

INFO COMITÉ SHV

REGROUPEMENT LOCAL DE PARTENAIRES SOUTENU
FINANCIÈREMENT PAR QUÉBEC EN FORME DEPUIS 2009



ÉDITION - MAI 2016



Une démarche de planification stratégique intégrée COSMOSS 2015-2020, découlant d'une cohésion des fonds d'Avenir d'Enfants et de Québec en Forme stimulera différemment la mobilisation et l'implication des acteurs engagés au sein des quatre thématiques COSMOSS, soit: insertion socio-professionnelle, petite enfance, persévérance scolaire et saines habitudes de vie. En 2016-2017, un plan transitoire permettra au Comité SHV de consolider certaines actions en vue d'assurer leur prise en charge autonome par les organismes ciblés. Cette édition vise à souligner l'implication des partenaires depuis 2009, à mettre en relief les actions déployées et à remercier les collaborateurs qui ont participé à la réalisation de multiples actions.

Sujet	Page
Table des matières	1
Salutations de la coordonnatrice du Comité saines habitudes de vie MRC de RDL	2
Le logo du Comité SHV: un personnage au sourire taquin!	3
Le Comité SHV: un bouquet de remerciement aux partenaires	4
Le Comité SHV: portrait des actions réalisées en shv depuis 2009	5
Le Comité SHV: les collaborations développées depuis 2009	7
Les saines habitudes de vie: une préoccupation quotidienne qui restera en action!	8

INFO COMITÉ SHV



REGROUPEMENT LOCAL DE PARTENAIRES SOUTENU
FINANCIÈREMENT PAR QUÉBEC EN FORME DEPUIS 2009

SALUTATIONS DE LA COORDONNATRICE DU COMITÉ SAINES HABITUDES DE VIE



En février 2009, il y a déjà 7 ans, je fus embauchée par le regroupement local de partenaires nommé Comité saines habitudes de vie MRC de Rivière-du-Loup (SHV) et soutenu financièrement par Québec en Forme. La mission du Comité SHV est de faciliter les conditions favorisant l'adoption et le maintien d'une saine alimentation et d'un mode de vie physiquement actif auprès des familles ayant des enfants de la naissance à 17 ans.

J'ai accompagné les partenaires du regroupement dans l'élaboration de deux planifications stratégiques triennales et une biennale. Ce qui fait 7 plans d'actions consécutifs.



J'ai partagé maints documents spécifiques à des porteurs de dossiers, les abreuvant sur le thématique de l'alimentation: dépliants, fiches, guides et recueils de recettes ont été partagés à des organismes tels que le Carrefour d'Initiatives Populaires de Rivière-du-Loup, les Maisons des jeunes, la Maison de la Famille du Grand-Portage, l'Office Municipal d'Habitation de Rivière-du-Loup, aux coordonnateurs en loisirs ainsi qu'à des parents par le biais d'événements tels que L'Automne à grands pas, le Carrefour Loisirs-Éducation et le Salon pour Elles.

Vous avez probablement entendu des capsules radio à CIBM FM sur les thèmes des boissons sucrées / énergisantes, des collations, du déjeuner, de l'image corporelle et du jardinage, entre autre. Vous avez aussi sûrement lu au moins une fois depuis trois ans la pleine page couleur publiée dans le journal Info-Dimanche de janvier à mai de chaque année. Ou peut-être avez-vous vu en encart sur les saines habitudes de vie dans votre bulletin municipal. Ou vos enfants ont peut-être participé à l'un des ateliers culinaires proposé par les Maisons des jeunes ou la Maison de la Famille du Grand-Portage. En février 2009, il y a déjà 7 ans, j'arrivais à Rivière-du-Loup. Au 1er mai 2016 l'instant présent est déjà terminé, demain ne m'appartient plus et l'avenir m'est inconnu.

À la vôtre...et à la mienne pour une vie en santé, sereine le plus possible et parsemée de rires!



