



2012

Prix SOLEIL

MOUVEMENT ACADIEN
DES COMMUNAUTÉS EN SANTÉ
DU NOUVEAU-BRUNSWICK



Le MACS-NB célèbre cinq réalisations de ses membres au banquet de la Conférence mieux-être

C'est devant une salle comble d'environ 200 personnes, dont la ministre des Communautés saines et inclusives, Dorothy Shephard, qu'on a dévoilé les récipiendaires des trois Prix Soleil 2012 du Mouvement Acadien des Communautés en Santé du N.-B. Le nom des gagnants a été annoncé lors du banquet officiel marquant la 3e Conférence provinciale sur le Mieux-être.

Devant la qualité des douze candidatures reçues, deux Mentions spéciales ont aussi été attribuées par le comité de sélection. En tout et pour tout, cinq initiatives des membres du MACS-NB ont été reconnues et ont chacune reçu un magnifique tableau de l'artiste Gisèle Godin. Tous ont été chaleureusement applaudis par l'auditoire.

Précisons que les initiatives gagnantes ont été choisies par un comité de sélection externe indépendant, selon des critères préétablis.



Présente à la remise des Prix Soleil, la ministre des Communautés saines et inclusives, Dorothy Shephard, a souligné la contribution précieuse du MACS-NB dans l'avancement du mieux-être et de la promotion de la santé au Nouveau-Brunswick. La ministre n'a pas manqué l'occasion de féliciter également les récipiendaires des trois Prix Soleil et des deux Mentions spéciales.

Le comité était composé de Gilles Vienneau, directeur général de la Société Santé et Mieux-être en français du N.-B., Frédérick Dion, directeur général de l'Association francophone des municipalités du N.-B. et Michèle-Anne Duguay, conseillère principale de politiques, Services francophones du ministère de la Santé. Ce n'est jamais une tâche facile pour quiconque et le MACS en est pleinement conscient. Merci infiniment à vous trois !

À ceux et celles qui n'ont pas été sélectionnés cette année par le comité, sachez que cela n'enlève rien à votre mérite. Votre initiative est tout aussi louable, Prix Soleil ou non. Merci d'y avoir participé et rendez-vous à l'an prochain !



Que ce soit lors des conférences, à la visite des kiosques d'information ou au banquet, les délégués ont fait le plein sur le mieux-être tout au long de l'événement.



Le Centre Communautaire Sainte-Anne de Fredericton



Dorothy Shephard, ministre des Communautés saines et inclusives, Thierry Arseneau et Édouard Allain, du Centre communautaire Sainte-Anne, et Michèle Ouellette, présidente du MACS-NB.

INITIATIVE :

Le Collectif économique d'innovation culturelle et identitaire (CÉ D'ICI)

EXPLICATION

Une initiative communautaire qui a bon goût, c'est le moins qu'on puisse dire! Maintenant responsable des services alimentaires au Centre scolaire communautaire Sainte-Anne, le Collectif économique d'innovation culturelle et identitaire offre des repas faits maison par le chef René G. Thériault. Visant à servir des repas composés de produits biologiques et de produits locaux, l'initiative, qui implique une multitude d'organismes de la région, encourage les gens de la communauté à adopter de saines habitudes alimentaires, tout en étant plus conscients de la provenance de leur nourriture.

Edmundston et le Groupe Prescription : Action!



Dorothy Shephard, ministre des Communautés saines et inclusives, les médecins Luce Thériault, John Tobin, Kim Pettigrew, Julie Castonguay, et Michèle Ouellette, présidente du MACS-NB.

INITIATIVE

« Journée Prescription : Action! »

EXPLICATION

Vaut mieux prévenir que guérir! Voilà une expression qui colle bien à ces gagnants du Prix Soleil. En action pour une deuxième année, le regroupement de médecins de la région d'Edmundston prêche par l'exemple en organisant et en participant à une multitude d'activités sportives et nutritionnelles tout au cours de l'année dans leur communauté. Avec plus de 2000 participants à la plus récente « Journée annuelle Prescription-Action », au cours de laquelle près de 500 élèves ont couru 3 km, le regroupement a su rallier la communauté et plusieurs partenaires autour d'une cause qui est la leur (leur santé et leur mieux-être). Pas étonnant qu'avec une telle énergie mobilisatrice, Edmundston ait remporté le titre de Capitale nationale de la santé 2012.



2012 **Prix SOLEIL**

Le Réseau Mieux-être de la Péninsule acadienne



Dans l'ordre habituel, Dorothy Shephard, ministre des Communautés saines et inclusives, Jean-Claude Thériault, Lucie Robichaud, Suzane Arsenault, Julie Landry-Godin, Jacqueline Gallien-LeBouthillier, Marie-Josée Roussel, Rachel Robichaud et Michèle Ouellette, présidente du MACS-NB.

