

Santé@Com.une

La newsletter en promotion de la santé des communes de Charleroi-Thuin

Édito

Voici notre newsletter du mois de juin. Depuis sa création, nous l'avons conçue avec l'objectif d'en faire un véritable outil d'échanges, de partages d'expériences, de réflexion et de mise en valeur de pratiques de promotion de la santé. Nous vous rappelons une nouvelle

fois que nos colonnes vous sont largement ouvertes. C'est pour répondre à ces objectifs que **nous invitons les communes à nous communiquer leurs expériences, leurs réalisations** dans le domaine. Merci de répondre à notre appel, bonne lecture et à bientôt...

Actualités



Fonds Mestdagh Pour une société pleine d'opportunités

La création du Fonds Mestdagh répond au souhait des fondateurs de favoriser le développement social de la région de Charleroi en participant à l'amélioration des conditions de vie de la population locale. Cet appel s'adresse aux projets qui visent l'intégration sociale par la qualification et la mise à l'emploi de personnes précarisées ou marginalisées. Sont également visées les initiatives qui concernent les personnes de cinquante ans et plus, tant comme personnes en insertion que comme bénéficiaires des services prestés par les personnes en insertion socioprofessionnelle. Le Fonds donne la priorité

aux projets situés dans la région de Charleroi où l'entreprise est implantée depuis son origine. Le Fonds Mestdagh pourrait également accorder son soutien à des projets basés dans un rayon de trente kilomètres de Charleroi. Les candidats peuvent demander un soutien sur plusieurs années - au maximum trois ans - moyennant une motivation détaillée dans le dossier de candidature. Le promoteur d'un projet peut être une association, un groupe de bénévoles, une organisation ou une institution publique active dans l'intégration socioprofessionnelle. Les régions de quartier sont également invitées à introduire une candidature. L'appel ne s'adresse donc pas aux personnes individuellement.

[Télécharger](#)

Publications



L'urbanisme participatif Aménager la ville avec et pour ses citoyens


L'urbanisme participatif est une démarche qui recèle un fort potentiel pour transformer la ville et ses quartiers avec les citoyens, mais encore faut-il bien la planifier pour assurer son succès. Ce guide trace les grandes lignes du processus développé par le Centre d'écologie urbaine de Montréal au fil des années. Il vise à outiller les intervenants de divers secteurs et les citoyens en leur fournissant une vue d'ensemble des étapes à suivre, des acteurs à inclure, ainsi que des outils et des ressources à leur disposition. Approche éprouvée dans l'aménagement de quartiers à échelle humaine, l'urbanisme participatif comporte des avantages indéniables vis-à-vis des processus conventionnels, gérés uniquement par des professionnels dési-

gnés. Les citoyens, qui vivent dans le quartier au quotidien, apportent une perception et une connaissance différentes de celles des experts, enrichissant ainsi l'analyse. Les professionnels sont appelés à compléter le savoir lié à l'expérience des habitants. La capacité d'écoute et l'ouverture aux échanges de chacun sont des ingrédients clés pour la compréhension mutuelle des enjeux. En intégrant les observations, les préoccupations et les aspirations des habitants dès le départ, et tout au long du projet, l'ensemble des participants trouve collectivement des réponses qui correspondent aux besoins réels de la communauté. Au-delà d'une simple étape de consultation, l'urbanisme participatif favorise un dialogue ouvert et une interaction productive entre les usagers, les experts et les décideurs, et ce, tout au long du processus.

[Télécharger](#)



Ressources



Aménageons nos milieux de vie pour nous donner le goût de bouger pour une meilleure qualité de vie

La pratique d'activités physiques, par les bienfaits physiques et psychologiques qu'elle procure, est une composante importante du bien-être et de la qualité de vie de la population. Comme plusieurs autres composantes, elle est influencée par des décisions individuelles et collectives. Ainsi, les décideurs du milieu municipal ont le pouvoir d'influencer la pratique des activités physiques notamment en offrant des environnements physiques qui facilitent le choix d'être actif. Les décideurs municipaux, en partenariat avec les représentants de différentes instances, peuvent jouer un rôle très important pour donner aux membres de leur collectivité un environnement qui crée des occasions de bouger de façon régulière et qui diminue ou élimine les obstacles qui entravent la pratique d'activités physiques. Sur les plans local et régional, des normes, des ré-

glements et des politiques d'aménagement qui s'appliquent au cadre bâti et à l'aménagement du territoire peuvent contribuer à construire un tel environnement. Cela est vrai tant pour les décisions qui concernent la planification à long terme que pour celles qui concernent les services courants. Cette brochure éditée par le Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport du Québec comporte un exposé sur les bienfaits associés à la pratique d'activités physiques, la pertinence de créer des environnements physiques favorables à cette pratique et le rôle important des décideurs municipaux à cet égard. Il est suivi de la présentation d'obstacles et d'incitatifs environnementaux relatifs à la pratique d'activités physiques. La dernière partie apporte des explications sur les caractéristiques propres aux environnements favorables à la pratique d'activités physiques. Des exemples d'indicateurs pour ces caractéristiques apparaissent en annexe. Les propos sont illustrés par des exemples de réalisations québécoises.

[Télécharger](#)



Concepts / Stratégies



Vingt-cinq techniques d'animation pour promouvoir la santé

Addictions, sexualité, nutrition, estime de soi, handicaps : autant de sujets susceptibles de faire l'objet d'interventions auprès de groupes dans un objectif de promotion de la santé. Comment se préparer à de telles animations ? Quelle technique utiliser pour rendre les participants actifs, les aider à s'exprimer, favoriser le débat et les accompagner dans leurs propres chemins vers la santé ? Ce guide éclaire ces questions à partir de l'expérience des auteurs. Après un rappel des fondements de

la promotion de la santé, il amène le lecteur à s'interroger sur ses intentions et ses valeurs, présente la démarche projet et expose les notions utiles de dynamique de groupe. Il détaille ensuite vingt-cinq techniques d'animation de façon pratique, propose un tableau pour choisir une technique adaptée à son projet et donne des conseils pour l'évaluation. Un manuel précieux pour tout intervenant souhaitant acquérir ou se remémorer les bases de l'animation en promotion de la santé et disposer d'une palette de techniques pour mener ses actions.

[Télécharger](#)



Projets / Expériences



Quatre projets de quartier pour améliorer l'accès à l'alimentation saine Le cas du Centre-Sud de Montréal

Ça grouille dans le quartier Centre-Sud. Plusieurs organismes et individus collaborent pour améliorer l'accès aux aliments sains et créer un système alimentaire local fort. Ce site Internet présente quatre exemples qui peuvent inspirer d'autres quartiers et municipalités : les Fruixi dont on connaît bien leurs marchés-vélos, qui sont devenus un vrai emblème de la créativité du mouvement alimentaire à Montréal ; le Marché Solidaire Frontenac qui est devenu une vraie place publique devant

une station de métro, ce marché a inspiré trois autres quartiers montréalais qui ont développé des marchés semblables, en partenariat avec le plan d'action régional, le Système alimentaire montréalais (SAM) ; l'offre dans les dépanneurs qui sont les commerces les plus nombreux dans leur quartier a été fortement améliorée, trois autres quartiers montréalais sont en train de développer l'initiative aussi, en lien avec le SAM ; le Répertoire des organismes offrant des services en alimentation dans le Centre-Sud permet de mieux visualiser et rendre accessible tout ce qui se passe dans ce quartier en alimentation.

[Télécharger](#)