



MOTS DE L'ÉQUIPE

L'équipe de la CSHVO vous souhaite de joyeuses fêtes en famille ou entre amis, remplie de chaleur et de moments mémorables. Nous vous sommes reconnaissants pour votre collaboration et engagement en 2023 et espérons poursuivre cette merveilleuse collaboration en 2024 !

Actuellement, nous travaillons fort à la planification du 2e forum du système alimentaire durable en Outaouais pour février 2024. Cet événement vise à renforcer les liens de collaboration pour une alimentation plus durable dans notre région.

Cette infolettre des fêtes couvre la santé, le développement social, l'éducation, la sécurité alimentaire, les offres d'emploi, les forums, les formations, les dons et les programmes de financement.

Bonne lecture !

DES NOUVELLES DE LA CONCERTATION !

CHANTIER SUR L'ALIMENTATION SCOLAIRE DE LA CONCERTATION : UN FICHE RÉSUMÉ POUR VOUS AIDER À SUIVRE LES AVANCÉES

L'équipe de travail de la concertation a créée pour vous cette fiche pour résumer les nouvelles sur l'avancée de l'alimentation scolaire au Canada ! Cliquez sur le lien ci-dessous pour y accéder :

[TÉLÉCHARGER LA FICHE](#)

CHANTIER SUR L'ALIMENTATION SCOLAIRE EN OUTAOUAIS

Fiche résumé - Automne 2023

RESSOURCES

Au Québec

www.pasun.org

Au Canada

sainealimentationsscolaire.ca



Documentation pour les partenaires : fiche pratique pour le milieu scolaire, portail web, article scientifique et portrait des initiatives (Procréal), mission et membres du collectif

sainealimentationsscolaire.ca/acq/00-20

L'alimentation scolaire au Québec: état des lieux, perspectives et pistes d'action

https://www.pasun.org/_files/ugd/280761_e6f96c9ac7c04333ac0846316d659311.pdf



Pour suivre le projet de loi sur l'alimentation scolaire du gouvernement canadien :

<https://www.parl.ca/acta/info/loi/projet-de-loi/44-Vc-222>

DÉMARCHE

Le but du chantier pour un programme d'alimentation scolaire universel est dans un premier temps d'évaluer et dresser un portrait des pratiques (fait en Outaouais en 2022). La finalité est l'implantation d'un programme universel pour nourrir tous les élèves du milieu scolaire en influençant les différents paliers de gouvernement. Pour en savoir plus : <https://www.pasun.org/objectifs>



FORUM NOVEMBRE 2023

En novembre 2023 la CSHVQ a participé au forum "Bien manger à l'école" qui s'est tenu au port de Québec avec 150 participants. L'équipe de coordination a participé à l'atelier des 4 régions ayant réalisées le portrait préliminaire de leurs initiatives territoriales en alimentation scolaire. Cette présentation a été l'occasion de souligner l'importance de la mobilisation du milieu scolaire dans la démarche ainsi que du développement d'une réflexion entre partenaires pour la suite de l'implantation. Pour en savoir plus : <https://www.pasun.org/forum>

ÉTAT DES LIEUX

Lors du forum de novembre 2023, l'équipe du chantier a dévoilé l'état des lieux de l'alimentation scolaire au Québec. Ce rapport met en avant la situation du Québec et du Canada par rapport au reste du monde ainsi que le portrait des régions explorées par le portrait. En Outaouais, le rapport est issu du travail avec l'équipe de santé publique et révisé par les partenaires lors du grand rassemblement d'hiver 2023 de la CSHVQ. Vous pouvez consulter ce portrait à la page 44 :



AUTRES INFOS

Webinaire - [Quoi de neuf en alimentation scolaire?](#)

Projet de loi C-322 adopté en 2e lecture - [Article de radio-Canada](#)

Article sur le forum "Bien manger à l'école" de novembre 2023 - [Lire ici](#)

[Devenez sympathisant de la coalition pour recevoir plus de nouvelles!](#)



SYNERGIE 2023: LE GRAND RASSEMBLEMENT DES TABLES INTERSECTORIELLES RÉGIONALES EN SAINES HABITUDES DE VIE



Le Collectif TIR-SHV, un réseau clé pour la promotion des saines habitudes de vie, a organisé son rassemblement annuel les 15 et 16 novembre, réunissant des coordonnateurs de tout le Québec pour échanger sur leurs succès et défis, avec un focus particulier sur l'évaluation et la mise en place d'une culture évaluative présentée par des professeures de l'Université Laval et de l'ESPUM.

