



Projet de Politique de prévention

mémoire présenté dans le cadre de la consultation du gouvernement du Québec

Produit par Québec en Forme
Novembre 2015



À PROPOS DE QUÉBEC EN FORME

Fondé en 2002, *Québec en Forme* vise l'adoption et le maintien d'une saine alimentation et d'un mode de vie physiquement actif chez les jeunes Québécois de la naissance à 17 ans. Dans le cadre d'une entente de partenariat entre le gouvernement du Québec et la *Fondation Lucie et André Chagnon* (2007), *Québec en Forme* gère une contribution de 400 millions de dollars pour une période de 10 ans. *Québec en Forme*, c'est un réseau de 4 000 partenaires provenant du milieu municipal, scolaire, communautaire, de la santé et de la petite enfance qui collabore à rendre les milieux de vie de 1,5 million de jeunes plus favorables aux saines habitudes de vie.

INTRODUCTION

D'abord, *Québec en Forme* considère qu'une politique en matière de prévention est sans contredit le moyen le plus efficace pour améliorer la santé et la qualité de vie des citoyens québécois. Elle doit être le fer de lance des stratégies capables de modifier les normes sociales, d'impliquer directement les citoyens et de mobiliser les décideurs des différents milieux, incluant le gouvernement, pour favoriser une meilleure santé et une meilleure qualité de vie. Plus particulièrement dans le domaine qui touche la mission de *Québec en Forme*, elle doit permettre l'acquisition et le maintien d'habitudes de vie qui auront des effets directs sur la santé, sur certains problèmes sociaux, sur la réussite scolaire ou sur l'intégration sociale, en portant une attention particulière aux jeunes vivant en situation de pauvreté.

Une politique de prévention gouvernementale doit pouvoir agir sur deux niveaux :

- 1- créer des environnements favorables pour le développement des capacités des personnes pour assurer une saine alimentation, un mode de vie physiquement actif et la prévention de l'obésité. La politique de prévention gouvernementale devrait créer les conditions pour agir sur les principaux déterminants de la santé tout en cherchant à réduire les inégalités sociales de santé;
- 2- intervenir directement auprès des personnes pour enclencher l'adhésion à des normes sociales qui modifieront les pratiques quotidiennes des citoyens.

Au cours des 10 dernières années, *Québec en Forme* a constaté qu'il était possible d'intervenir pour changer les normes sociales. Des sondages réalisés depuis quelques années démontrent clairement l'évolution de la perception des citoyens envers l'acquisition de saines habitudes de vie. Nous croyons qu'en accentuant les efforts, il sera également possible d'ancrer ces nouvelles habitudes dans le quotidien des citoyens. L'adoption de la Politique de prévention pourrait être l'occasion de fournir les outils nécessaires à l'atteinte de cet objectif.

Québec en Forme veut aussi souligner l'importance du troisième principe directeur qui affirme l'importance d'une action adaptée aux contextes et aux besoins émanant des différents groupes de la population. Les réalités diffèrent selon les caractéristiques socio-économiques, les régions, l'intégration sociale. Une politique efficace doit pouvoir compter sur un réseau important d'intervenants capable d'agir directement sur le terrain, avec les citoyens, plus particulièrement dans les milieux défavorisés. Il est essentiel de pouvoir coordonner leurs efforts afin que les effets de leurs interventions s'additionnent et

contribuent efficacement à l'adoption de nouvelles normes sociales. L'expérience de *Québec en Forme* a démontré qu'en « organisant » la synergie entre les intervenants, qu'ils agissent dans les écoles, les municipalités ou des groupes communautaires et en petite enfance, il est possible d'agir mieux et plus rapidement. Leurs actions sont d'autant plus efficaces lorsqu'ils bénéficient d'expertise, de ressources suffisantes et de politiques en appui.

MOYENS POUR SOUTENIR LES ORIENTATIONS PROPOSÉES

Pour *Québec en Forme*, les objectifs et les chantiers proposés dans les trois premières orientations de la Politique de prévention sont cohérents avec les grands déterminants de la santé dont le document de consultation tient compte. En vertu du savoir-faire, de l'expertise, du leadership et des partenariats développés au cours des dix dernières années, *Québec en Forme* croit qu'il est possible d'aller plus loin avec les précisions apportées ci-dessous.

