du Québec.

[INSCRIPTION AU COURS](#)

MIEUX COMPRENDRE LA RÉALITÉ RURALE POUR ASSURER L'ACCESSIBILITÉ DES SERVICES DE SANTÉ

Action Santé Outaouais et les partenaires d'Ensemble pour le droit à la santé vous invitent à une conférence virtuelle.

Comment les réformes passées ont affecté les services de santé dans les milieux ruraux? Quels seront les impacts du projet de loi 15? Quels sont les principaux besoins que partagent les quatre territoires ruraux de l'Outaouais en matière des services de santé? Comment rapatrier et bonifier l'offre tout en assurant la qualité des services en milieux ruraux?

Ces questions seront abordées de front durant cette conférence en ligne avec Mme Chantal Lamarche, préfète de la MRC de la Vallée-de-la-Gatineau, Dre Ruth Vander

Action Santé OUTAOUAIS Atelier public du partenariat Ensemble pour le droit à la santé

MIEUX COMPRENDRE LA RÉALITÉ RURALE POUR ASSURER L'ACCESSIBILITÉ DES SERVICES DE SANTÉ

présenté entre autres par ASD, ASEC Vallée de la Gatineau, Comité Santé Petite-Nation, Vigie santé des Collines et La Voix du Pontiac

18 h | 9 novembre 2023 | Zoom

Conférence en ligne suivie d'ateliers de réflexions dans les 4 territoires ruraux de l'Outaouais

Petite-Nation CLSC Petite-Nation 14 rue St-André St-André-Avellin	Vallée-de-la-Gatineau Château Logue 12 rue Comeau Maniwaki	Collines de l'Outaouais CCM de Cantley 6 imp. des Étoiles Cantley	Pontiac Centre Communautaire Jack-Graham 32 ch. d'Aylmer Bristol
---	--	---	---

Inscription obligatoire sur Eventbrite

Conférencier.ères invité.es :

Chantal Lamarche

Dre Ruth Vander Stelt

Roch Martel

QUESTIONS : ACTIONSANTEOUTAOUAIS@GMAIL.COM

Ces ateliers auront lieu dans chacun des secteurs ruraux.

Pour vous inscrire à la conférence et avoir plus d'informations, consultez le lien ci-dessous:

26^e ÉDITION DES JOURNÉES ANNUELLES DE SANTÉ PUBLIQUE AU CŒUR DE L'ACTUALITÉ



Les 26es Journées annuelles de santé publique se tiendront du 27 au 29 novembre 2023. Les activités prévues le 27 et le 28 novembre auront lieu au Centre des congrès de Québec alors que celles prévues le 29 novembre se dérouleront en ligne.

Au programme, une vingtaine d'activités sur des sujets tels que la sécurité alimentaire, l'usage des écrans chez les jeunes, le vapotage chez les adolescents et les jeunes adultes, les changements climatiques ou encore le logement.

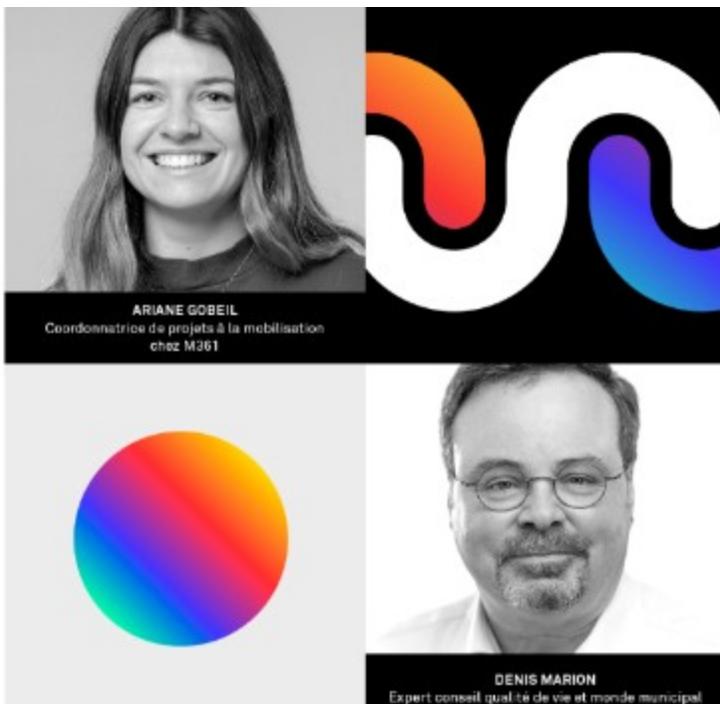
La journée thématique du 28 novembre "**Mettre l'équité au cœur des actions en alimentation**" pourrait peut-être vous intéresser, ainsi que vos partenaires qui travaillent avec vous pour améliorer l'accès à l'alimentation. On y abordera des stratégies clés à intégrer dans la pratique professionnelle pour favoriser une plus grande équité en alimentation, avec des ateliers pratiques et des exemples inspirants d'initiatives et de démarches au Québec qui viendront rendre concrets les apprentissages.