INITIATIVE :

« Les Journées mieux-être : La Péninsule acadienne en fête! »

EXPLICATION

Quand on parle d'un projet rassembleur, en voici tout un! Avec plus de 3 900 participants aux six « Journées Mieux-être » organisées depuis 2010, le Réseau Mieux-être de la Péninsule acadienne peut se féliciter d'avoir pu rallier les familles et les communautés de toute la Péninsule acadienne autour du mieux-être. Si on ajoute à ces chiffres les 1000 personnes rassemblées à Rivière-du-Portage à l'automne 2012, c'est encore plus remarquable. Reposant sur le partenariat, l'engagement et la fidélité des partenaires, ces journées gratuites font le bonheur des petits et des grands de toute la région. De superbes outils de soutien à l'organisation des journées mieux-être, de même que des montages vidéo disponibles en ligne pour promouvoir l'événement ont aussi été développés.

L'Association francophone des aînés du N.-B.



Dorothy Shephard, ministre des Communautés saines et inclusives, Diane Gendron Thibault, responsable du projet, Roger Martin, président de l'Association francophone des aînés du N.-B. et Michèle Ouellette, présidente du MACS-NB.

Mention spéciale

INITIATIVE :

Jardins communautaires surélevés
« Chapeaux de paille et gants de jardin ».

EXPLICATION

Beaucoup plus qu'un simple jardin communautaire! L'Association francophone des aînés du N.-B., en collaboration avec plusieurs partenaires de la région de Dieppe, a permis à un groupe de citoyens aînés de participer à des activités liées au jardinage, à briser l'isolement et à cultiver des légumes frais pour eux-mêmes et pour la communauté dans des jardins surélevés, donc plus faciles d'accès. Une belle initiative qui a porté ses fruits!





École communautaire Sœur-Saint-Alexandre de Lamèque

Mention spéciale



Dorothy Shephard, ministre des Communautés saines et inclusives, Jean Rioux, agent de développement culturel et communautaire à l'École Sœur-Saint-Alexandre de Lamèque, Marie-Anne Ferron, conseillère municipale à la Ville de Lamèque, et Michèle Ouellette, présidente du MACS-NB.

INITIATIVE :
La Salle multisensorielle
Dr-Bertin-Lacroix

EXPLICATION

Une école communautaire inclusive et innovatrice, voici comment on pourrait décrire l'École communautaire Sœur-Saint-Alexandre de Lamèque! Les membres du personnel et un groupe de parents de l'école ont réuni pour ce projet des gens de la communauté qui valorisent le développement du mieux-être de tous. Avec cette salle d'apprentissage et de relaxation à la disposition des élèves et des personnes à besoins spéciaux, l'école démontre bien qu'elle est au cœur de sa communauté.



Conseil d'administration du MACS-NB

Première rangée : Barbara Losier, directrice générale, Marie-Anne Ferron (Lamèque), secrétaire, Michèle Ouellette (Edmundston), présidente, et Tania Mallais-Smiley, (Fredericton), administratrice. Deuxième rangée : Michel Côté (Saint-Jean), vice-président, Marie-Josée Thériault (Saint-Quentin), Linda Légère-Richard (Saint-Jean) et Sylvain Melançon (Miramichi), respectivement administratrices et administrateur. Absentes : Nathalie Boivin (Bathurst), présidente sortante, et Noëlla Robichaud (Saint-Isidore), trésorière.



Assemblée générale annuelle 2012

Michèle Ouellette est impressionnée par la progression exceptionnelle du MACS-NB



Michèle Ouellette

mise des Prix SOLEIL qui ont été présentés «... sur une tribune mixte élargie lors de la Conférence provinciale sur le Mieux-être.»

Le Réseau-MACS publie les principaux extraits de l'allocution de Mme Ouellette :

« Que ce soit au chapitre de la croissance de notre réseau de membres, de l'action sur le terrain ou encore dans la veine du partenariat, les développements n'ont pas manqué en 2011-2012. Le Conseil d'administration et le personnel ont continué, à la limite de leur savoir-faire et des moyens disponibles, de faire ce que le MACS-NB sait faire le

Toujours aussi honorée d'assurer la présidence du MACS-NB depuis deux ans, Michèle Ouellette a affirmé que l'année 2011-2012 a été mouvementée à bien des égards, remplie de défis et jalonnée de quelques beaux succès.

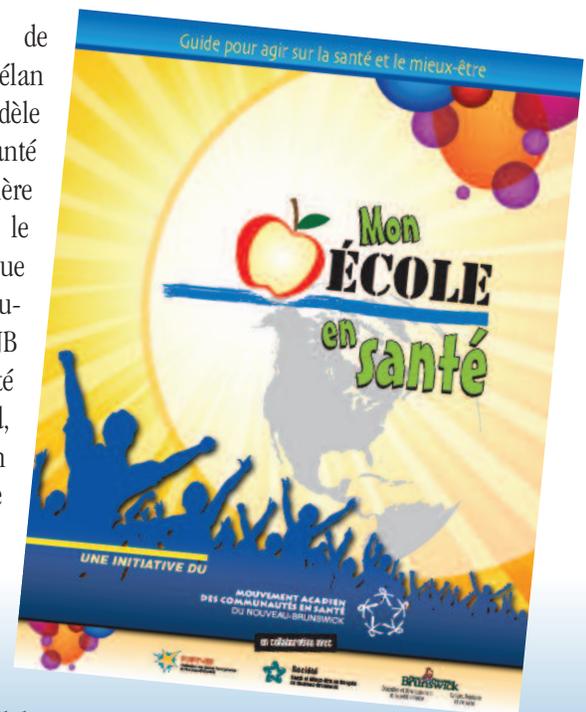
Dans son message livré dans le cadre de l'assemblée générale annuelle du réseau, la présidente a cité en exemple comme l'un des bons coups la re-

mieux, soit d'agir pour le mieux-être communautaire en mettant de l'avant l'approche Communautés – Écoles en santé qui nous rassemble.