[POUR EN SAVOIR PLUS](#)

SANTÉ PHYSIQUE ET MENTALE AVEC L'ÂGE

LA FORCE DE L'ÂGE : NOUVEAU BALADO CONSACRÉ À LA SANTÉ, PHYSIQUE, MENTALE ET COGNITIVE



Le Québec, comme le reste du monde, connaît une hausse des cas de maladie d'Alzheimer en raison du vieillissement de la population.

Un nouveau balado, "La force de l'âge," produit par Lucilab et animé par Sylvie Bernier, aborde cette problématique avec des experts. Trois mois après sa rencontre avec Marc-André Chagnon de Lucilab, Sylvie a développé le balado dont la première saison de six épisodes est terminée et la deuxième est en production pour janvier 2024.

L'objectif est de sensibiliser la population à travers des discussions avec des chercheurs et des médecins, en se basant sur la science. Sylvie met en avant l'importance de l'écoute et de la répétition pour assimiler l'information. Le Lucilab offre une application gratuite, luciapp.ca, qui promeut les saines habitudes de vie et la santé cognitive, aidée par des conseillers professionnels.

ARTICLE

AVEC LE VIEILLISSEMENT, LA DANSE FAIT DU BIEN.



La danse, particulièrement bénéfique pour les aînés, offre des avantages physiques et cognitifs, comme l'amélioration de la condition cardiovasculaire, la force et l'endurance musculaires, la coordination, l'équilibre, la souplesse, et la densité osseuse. Cognitivement, elle stimule l'attention, la concentration, la multitâche, et la résolution de problèmes, nécessitant une souplesse mentale, selon Lucie Beaudry de l'Université du Québec à Montréal.

Comme souligné par la journaliste Maryse Guénette, les municipalités feraient bien de proposer la danse comme activité à leur population âgée. Pourrait-on voir la danse comme moyen de développer les saines habitudes de vie de nos populations âgées en Outaouais?

DÉVELOPPEMENT SOCIAL ET SAINES HABITUDES DE VIE

INTIMIDATION LIÉE AU POIDS DANS LES ÉCOLES SECONDAIRES: COMMENT LA RÉDUIRE ET LA PRÉVENIR?



Bien que des progrès aient été réalisés dans la lutte contre la violence et l'intimidation dans les écoles québécoises, l'intimidation liée au poids reste un sujet peu abordé.

Andéranne Poutré de l'organisme Équilibre, propose dans son article sur le site de 100 degré des actions spécifiques pour y faire face dans les écoles secondaires. Ces mesures comprennent la prise de conscience de l'ampleur et des conséquences de ce phénomène, la reconnaissance du rôle de modèle des intervenants, la promotion d'un climat scolaire valorisant la diversité corporelle, le renforcement de la capacité des jeunes à prévenir et affronter ces situations, des interventions spécifiques et éducatives, et l'implication des personnes significatives dans la vie des jeunes.

Le guide proposé inclut également des fiches pratiques et des vidéos, disponibles sur equilibre.ca/intimidation. Vous pouvez trouver ces ressources en utilisant le lien ci-dessous:

PARLER DE CLIMAT AUX ENFANTS ET AUX ADOLESCENTS

**Parler du climat
avec les enfants**



**Parler du climat
avec les adolescents**



La Dre Laelia Benoit, pédopsychiatre et chercheuse à l'Université Yale, a développé deux outils pédagogiques pour aider parents et enseignants à discuter des changements climatiques avec les enfants et les adolescents.

Ces ressources visent à faciliter l'apprentissage des enjeux climatiques, à gérer les émotions liées à cette crise, à encourager l'action climatique, à découvrir la force du collectif, et à transformer l'anxiété en espoir. Face à l'augmentation mondiale des jeunes inquiets du dérèglement climatique, ces émotions, souvent qualifiées d'« éco-anxiété », sont reconnues comme des réponses

saines et empathiques à la perte écologique. Les guides sont disponibles pour téléchargement via des liens spécifiques.