Pour en savoir plus sur la journée du 28 novembre et les programmes scientifiques des autres journées, consultez les liens qui s'en suivent:

[METTRE L'ÉQUITÉ AU CŒUR DES ACTIONS EN ALIMENTATION](#)

[PROGRAMMES SCIENTIFIQUES](#)

**WEBINAIRE | MUNICIPALITÉS, SANTÉ ET QUALITÉ DE VIE : LES
CONDITIONS GAGNANTES D'UNE COLLABORATION DURABLE**



Présenté en partenariat avec l'équipe qui a coordonné la démarche Prendre soin de monde, ce webinaire vise à partager les données inédites d'un sondage réalisé auprès d'acteurs municipaux et de leurs partenaires après les élections municipales de 2021. Ces résultats s'avèrent très utiles pour mettre en place les conditions gagnantes d'une collaboration fructueuse entre les acteurs municipaux et les acteurs de soutien, pour le mieux-être de la population.

Pour vous inscrire, consultez le lien ci-dessous.

Ce webinaire, présenté le **6 novembre prochain, à midi**, pourrait vous intéresser: Plus que jamais, les acteurs municipaux reconnaissent l'impact qu'ils peuvent avoir sur la santé et la qualité de vie de leurs citoyens.

INSCRIPTION

FORMATION EN COMMUNICATIONS SIMPLIFIÉE

||| OFFRE DE FORMATION GRATUITE – EN LIGNE

Communication simplifiée

Il est encore temps de t'inscrire!

Atelier 1 - 9h à 12h

- 9 novembre
- 13 novembre
- 22 novembre
- 6 décembre
- 14 décembre

ASTUCES POUR MIEUX COMMUNIQUER

3 NIVEAU FONDAMENTAL DE COMPÉTENCES SOUHAITÉ POUR FONCTIONNER DANS LA SOCIÉTÉ, POUR OBTENIR UN DIPLOME D'ÉTUDES SECONDAIRES ET ACCÉDER AU EMPLOI. Compétences à l'extérieur de la documentation écrite.

4-5 COMPÉTENCES DE NIVEAU AVANCÉ. Compétences à l'intérieur de la documentation écrite.

1-2 FAIBLES COMPÉTENCES. Publics vulnérables en matière de littératie et de compétences numériques.

1-2 FAIBLES COMPÉTENCES. Difficultés à lire et à écrire.

1-2 FAIBLES COMPÉTENCES. Difficultés à lire et à écrire.

À ne réviser?

Québec 2022

Centre Alpha Papineau

TABLE ÉDUCATION OUTAOUAIS

La Table éducation Outaouais (TEO) de concert avec le Centre Alpha Papineau vous offrent un second tour pour la formation Communications Simplifiée.

Cette formation s'adresse à tous les professionnels ou direction qui ont à interagir à l'écrit et/ou verbalement avec une clientèle faible lectrice, tous réseaux confondus (réseau scolaire, réseau de la santé, réseau des services de garde, réseau communautaire, réseau municipal, etc.).

Conditions de participation

- * Formation GRATUITE d'une durée de 3h00;
- * Maximum de 25 participants par atelier;
- * Divisé par territoire – SVP respectez les dates associées à votre territoire :
- * Places limitées : une seule personne de votre organisation pourrait suivre la formation, puis transmettre ses apprentissages à ces collègues!
- * **IL RESTE MOINS DE 60 PLACES – INSCRIVEZ-VOUS RAPIDEMENT!!!**

Vous trouverez le lien d'inscription et les objectifs de la formation sur les images qui s'en suivent.

JE M'ISCRIS

Le MAPAQ a récemment lancé son nouveau programme cadre en lien avec le développement du bioalimentaire dans les territoires.