Le modèle des Écoles en santé suscite des commentaires élogieux

Permettez-moi de souligner le bel élan qu'a pris le modèle des Écoles en santé dans la dernière année, tant sur le plan national que provincial, et auquel le MACS-NB n'a certes pas été étranger. D'abord, la réalisation même du guide *Mon École en santé!* a été le fruit d'un effort collectif impressionnant.

Cinq groupes collaborateurs en ont validé le contenu, plus d'une quinzaine de partenaires ont appuyé sa réalisation et le ministère des Communautés saines et inclusives a offert de le traduire en anglais. À la suite du lancement du guide en septembre, les manifestations d'intérêt sont venues de partout.



La famille s'agrandit



Une partie des membres qui ont assisté à l'événement.
À l'avant-plan, Tania Mallais Smiley, Michel Côté
et Sylvain Melançon.

Notre réseau a ainsi continué de s'agrandir dans la dernière année. Parti de 55 membres en 2010, le MACS-NB rassemblait 67 membres en 2011 et 78 membres à la fin mars 2012, avec 38 Communautés et Organisations en santé, 19 Écoles en santé, 20 groupes associés et un réseau ami. Les demandes d'adhésion continuent d'arriver, ce qui témoigne de la pertinence d'un réseau comme le MACS-NB. D'ailleurs, je désire remercier sincèrement nos membres pour leur confiance à notre égard. Bien que notre tournée régionale ait été ralentie en 2011-2012, sachez que le MACS-NB entend relancer l'activité dans la prochaine année.

À noter que le nombre des membres du MACS-NB est maintenant de 83 membres (décembre 2012).

Le Réseau-MACS demeure populaire

La revue le Réseau-MACS a continué de remporter un vif succès. Publié en deux occasions en 2011-2012, cet outil a clairement dépassé son objectif de départ comme feuille de chou interne pour devenir un précieux instrument de mise en valeur de la vitalité de nos communautés et de leurs partenaires en matière de prise en charge du mieux-être en français. Le MACS-NB devra faire preuve d'ingéniosité pour trouver les façons d'en assurer la viabilité, car le Réseau-MACS est hautement apprécié dans sa forme actuelle, selon les nombreux commentaires reçus de toutes parts.

Il est évident que plusieurs initiatives concrètes ont été menées de front en 2011-2012 pour faire rayonner l'expérience du MACS-NB et celle de ses membres en promotion de la santé et en mieux-être communautaire, ainsi que l'approche Communautés – Écoles en santé.



Merci!

Au nom de la présidente, les membres du conseil d'administration désirent remercier tous les membres du MACS-NB qui se sont déplacés à la 3e Conférence provinciale sur le Mieux-être à Fredericton et à notre assemblée générale annuelle. Votre présence en grand nombre rehausse la qualité de nos discussions et contribue à l'évolution de notre réseau.





Une multitude d'initiatives

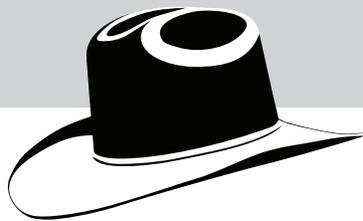
Entre autres, les travaux pour développer des outils de renforcement des capacités communautaires se sont poursuivis. Plein de présentations, de kiosques, d'interventions et de formations ont été orchestrés par l'équipe sur une variété de sujets. La recherche-action nationale sur la prévention des maladies chroniques et du cancer; le projet de Partenariat mieux-être en français au N.-B.; la collaboration à l'organisation de la Conférence provinciale sur le mieux-être, les alliances avec la Société Santé et Mieux-être en français du N.-B., le Réseau de santé Vitalité et la Société Santé en français ont été d'autres moyens de rendre vivant le mieux-être communautaire en français.

À ceci s'ajoutent une foule d'incursions autour d'initiatives en faveur du mieux-être avec un nombre sans précédent de groupes collaborateurs et alliés, ainsi que la participation de membres de l'équipe à de multiples lieux de concertation et d'influence des politiques publiques. Évidemment, le bassin de nos alliés et partenaires a continué de stimuler et d'appuyer les troupes du MACS-NB tout au long de l'année 2011-2012.



Un beau sourire pour la caméra. Jean-Claude Thériault, Suzane Arsenaault, Lucie Robichaud et Aurore Chiasson.

