



MOTS DE L'ÉQUIPE

La Concertation pour de saines habitudes de vie en Outaouais (CSHVO) souhaite à tous une excellente année 2025, marquée par la résilience. L'année 2024 a été une belle réussite grâce à l'engagement collectif pour améliorer la qualité de vie et rendre nos environnements plus sains et accessibles.

L'infolettre d'aujourd'hui annonce des événements importants pour cet hiver, notamment deux forums sur les systèmes alimentaires territoriaux. Le premier aura lieu à Messines dans la MRC de la Vallée-de-la-Gatineau le 7 février, et le second à Papineau le 21 février, offrant des occasions précieuses de se réunir et échanger autour de l'alimentation locale.

Enfin, cette infolettre couvre des sujets variés tels que l'alimentation durable, la sécurité alimentaire, la santé familiale, et le développement social. Des offres d'emploi et des appels de projets y figurent également, invitant à participer activement à ces initiatives.

SANTÉ FAMILIALE ET SAINES HABITUDES DE VIE

QU'EST-CE QU'UNE TABLE INTERSECTORIELLE RÉGIONALE EN SAINES HABITUDES DE VIE?



Les TIR-SHV (Tables Intersectorielles Régionales en Saines Habitudes de Vie) sont présentes dans chacune des 17 régions administratives du Québec, regroupant des partenaires provenant de divers secteurs (santé, éducation, loisirs, etc.) pour promouvoir des habitudes de vie saines, notamment une alimentation saine et un mode de vie physiquement actif. Ces tables se concentrent sur la création de solutions durables pour améliorer la santé des communautés locales à long terme.

Les TIR-SHV se distinguent par leur force de mobilisation, en réunissant des acteurs locaux et régionaux, tout en offrant des formations, en promouvant des politiques et en favorisant le réseautage entre les partenaires. Leur rôle consiste également à identifier les besoins locaux et à développer des stratégies adaptées.

[PLUS D'INFOS SUR LES TIR-SHV](#)

NOUVEAU PORTRAIT DE LA SANTÉ DES JEUNES DU SECONDAIRE



L'Enquête sur la santé des jeunes du secondaire, menée par l'Institut de la statistique du Québec, révèle des tendances positives et préoccupantes concernant la santé des adolescents. Bien que la consommation d'alcool, de cannabis et de tabac ait diminué, l'augmentation du vapotage et la hausse du nombre de jeunes ne prenant pas de déjeuner soulignent certains défis persistants. De plus, les habitudes alimentaires se sont légèrement améliorées, mais une proportion inquiétante continue de consommer des boissons sucrées et de la malbouffe.

Concernant la santé mentale, les résultats montrent une dégradation notable, avec une diminution de la santé mentale florissante et une hausse des troubles mentaux, notamment l'anxiété et la dépression, plus fréquents chez les filles.

ARTICLE



LE CENTRE ALPHA PAPINEAU POUR LES JEUNES ET LES PARENTS

Au service de la communauté depuis 40 ans avec dévouement à l'alphabétisation et l'éducation populaire vous présente aux affiches ci-dessus les différents services offerts.

Bonhomme à lunettes



Sur rendez-vous seulement de 13h30 à 16h00
Téléphonez au 514-303-4315

 Au **Centre Alpha Papineau**
Organisme en alphabétisation
390 avenue Buckingham

Samedi en folie



Un samedi par mois
-Cuisine 10h00-13h00
-Art 13h00 à 15h00
Repas offert

Dates :
25 janvier
15 février
15 mars

Inscrivez-vous dès maintenant!
(514) 886-7506
Places limitées

Service d'aide et d'accompagnement



Remplir un formulaire Comprendre son courrier Écrire une lettre

Quand?
Du jeudi au vendredi de 9h00 à 12h00
Sur rendez-vous seulement
(514) 886-7506

Où?
390 Avenue de Buckingham,
Gatineau, Québec, J8L 2G7
(514) 886-7506

LE DÉFI : UN RENDEZ-VOUS ANNUEL INCONTOURNABLE

La Direction de santé publique de l'Outaouais a le plaisir de vous annoncer le retour du **Défi J'arrête, j'y gagne!** pour une 26e édition.