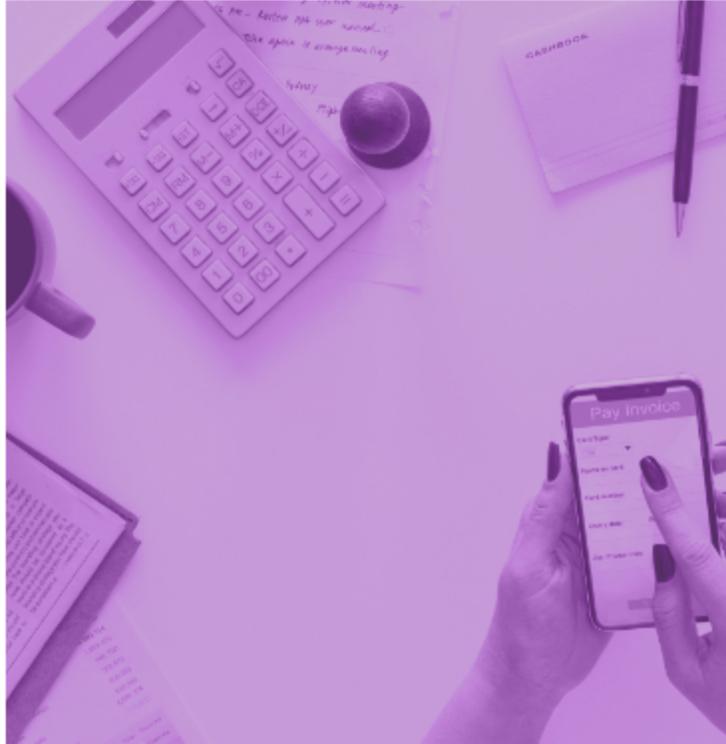
ENFANTS

ADOLESCENTS

ÉDUCATION FINANCIÈRE: POUR DÉVELOPPER NOS HABILETÉS



**Carrefour
jeunesse emploi
de l'Outaouais**



Les conseillers en éducation financière du Carrefour Jeunesse Emploi de l'Outaouais (CJEO) utilisent le programme "Mes finances, mes choix" de Desjardins pour aider à acquérir de saines habitudes financières. Ce programme, résultant d'une collaboration entre le CJEO et les caisses Desjardins de l'Outaouais, comprend 17 modules couvrant des sujets tels que la création d'un budget, la prévention de l'endettement, l'utilisation intelligente du crédit, l'éducation du consommateur, la planification d'achats ou de projets importants, et la préparation d'un retour aux études. Le document complet des 17 modules est disponible en téléchargement via le lien suivant :

MODULES

ÉDUCATION ET SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

DÉMARCHES NOURRICIÈRES ENGAGÉES: PRENDRE SOIN ENSEMBLE DU TERRITOIRE

La capsule vidéo "Démarches nourricières engagées" du projet Nourrir tous les milieux de Vivre en Ville, filmée dans la MRC de Papineau, illustre les rôles des parties prenantes d'un système alimentaire durable, mettant en avant l'AgroLab Petite Nation et l'importance des liens entre instigateurs, soutiens, opérations terrain et commercialisation des aliments, pour encourager l'engagement dans une démarche nourricière et la synergie des actions pour des bénéfices personnels, organisationnels et collectifs. Visionnez cette capsule en cliquant sur l'image ci-dessous :

DÉMARCHES NOURRICIÈRES ENGAGÉES

Prendre soin ensemble du territoire
et des gens qui l'habitent



ÉDUCAMIAM : POUR CULTIVER UNE ALIMENTATION POSITIVE CHEZ LES ENFANTS



Les écoles primaires disposent désormais d'**un nouveau guide**, "ÉducaMiam : cultivons une alimentation positive", lancé le 21 septembre, pour promouvoir une alimentation positive chez les enfants.

Développé par le Groupe de travail provincial sur la saine alimentation pendant l'enfance, ce guide offre des pratiques et compétences essentielles pour une relation positive avec la nourriture. Lucie Laurin, diététiste à l'Association québécoise de la garde scolaire, souligne dans un article de Sohie Allard sur le site de 100 degré, l'importance de standardiser les pratiques alimentaires dans les écoles.