Chapeau à nos partenaires



Il me paraît important de répéter que rien ne serait possible sans nos précieux partenaires, alliés et collaborateurs, que ceux-ci soient financiers ou encore moraux. Je profite de l'occasion pour remercier tous ces importants partenaires, dont les gouvernements du Canada, du Nouveau-Brunswick et du Québec, qui contribuent au développement et au rayonnement de notre réseau et à l'essor de l'approche Communautés – Écoles en santé. J'ajoute une mention particulière au Réseau québécois de Villes et Villages en santé, qui a célébré, en 2012, 25 ans d'actions municipales.

Je veux aussi redire que l'incroyable vitalité de nos membres, qu'ils soient les Communautés, Organisations et Écoles en santé ou les groupes associés et amis, constitue le fondement de que nous sommes comme réseau. Alors, un vibrant merci à tout le monde pour votre engagement, pour croire dans ce que nous faisons et pour appuyer les efforts du MACS-NB.

Une équipe solide

Ce bref survol de l'année 2011-2012 ne pourrait être complet sans reconnaître la formidable équipe qui m'a si bien appuyée à la présidence de ce dynamique réseau qu'est le MACS-NB. À chaque membre du Conseil d'administration et du personnel, soyez assuré de ma grande appréciation pour un travail bien exécuté. Je sais qu'ensemble, nous avons fait de belles choses et que votre dévouement a permis d'aider à changer les choses. Vous êtes une grande part du succès du MACS-NB. Merci de tout cœur! »



Chantal Clément, appui en bureautique, et Nadine Bertin, adjointe administrative, font partie de l'équipe solide du MACS-NB dont a fait mention la présidente.



Beaucoup d'action, une croissance vigoureuse et riche en partenariat

Si l'on en juge par la section condensée du rapport sur les principales réalisations et activités du MACS-NB en 2011-2012, il ne fait aucun doute que l'année a été favorable au développement du réseau. Voici un résumé des principales observations soulevées par la directrice générale, Barbara Losier.

La directrice générale en train de préciser certains éléments d'information du rapport annuel.

Vitalité du mouvement

La tendance observée vers une crédibilité et une visibilité grandissante de l'approche Communautés – Écoles en santé s'est maintenue en 2011-2012. L'approche est de plus en plus confirmée comme un modèle de pratique exemplaire. L'organisme a poursuivi sa pratique promotionnelle de positionner le concept comme une stratégie gagnante, et le MACS-NB comme un allié dans le renforcement des capacités communautaires d'agir en matière de santé et de mieux-être en français.



Lise Duguay, intervenante en mieux-être dans l'équipe du MACS-NB, a pris bonne note de tout ce qui s'est déroulé à l'AGA. On la voit en compagnie de la présidente.

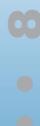
L'année a été assez stable au chapitre du financement, notamment grâce aux accords pluriannuels conclus avec certains partenaires et aux ententes renouvelées. Au fil du temps, le MACS-NB s'est taillé une réputation appréciable grâce à sa performance dans le domaine du mieux-être communautaire en français ici, au N.-B., et ailleurs au pays, ce qui s'est traduit par un certain succès sur le plan de la diversification financière. Que ce soit par du financement de soutien, l'obtention de projets, la conclusion d'ententes collaboratrices ou les multiples partenariats bâtis, on constate que les capacités du MACS-NB se sont maintenues.



Notre amie, Anne-Marie Gammon, à la fois de la Ville de Bathurst et de la Fédération des conseils d'éducation du N.-B., était présente à notre rendez-vous annuel. À ses côtés, Bruno Poirier, conseiller à la Ville de Beresford.

MERCI À NOTRE PHOTOGRAPHE!

Toutes les photos prises à la conférence Mieux-être et à notre AGA sont l'oeuvre du photographe, Louis Légère. Le MACS-NB désire remercier Louis pour son dévouement et son professionnalisme.





Renforcement des capacités d'influence

En 2011-2012, les dirigeants du MACS-NB ont une fois de plus tenté de réinventer les façons d'encore mieux outiller les membres et de se rapprocher de ceux-ci. Il demeure évident que la meilleure méthode consiste toujours à s'appuyer sur les acquis pour bâtir sur les succès déjà enregistrés par notre réseau et au sein de l'organisme.

Le MACS-NB a, entre autres, contribué au développement d'une série d'outils ou de publications visant à appuyer l'essor du mieux-être et le renforcement des capacités communautaires d'agir :

- Guide Mon ÉCOLE en santé!
- Deux numéros du Réseau-MACS;
- Livre Vivre sa santé en français au N.-B. : Le parcours engagé des communautés acadiennes et francophones dans le domaine de la santé;
- Les initiatives Communautés en santé : cadre d'action sur les déterminants de la santé;
- État des connaissances sur les recherches ayant porté sur les initiatives Communautés en santé;
- Enquête sur les initiatives des Communautés en santé canadiennes;
- Résumé du profil des 4 réseaux provinciaux (Communautés en santé);
- Petit guide de réflexion : Élaborer une stratégie d'action pour rendre les politiques publiques locales plus favorables à la santé;
- Communautés en santé du Canada : seize études de cas (dont quatre du N.-B.);
- Politique sur les langues officielles.