L'objectif : Aider les Québécoises et les Québécois qui fument ou vapotent à se libérer de leur dépendance. Saviez-vous que cesser de fumer la cigarette pendant 6 semaines augmente de 6 fois les chances d'arrêter pour de bon?

Engagez-vous à ne pas fumer ou à ne pas vapoter pendant 6 semaines, **du 3 février au 16 mars 2025**. À gagner : un grand prix de **5 000 \$** en argent comptant et une carte-cadeau de **250 \$** offerte par Jean Coutu. Du soutien gratuit, des outils et des conseils à votre disposition :

- Le CAT de l'Outaouais : [819 966-6696](tel:819-966-6696)
- Le service de messagerie [SMAT](#)
- Le site Web [J'ARRÊTE](#)

JE M'INSCRIS

ARRÊTER DE FUMER OU DE VAPOTER ÇA SE FÊTE!

5 000 \$ EN ARGENT À GAGNER

INSCRIS-TOI [JEFFARRÊTE.CA](#)

DÉFI J'ARRÊTE J'Y GAGNE!

En collaboration avec: Capsana | En partenariat avec: Québec | Jean Coutu

PARCOURS DES SERVICES DANS LE PONTIAC : MIEUX NAVIGUER DANS LES SERVICES DE SANTÉ ET SOCIAUX

Centre de ressources **connexions** Réseau Local

Parcours DES SERVICES
Pour mieux naviguer dans les services de santé et sociaux

Découvrez les services dans le Pontiac
Plus de 30 kiosques communautaires

Samedi 8 février
9h00 à 12h00

Pontiac High School,
455 rue Maple, Shawville, QC
*Lieu accessible

Gagnez des cartes-cadeaux locales!

Présentation du CISSS de l'Outaouais

Découvrez le service 811 (Options 1, 2 et 3) et plus encore

Kiosques & rafraîchissements : 9 h 00 à 12 h 00
Présentation en français : 9 h 30 à 10 h 30
Présentation en anglais : 11 h 00 à 12 h 00

Centre unique de services sociaux de l'Outaouais Québec

Trouvez plus d'info et inscrivez-vous à : centreconnexions.org
Questions? 819-557-0613 ou info@centreconnexions.org

Rejoignez le Centre de ressources connexions et ses partenaires en personne le samedi 8 février, de 9h à 12h pour explorer la vaste gamme de services publics et communautaires disponibles dans la région de Pontiac.

Visitez les kiosques pour rencontrer les merveilleuses organisations dédiées à servir le public et découvrir comment elles peuvent vous aider. Ensuite, assistez à une présentation informative par le CISSS de l'Outaouais, couvrant le service 811.

Ne manquez pas cette opportunité de vous connecter et de découvrir des ressources précieuses!

POUR INSCRIPTION

OUVRAGES POUR SENSIBILISER LES JEUNES À L'ENVIRONNEMENT



L'offre littéraire jeunesse autour de la nature, de l'environnement et des changements climatiques est vaste et variée, proposant des livres pour tous les âges. Les titres couvrent des sujets allant de la transition écologique, la protection des écosystèmes, à la lutte contre le gaspillage alimentaire, le tout à travers des documentaires, des romans et des albums illustrés.

Ces ouvrages sont conçus pour éveiller la conscience écologique des jeunes tout en leur offrant des outils pour comprendre et agir face aux enjeux environnementaux.

LES OUVRAGES

CONFÉRENCE VIVRE ENSEMBLE DANS LE CADRE DE LA SEMAINE DE PROMOTION DE LA VIE ET DE LA PRÉVENTION DU SUICIDE

VIVRE ENSEMBLE!

Conférence animée par **Dan Bigras**, auteur, compositeur, interprète et cinéaste bien connu du public Québécois !

ÉVÈNEMENT GRATUIT
Dans le cadre de la semaine de promotion de la vie et de la prévention du suicide

L'artiste offre une conférence sur son parcours et ses réflexions sur le monde, le vivre ensemble, la solidarité et l'importance de ne laisser

AIDE DISPONIBLE 24/7
1-866-277-9553

Cégep de l'Outaouais 24/7

Quand: 4 février 2025 de 19h00 à 20h30

Où: L'Agora de la Maison du Citoyen, 25 rue Laurier (Hull)

Stationnement gratuit entrée par rue Hôtel-de-Ville

LE BOULEVARD DE LA VALLÉE

ALIMENTATION DURABLE ET SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

MINI-FORUM SAT SUR LE TERRITOIRE DE LA VALÉE-DE-LA-GATINEAU

FORUM MANGER LOCAL DANS LA VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

Pour un système alimentaire durable

7 février 2025, de 8h30 à 16h
70, rue principale, Messines
Gratuit et ouvert à tout.e.s
Repas local inclus
Covoiturage encouragé



Gratuit!