Elle critique les approches autoritaires comme forcer les enfants à finir leur assiette ou interdire certains aliments, qui peuvent créer stress, culpabilité et confusion, et recommande plutôt une approche démocratique pour des effets positifs à long terme. Une belle lecture à faire ci-dessous :

[ARTICLE](#)

AMÉNAGER UNE CLASSE FLEXIBLE: UN NOUVEAU GUIDE POUR LES ÉQUIPES- ÉCOLES

Comment mettre
en place une classe

flexible ?

Cet aménagement est une tendance qui gagne en popularité dans le milieu de l'éducation. Contrairement à une classe traditionnelle, où les élèves restent assis à des pupitres orientés vers l'enseignant, une classe flexible offre diverses options de postures corporelles ergonomiques pour les élèves, adaptées à leurs besoins et aux activités pédagogiques. Une étude de l'UQAM en 2022 montre qu'au



Québec, surtout dans les écoles primaires, il y a plus de 2 000 classes flexibles.

Cette approche va au-delà du simple changement de mobilier, exigeant des enseignants qu'ils adaptent et diversifient leurs méthodes pédagogiques pour encourager l'engagement des élèves et réduire la sédentarité. Pour une compréhension approfondie de la classe flexible, l'article complet est disponible via un lien spécifique.

[ARTICLE](#)

ATELIERS - FORMATIONS - ANNONCES



ANNONCES DE DÉPART DU DIRECTEUR

Le président de la TEO annonce en novembre 2023 le départ du Directeur Pierre Boucher le 15 novembre, après plus de huit ans de direction ayant mené à une transformation majeure de l'organisme, incluant un plan stratégique ambitieux et une reconnaissance accrue de son expertise, impliquant de nombreux partenaires régionaux et locaux. Merci à Pierre pour son travail avec la concertation !

ACTIVITES AUTOMNALES

La TEO est enthousiaste de poursuivre ensemble avec ses partenaires ses grands projets. Déjà, elle a lancé le 12 octobre dernier, la 5ème édition de À GO, on lit ! qui est l'un de ses projets phares.

Elle poursuit aussi, cet automne, l'élaboration d'un plan stratégique ambitieux allant de la période de 2024-2029. Vous serez consultés sous peu dans le cadre de cet important exercice de réflexion.

La TEO soutient aussi de nombreux projets locaux en persévérance scolaire dont :

- La coordination de 2 appels de projets en persévérance scolaire;
- L'offre de 6 ateliers en Communication simplifiée (6 autres seront offerts à l'hiver) en partenariat avec l'organisme Alpha Papineau (mettre le lien d'inscription);
- La participation aux 6 Rendez-vous locaux de l'EQDEM (mettre le lien d'inscription);
- Le déploiement du projet Employeurs engagés pour la réussite éducative en collaboration avec les 5 Carrefours jeunesse-emploi de l'Outaouais;

[POUR SUIVRE LA TÉO](#)

À DISTRIBUER AUX ENSEIGNANT.ES EN ÉDUCATION PHYSIQUE,
ENTRAINEUR.EUSES SPORTIF.VES - ANIMATEUR.TRICES À LA VIE ÉTUDIANTE

FORMATIONS DE LEADERSHIP SPORTIF POUR LES ÉLÈVES DU SECONDAIRE

Accompagné par le **Réseau Accès Participation, Sport pour la Vie** et le programme **DAFA, Dimension Sportive et Culturelle** offre des modules de formation en leadership sportif qui s'adressent aux élèves du secondaire. **L'objectif est de sensibiliser et de développer de futurs leaders en milieu sportif.**

Les modules de formation peuvent être offerts sous plusieurs formes et dans plusieurs contextes: en formule parascolaire disponible à toutes, à l'intérieur d'une équipe sportive de l'école, dans un cours d'éducation physique, dans un comité étudiant, etc. De plus, les groupes ciblés ne sont pas obligés de suivre l'ensemble des modules .

UN PROJET DE DIMENSION SPORTIVE ET CULTURELLE



POUR VOUS INSCRIRE ET POUR AVOIR PLUS DE DÉTAILS, POUR RÉSERVER OU POUR TOUTES QUESTIONS, VEUILLEZ COMMUNIQUER AVEC : JOANIE CORCORAN (ANIMATEURS@DSCGATINEAU.CA).