Le MACS-NB a collaboré étroitement au développement du livre «Vivre sa santé en français au N.-B.».

Promotion du mieux-être

L'échange tenu lors de l'AGA 2011 sur le mieux-être et la place que doit y prendre le MACS-NB a permis aux participants d'affirmer que le MACS-NB avait eu un impact intéressant (58 %) et immense (38 %) sur le mieux-être au Nouveau-Brunswick. Et c'est à 100 % qu'ils reconnaissaient que le MACS-NB a un rôle à jouer dans l'avenir du mieux-être. C'est donc à cette commande que s'est aussi attaqué le MACS-NB en 2011-2012.

Tout au long de l'année, de ses participations et de ses échanges, l'équipe a voulu partager sa vision élargie du mieux-être, dans une perspective inclusive de l'ensemble des déterminants qui ont une influence sur la santé des individus et sur la santé des collectivités. C'est en mettant de l'avant et en partageant les histoires à succès et les bonnes pratiques vécues en matière de mieux-être communautaire et en bâtissant des partenariats autour de ce mieux-être que le MACS-NB a contribué à la promotion du mieux-être au Nouveau-Brunswick et sur la scène nationale.



La promotion du mieux-être passe évidemment par le dynamisme de nos membres. Dans l'ordre habituel : Linda Légère-Richard, Brigitte Lepage, Marie-Josée Thériault, Marie-Anne Ferron et Laure Bourdon.



À titre de présidente d'assemblée, Ghislaine Foulem, a bien tiré son épingle du jeu, comme toujours.

Un bilan positif pour le MACS-NB en 2011-2012



La complicité exceptionnelle que nous entretenons avec la Société Santé et Mieux-être en français du N.-B. figure assurément parmi les bons coups du MACS-NB. De gauche à droite : Lucille Mallet, directrice des opérations, Monique Langis, directrice du Réseau-action Formation et recherche, Gilles Vienneau, directeur général de la SSMEFNB et Josée Nadeau, du Centre de formation médicale du N.-B.

« Notre réseau poursuit l'essor remarquable qui a été le sien dans les dernières années et il bénéficie aujourd'hui d'une réputation appréciable tant ici au Nouveau-Brunswick qu'ailleurs au pays, ceci grâce à sa performance dans le domaine de la santé et du mieux-être communautaire en français », a déclaré Barbara Losier. Elle poursuit :

« Lors de l'AGA 2011, 100 % des participants ont estimé que le MACS-NB en faisait assez pour répondre aux besoins sur le terrain, ce qui dénote une appréciation claire des services rendus par le MACS-NB. Notre réseau a continué en 2011-2012 d'utiliser tous ses outils et toutes les plateformes pour faire rayonner leurs bons coups. Cette mise en valeur des initiatives en mieux-être communautaire est vraiment devenue le fer de lance du succès du MACS-NB auprès de ses membres, de ses partenaires et d'un nombre grandissant de nouvelles instances qui s'intéressent à son travail. L'appellation qualifiant le MACS-NB de raconteur d'histoires à succès des communautés ne s'est pas démentie et semble avoir un véritable effet sur les perspectives de partenariat qui s'offrent à notre organisme. Bien que ceci pose de sérieux défis de croissance, le MACS-NB en ressort certainement grandi en matière de capacités de mobilisation, de visibilité et de crédibilité. »

Le modèle collaboratif

Le développement de notre réseau s'est toujours inspiré du modèle collaboratif. L'année 2011-2012 s'est déroulée elle aussi en ce sens et le MACS-NB a continué d'étirer ses ressources au maximum pour répondre présent partout où il a cru bon et utile d'aller, dans le respect de son mandat, du concept qu'il véhicule et de sa position de non-revendication politique.

Le MACS-NB estime avoir pris sa place, toute sa place, mais juste sa place dans les lieux stratégiques au développement de la communauté acadienne du N.-B. Partout, le MACS-NB a voulu véhiculer l'importance d'agir en faveur du mieux-être collectif en laissant une large place à la participation citoyenne et communautaire. Là où il est allé, le MACS-NB a tenté d'influencer les politiques publiques pour les rendre plus favorables au mieux-être collectif en français et encore plus sensibles à la prise en charge citoyenne et communautaire, qui est au cœur de l'approche Communautés – Écoles en santé.



Lorsqu'il est question de mieux-être, notre ex-collègue, Shelley Robichaud est toujours aussi emballée. Nous étions heureux de l'accueillir parmi nous à titre de directrice de l'Hôpital et Centre de santé communautaire de Lamèque.



Des relations précieuses

Le MACS-NB est heureux de la tournure que prennent ses relations avec plusieurs instances, dont celles avec le mouvement associatif acadien et francophone, ainsi qu'avec le gouvernement du N.-B. Les nombreux liens de collaboration qui se sont tissés au fil des ans à une variété de niveaux et d'instances témoignent de l'intérêt manifeste à s'associer au MACS-NB, ainsi que de la visibilité et de la crédibilité acquises par notre réseau.