1. Pour permettre le **développement des capacités des personnes**, il est important d'agir en simultané dans la mise en place **d'environnements favorables** dans les différents milieux de vie.

Pistes dans les milieux de vie

En petite enfance, un des moyens consiste à poursuivre le soutien à l'implantation de *Gazelle et Potiron*¹, la sensibilisation du personnel et leur formation continue. Cette approche gagnerait à être utilisée pour d'autres volets que les habitudes de vie, afin d'offrir aux tout-petits un milieu de vie bienveillant et stimulant.

En milieu scolaire, certaines initiatives permettent à tous les jeunes d'évoluer dans des environnements stimulants, peu importe leur situation économique, tels que des cours d'école aménagée, des équipements disponibles à faible coût, une offre alimentaire savoureuse et nutritive ainsi qu'un contexte de repas convivial².

En milieu municipal, les décideurs et les intervenants peuvent s'inspirer du projet *Prendre soin de notre monde*³ afin de mettre en place des mesures favorisant la qualité de vie et les saines habitudes de vie dans leur communauté.

Le second aspect d'importance à considérer pour soutenir le développement des capacités des personnes est la **qualité de l'intervention** notamment auprès des jeunes.

¹ Cadre de référence sur les saines habitudes de vie en services de garde éducatifs.

² Un contexte de repas convivial représente un lieu et une ambiance propice à l'acquisition de saines habitudes alimentaires.

³ Une opération de partenariat avec les instances municipales et le réseau de la santé.

La formation et le réseautage

Des intervenants mieux outillés permettent aux jeunes de retirer des émotions positives de leur expérience, d'avoir le goût de recommencer et de s'investir. Pour y parvenir, il importe d'offrir de la formation continue aux divers intervenants et la possibilité de se réseauter. Les intervenants dans les camps de jour, les écoles, les services de garde et les organisations sportives sont particulièrement visés.

2. *Québec en Forme* croit nécessaire d'approfondir quelques éléments mentionnés dans l'orientation sur **l'aménagement des communautés et de territoires sains et sécuritaires** notamment l'importance du **frein économique** ainsi que la question des déplacements actifs.

Piste ce qui concerne le frein économique

L'accès à des activités et des infrastructures favorisant de saines habitudes de vie devrait inclure des dimensions économiques puisque nos sondages confirment que non seulement les coûts représentent un frein majeur à la pratique d'activités physiques, mais également à la consommation d'aliments sains pour les individus.

Pistes pour des déplacements actifs

En matière d'aménagement, les déplacements à pied et à vélo devraient être une priorité dans le cadre des mesures visant le renforcement de la sécurité des déplacements des personnes et l'accès à des bâtiments publics sains et salubres proches des milieux de vie;

Les plans d'urbanisme modernes où les véhicules motorisés cohabitent de façon sécuritaire sur les routes avec les piétons et les usagers du vélo ainsi que des projets d'autobus pédestre comme *Trottibus* sont des initiatives inspirantes à prendre en considération pour favoriser des déplacements actifs, sécuritaires et conviviaux. Il est important de prendre en compte en priorité les quartiers les plus dévitalisés ou défavorisés puisque l'accès à des modalités de transport alternatives à l'automobile peut contribuer grandement à l'autonomie des personnes.

3. Pour **l'amélioration des conditions de vie favorables à la santé**, *Québec en Forme* souhaite attirer votre attention sur certaines dimensions de l'accès à une saine alimentation et à un mode de vie actif pour les jeunes et les familles.

Plus spécifiquement pour les communautés autochtones et les communautés culturelles, il est indispensable d'offrir des activités physiques ou sportives de qualité puisque bouger permet de créer un sentiment d'appartenance chez les jeunes, de développer leur leadership et d'améliorer leur persévérance scolaire. Ces derniers sont des facteurs contribuant à une meilleure santé. L'accès physique et économique à des aliments sains et qui respectent leur culture sont d'autres mesures à mettre de l'avant pour ces communautés.

Pistes pour l'accès à une saine alimentation

Poursuivre les efforts visant à modifier l'offre alimentaire dans les écoles en offrant des repas nutritifs et en interdisant la vente de boissons sucrées et énergisantes.

Soutenir des initiatives qui permettent aux jeunes et leurs familles de développer leur capacité à faire des choix sains et éclairés (comme par exemple le projet *Jeunes pousses*), notamment dans les milieux défavorisés.