DONS - RASSEMBLEMENT - APPELS DE PROJETS

Grand Rassemblement

des membres et partenaires de la TDSCO



Où? Centre communautaire de Cantley
(6, impasse des Étoiles)

Quand? 15 décembre 2023 de 9h à 14h

Déroulement de la journée:

8 h 30
Accueil

9 h à 12 h
- Présentation de projets concertés en cours
- Atelier : Stratégies pour joindre nos clientèles cibles

12 h à 14 h
Célébrons le temps des Fêtes
(dîner festif sur place et plus encore!)

Cliquez sur le lien d'inscription ci-bas pour confirmer votre présence.

[JE M'INSCRIS](#)

CENTRAIDE OUTAOUAIS LANCE SA CAMPAGNE



Centraide
Outaouais

LE DON, C'EST L'ACTION !

Chaque année, Centraide Outaouais organise une campagne de collecte de fonds pour soutenir les besoins de financement de 88 organismes de l'Outaouais.

Ces organismes luttent contre la pauvreté et l'exclusion sociale et offrent des services essentiels aux personnes les plus vulnérables de notre communauté. Grâce à ce réseau d'organismes, nous contribuons à maintenir un filet social de l'Outaouais.

Il existe différentes façons de contribuer : déduction sur votre paye, don en ligne ou le nouveau concours 50/50.

[FAIRE UN DON](#)

[TIRAGE 50/50](#)

GUIGNOLÉE DU DR. JULIEN POUR LE CENTRE DE PÉDIATRIE SOCIALE DE PAPINEAU



Du 15 novembre 2023 au 15 janvier 2024, contribuez à soutenir le Centre de pédiatrie sociale de Papineau, un modèle de médecine sociale intégrée développé par le Dr. Gilles Julien et Me Hélène (Sioui) Trudel, pour aider des enfants en situation de vulnérabilité à atteindre leur plein potentiel grâce à une approche holistique couvrant les besoins physiques, émotionnels, mentaux et sociaux.

[POUR EN SAVOIR PLUS](#)



APPELS DE PROJETS DANS LE CADRE DU PROGRAMME DE PRÉVENTION DE LA DÉLINQUANCE PAR LES SPORTS, LES ARTS ET LA CULTURE

Le ministère de la Sécurité publique, en collaboration avec le ministère de l'Éducation, a lancé un appel de projets pour le Programme de prévention de la délinquance par les sports, les arts et la culture (PPDSAC), visant à engager les jeunes de 12 à 18 ans en situation de vulnérabilité dans des activités qui renforcent les facteurs de protection, établissent des liens de confiance et fournissent des modèles positifs et des interventions adaptées à leurs besoins.

Le formulaire de demande d'aide financière et le guide pour les demandes sont disponibles ci-dessous :

[DEMANDE](#)

[GUIDE POUR LA DEMANDE](#)



BILAN 2E GRAND RASSEMBLEMENT POUR LE DÉVELOPPEMENT SOCIAL DE L'OUTAOUAIS

Le 2e Grand Rassemblement pour le développement social de l'Outaouais le 11 octobre a été un succès, mettant en lumière les avancées et enjeux communs en développement social, avec des consultations, panels sur la transition socio-écologique, le logement, la sécurité alimentaire, et des présentations sur le développement territorial et le financement, démontrant une forte préoccupation régionale pour l'amélioration des conditions de vie et préparant le terrain pour la future planification stratégique de la CDSO.

Vous pouvez consulter le bilan complet du 2e Grand Rassemblement en utilisant le lien ci-dessous:

[BILAN COMPLET](#)



PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT TERRITORIAL ET SECTORIEL 2023-2026

Le MAPAQ lance son un nouveau programme cadre pour stimuler le développement durable du secteur bioalimentaire et des territoires, en soutenant les initiatives collectives, favorisant une vision commune des

priorités agroalimentaires et des acteurs, organisé en plusieurs volets incluant planification, coordination régionale, et projets prioritaires à venir.

Vous pouvez consulter les détails ci-dessous :

DEMANDE

TEXTE DU PROGRAMME



PROCHAINE INFOLETTRE

La prochaine infolettre de la Concertation pour de saines habitudes de vie en Outaouais (CSHVO) est prévue pour la deuxième semaine de janvier 2024.

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