Toutes les collaborations vécues au fil des années et de manière particulière en 2011-2012 permettent de constater qu'il y a un rapprochement grandissant entre les initiatives mieux-être émanant des communautés et les stratégies gouvernementales. Le MACS-NB se réjouit d'agir comme une passerelle collaborative à cet effet.



Les propos pertinents de notre ami Léo-Paul Pinet sont toujours appréciés à nos rencontres annuelles.

Défis à relever

Bien sûr, il restera toujours plein de choses à faire pour porter le mieux-être encore plus loin, pour renforcer les capacités d'action et d'influence, tant du MACS-NB que de ses membres, ou pour assurer la vitalité du mouvement Communautés — Écoles en santé. Bien que notre réseau ait connu une évolution remarquable depuis sa création, plusieurs défis s'inscrivent dans sa réalité, alors que de gros financements prennent fin et que le rayonnement de nos outils et de nos ressources déborde nos capacités.

L'équipe du MACS-NB a entamé l'année 2012-2013 avec enthousiasme. Elle est cependant tout à fait consciente qu'il lui faudra découvrir de nouvelles ressources et de nouvelles façons de soutenir sa volonté de toujours faire davantage et mieux qu'avant, tout en gérant sainement sa formidable croissance. Le MACS-NB est rendu à un niveau de maturité qui l'interpelle à savoir rester sur la crête de la vague de la réussite. Voilà un avenir rempli de défis qu'il nous faudra relever ensemble, en nous nourrissant de nos acquis, de nos forces et de nos succès mutuels.



Une bouffée de mieux-être pour Julie Landry-Godin et Marie-Josée Roussel.



C'est donc beau, le bonheur... Barbara et Louis Poirier se sont fait l'accolade à l'issue de la réunion annuelle. Louis, du Réseau québécois de Villes et Villages en santé, est sur le point de prendre sa retraite, et sa présence l'an prochain est loin d'être confirmée. Tu nous manques déjà, Louis, et merci pour ton amitié.



Après la présentation des états financiers, Lucille Mallet, agente comptable au MACS-NB, a soulevé une salve d'applaudissements pour l'excellence de son travail.



La CONFÉRENCE PROVINCIALE sur le Mieux-être 2012

ATTEINT SES OBJECTIFS

Mieux-être 2012 - Mieux-être 2012 - Mieux-être 2012 - Mieux-être 2012

La contribution précieuse des communautés en matière de mieux-être et de promotion de la santé a été répétée à maintes reprises par les nombreux experts et conférenciers dans le cadre de la Conférence provinciale sur le Mieux-être 2012 qui s'est tenue à Fredericton, les 7 et 8 novembre.

Le message véhiculé à cette rencontre qui a réuni environ 300 délégués des secteurs public, privé et à but non lucratif (les forces vives du mieux-être au N.-B.) suggèrerait fortement de prendre conscience du potentiel énorme des communautés, ce qui sera en soi un pas dans la bonne direction.

Le message a été entendu si l'on tient compte des commentaires exprimés durant la conférence et à la conclusion de l'événement. À cet égard, le comité organisateur peut dire mission accomplie! La Conférence provinciale, dont le thème était Le mieux-être au Nouveau-Brunswick : un mouvement qui gagne du terrain! a été rendue possible grâce à un effort concerté de plusieurs organisations.



L'animation de la Conférence s'est faite dans les deux langues officielles grâce à Shelley Robichaud, directrice de l'Hôpital et Centre de santé communautaire de Lamèque et Fred McCausland, animateur de radio bien connu.

En effet, le ministère des Communautés saines et inclusives a réussi à rallier les groupes partenaires suivants dans l'organisation de l'événement : le Mouvement Acadien des Communautés en Santé du N.-B.; la Société Santé et Mieux-être en français du N.-B.; la Coalition antitabac du N.-B.; et la Coalition pour une saine alimentation et l'activité physique du N.-B.; ainsi que les Premières Nations de la province. Cette collaboration a permis de présenter une programmation relevée qui a visiblement plu à l'auditoire.

Une programmation de qualité

Parmi les faits saillants de ces deux journées, nous devons saluer la présence :

- du premier ministre, David Alward, qui a prononcé le discours d'ouverture;
- de la ministre des Communautés saines et inclusives, Dorothy Shephard, qui s'est dite impressionnée par le mouvement Mieux-être qui continue de gagner en popularité;
- du conférencier, Sylvain Boudreau qui est venu parler de l'importance de croire en ses moyens;
- de la remise des prestigieux Prix SOLEIL du MACS-NB lors du banquet officiel;
- et de la présence du très réputé Jim Diers, qui a insisté sur le rôle déterminant des communautés pour assurer l'épanouissement du mieux-être dans la société.

S'est ajouté à cela un nombre considérable de personnes-ressources qui sont venues échanger avec les participants de la Conférence en parlant de leur expérience respective dans le secteur du mieux-être.

Le mieux-être... sur toutes les lèvres

Dans les pages suivantes, nous vous invitons à prendre connaissance des principaux messages transmis par ceux et celles qui ont pris la parole. Il s'agit d'un tour d'horizon. Cependant, pour les lecteurs qui souhaiteraient prendre connaissance d'une conférence dans son intégralité, nous vous invitons à visiter le site web (www.gnb.ca/0131/conference).