Ensemble, l'accès à une saine alimentation pour tous est possible!



Pour stimuler le développement d'un système alimentaire durable et renforcer les liens entre les différents maillons de la chaîne alimentaire, la Table de développement social de la Vallée-de-la-Gatineau (TDSVG), en étroite collaboration avec ses partenaires locaux, vous invite à participer au premier forum Manger local dans la Vallée-de-la-Gatineau, le 7 février 2025 à la salle communautaire de Messines.

Cet événement a pour objectif de favoriser le dialogue, l'échange d'idées et la mise en place de projets collaboratifs pour le bien-être des Val-Gatinois.

Veuillez confirmer votre présence en vous inscrivant au moyen du lien ci-dessous :

[INSCRIPTION OBLIGATOIRE](#)

LA MIJOTEUSE ET LE MINI-FORUM SAT SUR LE TERRITOIRE DE PAPINEAU



La Mijoteuse est l'événement annuel de l'Agro Lab Petite Nation. Cette année, il s'arrime avec le Mini-forum SAT de Papineau et se tiendra le 21 février 2025 à la Coopérative place du marché (4 Rue du Marché, Ripon, QC) de 8h30 à 16 heures. Vous êtes tous conviés et ce sera aussi l'occasion de s'informer sur les projets en cours, de solidifier le réseau agroalimentaire local existant et de célébrer les réussites de l'année!

[INSCRIPTION OBLIGATOIRE](#)

LES DÉPANNEURS GAGNERAIENT À OFFRIR DES COLLATIONS SANTÉ AVEC LE CAFÉ



Une étude menée par des chercheurs de l'Université McGill montre que les dépanneurs pourraient augmenter leurs profits en proposant des collations santé au même prix que des pâtisseries avec un café. En effet, les clients choisissent souvent l'option santé lorsqu'elle est en promotion, ce qui booste les ventes et réduit les choix alimentaires malsains.

Les résultats ont révélé qu'une telle promotion peut augmenter les achats de produits sains de plus de 1000 %, mais l'impact positif sur la santé est temporaire, ne persistant que pendant la durée de la promotion. Cependant, pour maintenir ce changement de comportement, des promotions constantes sont nécessaires, et les détaillants bénéficient de profits accrus grâce à l'augmentation des ventes de café.

ARTICLE

DEUXIÈME FORUM DE CONSULTATION PDZAA À PAPINEAU

La MRC de Papineau invite les entreprises agricoles, agroalimentaires, les partenaires du milieu de l'agriculture, du développement économique et du développement social, ainsi que la population de la MRC de Papineau à participer au deuxième de trois forums de concertation sur le Plan de développement de la zone agricole et agroforestière de la MRC de Papineau (PDZAA) qui se tiendra le 13 février 2025, de 8h00 à 16h00 au Centre communautaire de Saint-Sixte, au 30, rue principale.

INSCRIVEZ-VOUS

PETITE ENFANCE ET RÔLE DES PARENTS

Le comité Petite enfance souhaite connaître vos actions en petite enfance en ce qui concerne les saines habitudes de vie. L'objectif est de créer de nouveaux liens de

communication ainsi que de diffusion d'information afin de toucher les objectifs de la concertation. Pour cette raison, nous vous invitons à compléter ce court sondage en cliquant [ici](#). Les membres du comité vous remercient à l'avance pour votre précieuse collaboration!

SONDAGE

INVITATION POUR LES PARTENAIRES 0-5 ANS : PRÉSENTATION ET ÉCHANGE SUR LES ÉCRANS ET LES TOUT-PETITS

La Direction de santé publique du CISSS de l'Outaouais invite le 3 février 2025 de 10h30 à 12h00 les partenaires en petite enfance à participer à une présentation offerte par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) sur un modèle logique pour comprendre les usages des écrans et leurs effets sur la santé des populations ainsi que sur les pratiques parentales.



