



Table intersectorielle régionale en saines habitudes de vie COSMOSS

Sommaire du plan d'action 2019 - 2021

Bien ancrée au sein de la démarche COSMOSS depuis 10 ans, la Table intersectorielle régionale en saines habitudes de vie (TIR-SHV) œuvre à la création d'environnements favorables à la santé et à l'adoption de saines habitudes de vie. La TIR-SHV s'arrime aux planifications stratégiques de COSMOSS déployées dans les 8 MRC du territoire avec la préoccupation d'atteindre les cibles suivantes de la *Politique gouvernementale de prévention en santé* :

- Atteindre une consommation d'au moins 5 fruits et légumes par jour chez plus de 50 % de la population d'ici 2025.
- Faire bondir de 20 % la proportion des jeunes âgées de 12-17 ans actifs durant leurs loisirs ou leurs déplacements d'ici 2025.

AXE 1

Favoriser la mise en place d'un système alimentaire durable



Les travaux sur la saine alimentation menés par la TIR-SHV ont rapidement évolué au cours des dernières années. C'est à ce titre qu'il est important de nommer qu'actuellement trois tables de concertation régionales contribuent à l'axe 1 : la Table de concertation bioalimentaire du Bas-Saint-Laurent, la Table régionale pour la solidarité et l'inclusion sociale et la TIR-SHV de la démarche COSMOSS. Tout un travail d'arrimage entre les partenaires régionaux et locaux!

Priorité 1 : Soutenir la mobilisation régionale et locale favorisant la mise en place d'un système alimentaire durable pour tous au Bas-Saint-Laurent.

- Donner suite à l'évènement régional *Nourrir le Bas-Saint-Laurent* : venez partager vos ingrédients !;
- Favoriser le partage d'expertise et le réseautage entre les acteurs de soutien locaux du Bas-Saint-Laurent;
- Favoriser l'harmonisation et l'arrimage entre les différentes instances régionales œuvrant en alimentation TIR-SHV, TCBSL, Table régionale SIS, etc.;
- Faire connaître les objets de travail prioritaire de la TIR-SHV et maximiser la collaboration;
- Favoriser l'intégration de l'enjeu d'un système alimentaire durable dans les outils de planification.

Priorité 2 : Favoriser l'accès physique et économique à une saine alimentation pour les populations en contexte de vulnérabilité ou isolées géographiquement.

- Documenter la circulation des aliments, leurs lieux de transformation et d'entreposage au Bas-Saint-Laurent;
- Soutenir les milieux locaux pour bonifier l'accès physique aux aliments sur le territoire;
- Soutenir le milieu communautaire dans la mise en place d'actions permettant la valorisation de denrées qui seraient gaspillées/soutenir les milieux privés et publics dans la mise en place de partenariats leur permettant d'utiliser des denrées qui seraient gaspillées;
- Intégrer la préoccupation de l'accès à une saine alimentation pour tous dans une campagne misant sur la consommation d'aliments locaux;
- Soutenir les communautés locales dans l'identification de leur contribution à l'atteinte des cibles en matière de SHV.

Priorité 3 : Soutenir le développement de compétences chez les enfants, leurs parents et les adultes les encadrant en milieux éducatifs.

- Soutenir les services de garde éducatifs à l'enfance dans la mise en œuvre des orientations en matière d'alimentation du Cadre de référence Gazelle et Potiron;
- Alimenter en contenu le site Web et les médias sociaux d'*À nos marmites*.

AXE 2

Favoriser un mode physiquement actif chez les populations les plus vulnérables, sédentaires ou susceptibles de sédentarité



Bien que beaucoup d'efforts et d'énergie aient été déployés sur ces thématiques, des besoins sont toujours présents sur le territoire. Les moyens spécifiques prévus à cet axe visent davantage à coordonner, arrimer et mobiliser les partenaires et sont en continuité avec les travaux des plans précédents.

Priorité 1 : Poursuivre le déploiement et le soutien de certaines stratégies en cours afin d'en assurer la consolidation, la pérennisation et l'évaluation des bénéfiques notamment :

- Soutenir et/ou favoriser l'accès à l'expertise en urbanisme/aménagement dans la réalisation et le suivi de plans de mobilité;
- Accompagner les municipalités et les écoles dans la mise en place des recommandations des plans d'amélioration des parcs et équipements récréatifs et sportifs (PAPERS).

Priorité 2 : Favoriser l'augmentation du temps actif chez les enfants et les adolescents (jeunes inactifs, plus sédentaires, isolés ou présentant différents facteurs de risque et peu de facteurs de protection).

- Soutenir les écoles dans la mise en place d'actions favorisant un mode de vie physiquement actif chez

les élèves identifiés dans leur plan d'engagement vers la réussite ainsi que l'arrimage des différents projets, mesures et offres disponibles afin de mieux harmoniser celles-ci avec les différents besoins des écoles;

- En collaboration avec l'organisme Fillactive, soutenir les écoles secondaires dans la mise en place d'environnements favorables à l'adoption et au maintien d'un mode de vie physiquement actif chez les filles;
- Soutenir les communautés locales dans l'identification de leur contribution à l'atteinte des cibles en matière de SHV;
- Informer et outiller les milieux de vie afin qu'ils réalisent des occasions et des activités de plein air avec les jeunes et ce en collaboration à la mise en œuvre du plan d'action régional en plein air de l'URLS;
- Sensibiliser et outiller les acteurs de soutien quant aux stratégies éprouvées et prometteuses en matière

M361 | | | **MOTEUR
D'IMPACT
SOCIAL**

*Fier partenaire de COSMOSS et la TIR-SHV du
Bas-Saint-Laurent.*

Membres de la TIR-SHV

Amélie Pichette

Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation

Andrée Lambert

Direction de la santé publique
CISSS du Bas-Saint-Laurent

Bernard Dubé

École Élisabeth-Turgeon

Denis Tremblay

Commission scolaire des Phares

Emma Savard

COSMOSS Bas-Saint-Laurent

Lucille Porlier

URLS du Bas-Saint-Laurent

Marc Boudreau

Réseau du Sport Étudiant du Québec, Est-du-Québec

Marie-Élyse Gagnon

Réseau des services à la petite enfance de l'Est-du-Québec

Marie-Josée Pineault

Direction de la santé publique
CISSS du Bas-Saint-Laurent

Maryse Malenfant

Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation

Mylène Blanchette

Table de concertation bioalimentaire du BSL

Nathalie Lavoie

Ministère des Transports, de la Mobilité durable et de l'Électrification

Nicole Lavoie

Les Saveurs du Bas-Saint-Laurent

Simon Pelletier

Ministère de la Famille

Coordonnatrices de la TIR-SVH

Julie Desrosiers, Direction de la santé publique
Marie-Pier Lizotte, COSMOSS Bas-Saint-Laurent