Environ 300 délégués provenant de toutes les régions de la province ont assisté à l'événement.

Le premier ministre croit beaucoup à l'importance d'un mode de vie sain

Le premier ministre du Nouveau-Brunswick, David Alward, a été le premier à s'adresser aux participants et participantes à la Conférence sur le mieux-être, puis il est revenu à la fin pour prononcer le mot de clôture.



David Alward

D'entrée de jeu, il s'est dit heureux de constater le nombre de personnes qui se sont déplacées à Fredericton pour parler du mieux-être et de la promotion de la santé. « C'est réconfortant de voir autant de gens qui croient profondément à l'importance d'adopter un mode de vie sain dans toute la province. »

« Ensemble, a-t-il dit, nous avons la possibilité de changer le paysage du mieux-être au Nouveau-Brunswick. » Le premier ministre estime que cette conférence aura fourni aux participants les outils nécessaires pour mettre en pratique des initiatives qui feront du Nouveau-Brunswick une province en santé.

Il a tenu à remercier tous ceux et celles qui ont rendu possible l'organisation de cet événement, dont le ministère des Communautés saines et inclusives et ses partenaires provinciaux. « L'amélioration du mieux-être est une responsabilité que nous partageons, nous, les communautés, les écoles, les employeurs, les individus, les groupes organisés et le gouvernement. Nous avons tous un rôle à jouer et c'est en travaillant ensemble que nous pourrions insuffler un changement positif. »

La ministre Dorothy Shephard entrevoit l'avenir avec optimisme

La ministre des Communautés saines et inclusives, Dorothy Shephard, a été vue régulièrement durant les deux jours de la conférence. Elle en a profité pour discuter de mieux-être et pour écouter le point de vue de plusieurs personnes présentes à l'événement.

La ministre a pris la parole en lever de rideau et à la fin de la rencontre de deux jours. Elle s'est aussi fait un devoir d'assister à la présentation des Prix SOLEIL du Mouvement Acadien des Communautés en Santé du N.-B.



Dorothy Shephard

Mme Shephard a dressé un bilan positif de l'événement. « L'engouement des participants, la qualité des interventions et le bon déroulement de la conférence m'ont vraiment impressionnée. Je sens que le *momentum* en matière de mieux-être et de vie saine est bien vivant. Ça augure bien pour l'avenir. »

La ministre a ensuite passé en revue le rôle de son ministère dans plusieurs secteurs qui touchent la mise en place d'un mode de vie sain, y compris la stratégie provinciale du mieux-être. Elle a rappelé que la stratégie vise à accélérer les progrès réalisés en matière de mieux-être dans les écoles, les collectivités, les familles et les milieux de travail au Nouveau-Brunswick. Elle a admis avoir bien aimé ce qu'elle a entendu durant cette conférence. « Mon ministère et moi avons bien hâte de bâtir plus de ponts avec les communautés afin de continuer à améliorer le mieux-être de notre population. Nous jouons tous des rôles différents, mais tout aussi importants pour favoriser l'inclusion dans nos collectivités. »

www.mieux-etrenb.ca



Joignez le mouvement en prenant un engagement de groupe envers le mieux-être, c'est gagnant!

Passez à l'action! Organisez une activité liée au mieux-être avec votre groupe, votre organisme, dans votre milieu de travail ou à votre école et votre communauté pourrait gagner une subvention de 8 000 \$.
Inscrivez votre engagement ou renouvelez-le dès aujourd'hui!

« Les communautés ont un potentiel énorme en matière de mieux-être »

« L'entraide et la solidarité humaine arrivent à surmonter les défis les plus difficiles. Éloignez-vous de la pensée en silos et cessez de travailler en vase clos. L'approche inclusive est un gage de succès. »

Jim Diers est une sommité dans le domaine du développement communautaire. Sa conférence attendue par l'ensemble des délégués a clôturé de brillante façon la 3e Conférence provinciale sur le Mieux-être 2012.



Jim Diers

S'inspirant de ses 37 années d'expérience dans le secteur communautaire à Seattle et de son implication à de multiples initiatives à travers le monde, M. Diers s'est dit convaincu que la santé et le mieux-être dans une collectivité sont intimement liés à l'engagement des citoyens et à la capacité d'intégration d'une communauté.

À l'aide d'une série de diapositives, le conférencier a partagé avec son auditoire les expériences humaines qu'il a vécues à divers endroits sur la planète. Que ce soit à Seattle, au Royaume-Uni, en Irlande, en Australie, à Taïwan, ou à Edmonton, il a été témoin de projets exceptionnels où il a vu des gens se prendre en main pour assurer leur propre mieux-être.