INFO COMITÉ SHV

REGROUPEMENT LOCAL DE PARTENAIRES SOUTENU
FINANCIÈREMENT PAR QUÉBEC EN FORME DEPUIS 2009



LE LOGO DU COMITÉ SHV: UN PERSONNAGE AU SOURIRE TAQUIN!

Vous avez certainement vu le logo du Comité saines habitudes de vie depuis 2009, sur des fiches ou sur des recueils de recettes, ou encore, dans le journal Info-Dimanche. Le partage de documents divers est assez important pour que le logo du Comité SHV circule encore quelques mois, voire quelques années!



Ce personnage au sourire taquin et au clin d'œil coquin en "croque melon" rappelle amicalement, à qui désire sourire avec complicité à la vie, l'importance de manger des fruits dans une perspective d'adoption de bonnes habitudes alimentaires.

Vous avez remarqué l'œil droit? La pupille est représentée par un ballon de soccer : vivez donc l'énergie en jouant dehors, ou en pratiquant une activité physique ou sportive plaisante!



Décidemment, ce personnage *au-sourire-taquin-et-au-regard-coquin* à un "je ne sais quoi" inspirant le plaisir de manger sainement et de bouger avec plaisir en famille et insufflant la motivation nécessaire au maintien de saines habitudes de vie!

Ce personnage au sourire contagieux, désire devenir le complice privilégié de toutes les familles du territoire ayant des enfants de la naissance à 17 ans, dans le soutien à l'apprentissage d'habitudes santé.

Avez-vous remarqué qu'à la table, les mets que l'on vous sert vous mettent les mots à la bouche : manger coloré, déguster frais et simplement apprêté sont des stimulants pour un repas où le plaisir est à l'honneur!



INFO COMITÉ SHV

REGROUPEMENT LOCAL DE PARTENAIRES SOUTENU
FINANCIÈREMENT PAR QUÉBEC EN FORME DEPUIS 2009



LE COMITÉ SHV: UN BOUQUET DE REMERCIEMENT AUX PARTENAIRES

12 partenaires engagés dans la promotion des saines habitudes de vie!



75 rencontres



225 heures passées ensemble (eh oui!)



2 plans d'action triennaux (sur trois ans)

Et 1 plan d'action biennal

En mon nom personnel, je remercie les partenaires du Comité saines habitudes de vie pour leur engagement depuis 2009. Lesquels sont: l'agente de liaison COSMOSS, le Carrefour d'Initiatives Populaires de RDL, le Centre-Jeunes de Cacouna, le CLSC Rivières et Marées, la Maison de la Famille du Grand-Portage la MRC de RDL, l'Office Municipal d'Habitation de RDL, la municipalité de L'Isle-Verte, la municipalité de Saint-Arsène et la Ville de Rivière-du-Loup.

INFO COMITÉ SHV



REGROUPEMENT LOCAL DE PARTENAIRES SOUTENU
FINANCIÈREMENT PAR QUÉBEC EN FORME DEPUIS 2009

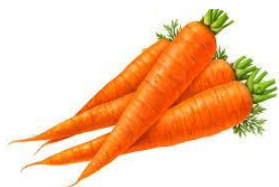
LE COMITÉ SHV: LE PORTRAIT DES ACTIONS RÉALISÉES DEPUIS 2009

Depuis 2009, jusqu'au début mai 2016, les actions du Comité saines habitudes de vie MRC de Rivière-du-Loup ont permis de rejoindre **environ 3400 enfants** dans le cadre des ateliers "À vos chaudrons marmitons!" et des activités multi-jeux dans les écoles primaires de la MRC de Rivière-du-Loup faisant partie de la Commission scolaire Kamouraska - Rivière-du-Loup.