Faciliter les choix sains en offrant des aliments plus savoureux, nutritifs et des portions réduites dans les municipalités lors d'événements culturels ou sportifs, les arénas, les centres communautaires et dans les milieux de travail.

Former un réseau entre les divers intervenants en sécurité alimentaire des milieux municipaux, communautaires, de la santé et des services sociaux ainsi que du milieu des affaires tels que les producteurs et les distributeurs afin de soutenir une saine alimentation pour tous.

MISE EN ŒUVRE DE LA POLITIQUE PRÉVENTION

Le **réseau de partenaires** créé au cours des dix dernières années par *Québec en Forme* représente un puissant levier pour la mise en œuvre de la Politique de prévention. Ces partenaires sont non seulement sensibilisés à la prévention, mais ils ont également développé une capacité d'agir à partir d'un portrait et d'objectifs de changement. Ils sont donc en mesure d'adapter les actions nécessaires à l'atteinte des objectifs selon les besoins spécifiques de leur population. L'opportunité de s'appuyer sur ce vaste mouvement mis en place par *Québec en Forme* et de bénéficier des apprentissages réalisés depuis plus de 10 ans permettrait de donner un nouveau visage à la prévention, d'optimiser le réseau en place et de poursuivre la synergie entre les milliers d'acteurs impliqués.

DÉFI ET SOLUTIONS POTENTIELS À LA POLITIQUE DE PRÉVENTION

Le principal défi de la Politique de prévention sera d'inclure trois ingrédients de succès. Puisque la prévention est une responsabilité collective et partagée, elle doit être associée à un leadership fort porté au plus haut niveau du gouvernement de sorte que chaque ministre en partage une responsabilité face à son implantation. Deuxièmement, elle doit être appuyée par des mesures d'évaluation et de reddition de comptes permettant de suivre son évolution et l'atteinte de ses objectifs de manière à les communiquer aux partenaires qui en partageront les cibles. Finalement, des moyens et des ressources doivent être mis à sa disposition. Le gouvernement aurait avantage à redistribuer ses sources de revenus vers les actions liées à la prévention.

QUÉBEC EN FORME RECOMMANDE DE

- reposer la Politique de prévention sur une coordination gouvernementale intersectorielle et des cadres de référence précis;
- partager les responsabilités avec des partenaires engagés et implanter la Politique de prévention par l'entremise des *Regroupements locaux de partenaires*⁴ actuellement soutenus par *Québec en Forme* et *Avenir d'enfants* dont l'expérience de collaboration intersectorielle pourra servir d'assise;
- préserver les leviers régionaux que sont les *Tables intersectorielles régionales sur les saines habitudes de vie*⁵ en les faisant migrer vers l'ensemble des enjeux soulevés dans la politique de prévention;
- préserver le mécanisme de liaison, de partage d'expertise et de connaissances entre les paliers local, régional et national à partir des *Tables nationales* en mode de vie physiquement actif et en saine alimentation;
- associer la Politique de prévention à un financement récurrent permettant aux acteurs du terrain de prendre en charge des actions structurantes et efficaces auprès de la population et dans l'amélioration des environnements pour les rendre plus favorables aux comportements sains;
- s'associer à un organisme neutre, externe au gouvernement, ayant une capacité de mobiliser les acteurs intersectoriels clés.

⁴ Un regroupement local de partenaires est un groupe composé d'intervenants, de directeurs et d'élus des milieux scolaire, municipal, communautaire, de la petite enfance, de la santé et des services sociaux qui engagent leur organisation et qui définissent ensemble des actions à mettre en œuvre pour améliorer les habitudes de vie des jeunes ou le développement des tout-petits de leur communauté.

⁵ Une table intersectorielle régionale en saines habitudes de vie est une instance formée pour déployer, sur son territoire, 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*.

CONCLUSION

La prévention est un projet de société pour le Québec qui repose sur une responsabilité collective et partagée. L'implication de tous, que ce soit du milieu municipal, scolaire, communautaire, de la santé, de la recherche et des affaires est nécessaire et s'inscrira sous un leadership fort du gouvernement. La présence d'un joueur neutre, comme l'aura été *Québec en Forme* au courant des dernières années, est un ingrédient liant important pour garantir l'implication des acteurs terrains qui réaliseront les actions nécessaires au sein même des milieux de vie des jeunes et de leur famille afin d'ancrer des changements dans les environnements et dans les comportements des Québécois.