La présentation sera suivie d'une période d'échange entre les participants et participantes de 45 minutes et le lien pour vous inscrire - avant le 31 janvier 2025 s'en suit:

INSCRIPTION

LANCEMENT DE LA CAMPAGNE « NOUS, PARENTS »



Lancée le 20 janvier 2025 par Capsana, avec le soutien financier du ministère de la Santé et des Services sociaux, cette campagne vise à aider les parents à se sentir compris, tout en reconnaissant les défis qu'ils rencontrent au quotidien. Elle met l'accent sur l'importance de valoriser les parents et de leur offrir le soutien nécessaire pour s'épanouir dans leur rôle.

La campagne comprend une capsule vidéo diffusée à la télévision et sur les réseaux sociaux du 20 janvier au 16 février 2025.

Visitez nousparents.ca pour en apprendre davantage sur la campagne, découvrir les outils disponibles et commander du matériel promotionnel à distribuer dans vos milieux.

CAMPAGNE

ÉDUCATION ET DÉVELOPPEMENT SOCIO-COMMUNAUTAIRE

LES JOURNÉES DE LA PERSÉVÉRANCE 2025



Du **10 au 14 février 2025**, la Table Éducation Outaouais vous donne rendez-vous pour la 22^e édition des **Journées de la persévérance scolaire (JPS)** ! Ces journées sont un moment de mobilisation et de sensibilisation pour valoriser la persévérance scolaire et la réussite éducative des jeunes de notre région dans leurs parcours, de la petite enfance à l'âge adulte

Pour connaître le calendrier et pour vous inscrire aux activités organisées en Outaouais, cliquez au lien qui suit.

CALENDRIER ET INSCRIPTION

FORMATION AVEC CAP SANTÉ OUTAOUAIS SUR LE RESSOURCEMENT EN NATURE



Cap Santé Outaouais offre une formation en présentiel le 04 mars 2025 sur le **ressourcement en nature**.

La forêt nous apaise et nous recharge, une invitation à y plonger. Un après-midi pour s'y ressourcer par la marche, l'observation, la création et l'expression en plein cœur du Parc de la Gatineau.

La formation se tiendra au Centre des visiteurs du parc de la Gatineau – 33 Chem. Scott, Chelsea, Qc de 13h30 à 15h30. La participation à cette activité est gratuite.

Pour plus de détails et inscription :

[JE M'INSCRIS](#)



UQO

COLLOQUE - 14 FÉVRIER 2025

APPRENDRE DEHORS : INCLUSION

Le 14 février prochain, le colloque Unis pour une éducation inclusive hors les murs aura lieu à l'UQO. Sous formule d'une journée, ce sera un beau moment pour prendre connaissance des données de la recherche, mais d'échanger sur nos pratiques.

Quelle belle occasion de venir bonifier nos pratiques!

[INSCRIPTION ICI](#)

[APPELS DE PROJETS ET SOUTIEN FINANCIER](#)



Gouvernement
du Canada

FONDS DES INFRASTRUCTURES
ALIMENTAIRES LOCALES (FIAL)

Le gouvernement du Canada lance le Programme du Fonds des infrastructures alimentaires locales (FIAL) pour soutenir des projets qui renforcent la sécurité alimentaire des communautés et augmentent la disponibilité et l'accessibilité d'aliments locaux. Le programme comporte 2 volets :

1. Projets à grande échelle

- fournit des contributions non-remboursables entre 150 000 \$ à 500 000 \$
- période de réception des demandes : **13 janvier 2025 au 28 février 2025**

2. Projets à petite échelle

- fournit des subventions entre 25 000 \$ et 100 000 \$
- période de réception des demandes : **automne 2025 (date à confirmer)**

Pour connaître les critères d'admissibilité et comment présenter une demande, vous pouvez consulter :

ADMISSIBILITÉ ET DEMANDE



APPEL À CANDIDATURES POUR L'ANNÉE DE FINANCEMENT 2025

La Fondation Chamandy est maintenant ouverte aux candidatures pour **l'année de financement 2025**. Comme il s'agit de l'objectif principal la fondation, seules les initiatives dont les enfants et les jeunes (0-35 ans) sont les principaux bénéficiaires seront prises en considération. **Les candidatures se clôtureront le 29 janvier à 23h59.**

Pour en savoir plus sur leur priorités de financement et remplir le formulaire de demande, veuillez consulter leur [site web](#) et regarder [cette vidéo](#).