Presque 1200 adolescents de 11 à 17 ans ont participé à des ateliers culinaires proposées au Centre-Jeunes de Cacouna, à l'Entre-Jeunes de Rivière-du-Loup, au local jeunesse "La Cabane" de l'Isle-Verte, au local jeunesse "Le Bunker" de Rivière-du-Loup ainsi qu'aux maisons des jeunes de Saint-Cyprien et de Saint-Épiphane. Il est à noter que ce ne sont pas nécessairement 1200 jeunes différents: ce chiffre est le nombre d'inscriptions global: il en est de même pour les activités multi-jeux nommées précédemment.

Environ 2300 parents et enfants ont bénéficié d'ateliers sur l'éveil au goût, sur la stimulation du développement moteur chez les 0-4 ans et ont parcouru des sentiers balisés dans le cadre de l'événement L'Automne à grands pas.



Près de 1000 parents ont enrichi leurs connaissances sur l'alimentation et renforcé leurs compétences culinaires par le biais d'ateliers proposés par la Maison de la Famille du Grand-Portage et les jardins communautaires / collectifs déployés par le Collectif Solidarité et Inclusion Sociale (SIS).

Enfin, **approximativement 400 intervenants** ont reçu des formations diverses reliées à l'alimentation et à l'activité physique, dont "Bien dans sa tête, bien dans sa peau", "Formation DAFA - Diplôme d'Aptitudes à la Fonction d'Animateur", "Moniteurs avertis", "Les environnements physiques favorables aux saines habitudes de vie" de même que "L'intervention en contexte d'animation chez les 6-9 ans".

Et...l'on peut calculer **qu'environ 4000 familles** de la MRC de Rivière-du-Loup ont été "contaminées" positivement par des fiches et des recueils de recettes partagés aux parents lors de L'Automne à grands pas, de la Journée portes ouvertes à l'École secondaire de Rivière-du-Loup, du Carrefour Loisirs-Éducation et du Salon pour Elles en octobre 2015.

INFO COMITÉ SHV

REGROUPEMENT LOCAL DE PARTENAIRES SOUTENU
FINANCIÈREMENT PAR QUÉBEC EN FORME DEPUIS 2009



LE COMITÉ SHV: LES COLLABORATIONS DÉVELOPPÉES DEPUIS 2009

Elle sont nombreuses, les collaborations développées depuis 7 ans, outre celles avec les partenaires du regroupement...il y a notamment (car la mémoire peut être défaillante, parfois!):



Québec en Forme, pour son soutien financier depuis 2009 et son accompagnement technique.



La MRC de Rivière-du-Loup laquelle a agit à titre de fiduciaire pour ce fonds.



Les municipalités de la MRC de Rivière-du-Loup, plus particulièrement les coordonnateurs en loisirs et pour certaines, la personne assumant le poste de directeur (ice) général (e). Ils ont été des collaborateurs de "première ligne" pour le déploiement du "Coffre à bouger", le soutien à l'Automne à grands pas et l'insertion d'encarts "santé" dans les bulletins municipaux.



Les personnes assumant la direction des écoles primaires et secondaire de la Commission scolaire Kamouraska - Rivière-du-Loup, les enseignants en éducation physique, l'entraîneur de spinning ainsi qu'une ressource en nutrition.



La station radiophonique CIBM FM et le journal Info-Dimanche pour la réalisation d'actions en communication (capsules radio et articles).



Les entreprises ayant participé aux tirages du Comité SHV lors du *Salon pour Elles* de Rivière-du-Loup en octobre 2015, soit Brioches et Babioles à Saint-Arsène, la Boucherie Bégin, la Librairie J.A. Boucher, les Marchés IGA et Richelieu et Les produits alimentaires Le Vrac.



Évidemment, des collaborations ont été développées avec les ressources professionnelles de Québec en Forme (agente de développement), les autres personnes assumant la fonction de coordination de regroupements bas-laurentiens soutenus par Québec en Forme ainsi qu'avec des ressources en nutrition et en activité physique de l'Agence de santé et des services sociaux du Bas-Saint-Laurent.