Ce programme vise à contribuer à la mise en valeur et au développement durable du secteur bioalimentaire et des territoires par le soutien aux initiatives d'intérêt collectif. Il cherche aussi à favoriser le développement d'une vision commune des priorités d'un secteur agroalimentaire ou d'un territoire ainsi que la coordination des acteurs impliqués dans la mise en œuvre de celles-ci.

Le Programme est organisé en fonction des volets et sous-volets suivants :

- Le volet 1.1 concerne les planifications (PDCN et PDZA, notamment)
- Le volet 1.2 la coordination des concertations régionales, c'est à dire les regroupement d'entreprises et d'organisations représentatives des différents maillons (ex. : production, transformation, distribution, R-D) d'un secteur dont la raison d'être est de concerter les acteurs de ce secteur pour qu'ils travaillent à réaliser des projets communs permettant le développement des marchés ou l'amélioration de l'apport, de la durabilité et de la compétitivité de ce secteur au Québec.
- Le volet 2.2, qui n'est pas encore ouvert, vise à contribuer au développement du secteur bioalimentaire en appuyant la réalisation de projets prioritaires identifiés sur les territoires concernés.

Pour voir les documents obligatoires à une demande et consulter le texte intégral du programme, cliquez aux liens ci-dessous

[DEMANDE](#)

[TEXTE DU PROGRAMME](#)

UNE PUB POUR LA HALTE-GARDERIE DU CENTRE ACTU-ELLE



 **HALTE-GARDERIE**

Besoin de répit ?
pour enfants de 3 mois à 5 ans

La COCCIN-ELLE

480 rue Des Pins
Gatineau (local temporaire)
819-986-9713
Informations/Réservation
Katherine
educatrice@actuelle.ca

Contactez-nous

88 rue Principale
Saint-André-Avellin
819-516-0699
Informations/Réservation
Pasquinel
staaeducatrice@actuelle.ca

La 27^e édition des prix Hommage bénévolat-Québec 2024 est maintenant lancée. Ces prix décernés par le gouvernement du Québec visent à reconnaître l'engagement bénévole exceptionnel de personnes et d'organismes de toutes les régions du Québec. Chaque année, une quarantaine de bénévoles et d'organismes sont reconnus pour leur dévouement dans leur communauté.

Nous vous invitons à souligner l'engagement exceptionnel d'une personne bénévole ou d'un organisme en soumettant sa candidature à l'adresse Quebec.ca/prixbénévolat d'ici le 5 décembre 2023 dans l'une ou l'autre des trois catégories présentées à l'affiche à côté.

Cette reconnaissance sera célébrée lors d'une cérémonie qui se déroulera à l'Assemblée nationale du Québec au printemps 2024. Le gouvernement assume les frais de déplacement, d'hébergement et de repas lors de la cérémonie pour les lauréates et les lauréats.

Afin d'en savoir davantage sur les Prix et de soumettre

PRIX HOMMAGE BÉNÉVOLAT-QUÉBEC 2024

DITES-LUI merci!

Proposez une candidature aux prix Hommage bénévolat-Québec

JEUNE BÉNÉVOLE
Prix Claude-Masson
(de 14 à 35 ans)

BÉNÉVOLE
(36 ans ou plus)

ORGANISME

Date limite d'inscription : 5 décembre 2023

Pour obtenir un formulaire de mise en candidature ou pour tout renseignement :
Quebec.ca/prixbénévolat

Logo ACTION BÉNÉVOLE QUÉBEC, fca q, PROJET DE CENTRE BÉNÉVOLE QUÉBEC, Votre gouvernement, Québec

une candidature, vous pouvez consulter le lien ci-dessous.

[SOUMETTRE UNE CANDIDATURE](#)

PROCHAINE INFOLETTRE

La prochaine infolettre de la Concertation pour de saines habitudes de vie en Outaouais (CSHVO) est prévue pour la première semaine de décembre 2023.

Prière de nous faire parvenir vos dernières informations pour publication à travers cette infolettre afin de vous aider à garder le lien avec nos abonnés.

Arthur Adrien

Coordonnateur

arthur.adrien@cshvo.com

Ernso Thomas

Chargé de projet

ernso.thomas@cshvo.com

Suivez-nous sur [Facebook](#)

Site de la [Concertation sur les Saines habitudes de vie en Outaouais](#)