SITE WEB

VIDÉO

APPEL DE PROJETS ÉTÉ 2025 DE LA TÉO



Votre projet doit être déposé au plus tard le : **1er février 2025.**

Le projet déposé doit être réalisé entre le **1er mai et le 30 août 2025.**

Tout au cours de l'été, l'équipe de la TEO sera disponible et active pour suivre l'évolution de votre projet et vous soutenir dans la réalisation de celui-ci.

La reddition de compte finale devra se faire au plus tard le **30 septembre 2025.**

GUIDE ET FORMULAIRE



APPEL À PROJETS CÉLÉBRATION DE LA SQI 2025

Dans le cadre de la **Semaine québécoise intergénérationnelle (SQI) 2025**, Intergénération Québec recherche des initiatives intergénérationnelles à intégrer leurs événements festifs qui se dérouleront à **Montréal**.

Ce sera une occasion unique de célébrer 30 ans d'Intergénération Québec, et elles vous invitent à soumettre vos projets pour participer à cette grande fête ! Les dates des événements seront communiquées prochainement.

SOUMETTEZ VOTRE PROJET

FINANCEMENT POUR LES PROJETS INTERGÉNÉRATIONNELS



Communautés Gatineau Ouest

Le comité Action communautaire de proximité du cGO met à la disposition du financement pour les projets intergénérationnels et nous invitons les membres du cGO à déposer vos projets.

- Voici le [gabarit](#) pour déposer votre projet.
- Le financement prend fin en mars 2025.
- Veuillez déposer vos demandes par courriels au info@c-go.org.



Gouvernement
du Canada

APPUI AUX PROJETS DE MUTUALISATION EN ÉCONOMIE SOCIALE

L'appui aux projets mutualisation en économie sociale soutient le partage d'équipements et de technologies par des entreprises d'économie sociale qui cherchent à augmenter leur pérennité, leur productivité, leur croissance et leur capacité de commercialisation ou d'innovation, contribuant ainsi à la vitalité économique des collectivités.

Vous voulez connaître les critères d'admissibilité et cherchez de l'aide pour réaliser votre projet? Explorez le lien ci-dessous pour savoir comment présenter votre projet, remplir une demande d'aide financière ou connaître le cheminement d'une demande.

[CONSULTER LE GUIDE DU DEMANDEUR](#)

BOURSES TD AMI-ES DES PARCS



Les Bourses TD Ami-es des parcs sont disponibles pour presque tout événement communautaire dans un espace vert accessible au public que ce soit dans un parc urbain, sur une propriété de logement social ou dans une cour d'école à condition qu'ils contribuent à la protection et à la conservation continues de ces espaces.

Période de réception des demandes : 15 janvier au 24 février 2025

[PLUS D'INFORMATION](#)



APPEL DE PROJETS SUR LA CONSERVATION DE LA BIODIVERSITÉ

La MRC de Papineau dispose d'une enveloppe de près de 115 000 \$ pour soutenir des projets en lien avec la biodiversité. L'appel de projets débute le 19 décembre 2024 et demeurera ouvert jusqu'à l'épuisement des fonds.

L'objectif général de cet appel de projets est d'offrir du financement aux parties prenantes œuvrant sur le territoire pour la réalisation de projets en lien avec les actions du projet de plan d'action découlant de la stratégie.

[GUIDE ET DEMANDE](#)

OFFRE D'EMPLOI



INTERVENTION-ANIMATION

La Pointe aux jeunes maison des jeunes recherche un(e) intervenant(e)-animateur(trice). L'intervenant en maison des jeunes joue un rôle essentiel dans le soutien et l'encadrement des jeunes fréquentant l'organisation.

date limite : 1er février

Courriel : direction@pointeauxjeunes.ca

OFFRE D'EMPLOI



PROCHAINE INFOLETTRE

La prochaine infolettre de la Concertation pour de saines habitudes de vie en Outaouais (CSHVO) est prévue pour la dernière semaine du mois de février 2025.

Prière de nous faire parvenir vos dernières informations entre le 14 et 21 février 2025 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