DES EXEMPLES

Il a cité, entre autres, un certain nombre de réalisations :

- transformation d'un hôtel délabré et inoccupé en un édifice à logements permanents pour les plus démunis (Seattle);
- établissement d'un réseau de soutien social composé de personnes oeuvrant dans différentes sphères d'activité (avocat, jardinier, menuisier, barbier et autres) qui consacraient une heure de leur temps par jour ou par semaine à améliorer le sort de leurs concitoyens (Royaume-Uni);
- sur le plan de l'éducation et de l'alphabétisme, les gens se sont regroupés pour ouvrir une école 24 heures par jour, sept jours sur sept durant toute l'année et tous les élèves avaient des mentors (adultes) désignés (Seattle);
- pour soutenir les gens aux prises avec des problèmes de santé mentale dont les journées étaient interminables, une communauté a décidé de revitaliser son parc municipal. Une invitation particulière a été lancée aux gens malades, dont les nombreux anciens combattants du Vietnam. Les voisins ont travaillé ensemble (nettoyage, peinture, repiquage de plantes, installation de bancs, etc.). Le parc est devenu un endroit paisible où les gens se rencontrent chaque jour pour jaser et socialiser (Australie).

LES COMMUNAUTÉS

Des initiatives comme celles-là, M. Diers en a énuméré plusieurs, mais un commentaire revenait constamment. « LA CLÉ, CE SONT LES COMMUNAUTÉS; TOUT PART DE LÀ », a-t-il répété à plusieurs reprises.

« Chaque communauté a des forces incroyables et a ses propres besoins. Sollicitez l'aide des professionnels dans vos collectivités; vous serez surpris de leurs réponses. Souvent, ces gens-là ne demandent pas mieux que de s'impliquer; ils attendent simplement qu'on le leur demande. »

À son avis, des éléments sont incontournables pour renforcer la capacité communautaire. Les voici :

- offrir de la formation en leadership;
- travailler avec des associations de tout genre;
- organiser des forums de réseautage;
- offrir d'autres possibilités de rassemblement que des réunions;
- communiquer les réussites obtenues par d'autres communautés;
- souligner les forces de la communauté;
- encourager les citoyens, non seulement à s'engager, mais à participer activement.

NOUS VOUS INVITONS À CONSULTER LE SITE INTERNET

www.gnb.ca/0131/conference/doca-f.asp

pour la présentation complète de Jim Diers.



Formation en ligne en français sur l'alphabétisme en matière de santé

Chercheuse dans l'âme, Nathalie Boivin, Ph.D, professeure à l'École de science infirmière, UMCS-site de Bathurst, a brossé un tableau du travail qu'elle a effectué en alphabétisme en matière de santé. En avril 2011, elle a lancé, en collaboration avec la Fédération d'alphabétisation du N.-B., la première formation en ligne, offerte en français. Cette formation sur l'alphabétisme vise les professionnels de la santé et les étudiants dans ce domaine (www.alphabetismeensante.ca).

Pour résumer ses propos, Mme Boivin a clairement indiqué, chiffres à l'appui, que les professionnels de la santé ont tendance à sous-évaluer les problèmes de l'alphabétisme. « Actuellement, dit-elle, plus de 60 % de gens francophones âgés de 16 à 65 ans ont des difficultés sur le plan de la lecture, de l'écriture et de la compréhension. Dans un sondage auprès de 855 répondants francophones du N.-B. et de l'Î.-P.-É. (professionnels de la santé), à peine 8 % ont ciblé le bon pourcentage, soit 60 % et plus. Tous les autres étaient nettement plus bas que la réalité.



Nathalie Boivin

« La conséquence de ce résultat est que les professionnels de la santé, lorsqu'ils rencontrent leurs clients, conservent le même jargon médical, ce qui augmente définitivement le degré de difficulté des gens à les comprendre. De là l'importance de notre formation en ligne. Cette initiative vise notamment à sensibiliser les intervenants du milieu à l'ampleur de la situation; à les informer sur tout ce qui concerne l'alphabétisme; et à les outiller pour une pratique sécuritaire et favoriser l'empowerment de la clientèle. »

La formation en ligne a été rendue possible grâce à la collaboration de la Fédération d'alphabétisation du Nouveau-Brunswick (FANB), à sept apprenants adultes et à l'appui financier de Santé Canada, par l'intermédiaire de la Société Santé en français (SSF). Nathalie Boivin est la présidente de la Société Santé et Mieux-être en français du N.-B. et la présidente sortante du Mouvement Acadien des Communautés en santé du N.-B.

Cessons de fumer dans la Péninsule acadienne

« Ce fut une journée excitante, enlevante et tellement enrichissante. Un succès sur toute la ligne. » C'est la façon dont on peut résumer les propos de Brigitte Ouellette qui a entretenu l'auditoire sur le Défi « Qui cesse gagne! », une initiative de la Coalition antitabac de la Péninsule acadienne.

« La journée du défi a eu lieu à Shippagan, le 18 janvier 2012. Nous avons des kiosques d'information et des personnes-ressources sur place (thérapeute, infirmière, diététiste, etc.) L'activité était retransmise sur les ondes de la radio communautaire CKRO. Nous avons offert une foule d'informations aux auditeurs, que ce soit les raisons principales de cesser de fumer, le concept du défi, les symptômes reliés au sevrage, etc. »

À la fin de la journée, les responsables avaient compilé les chiffres suivants: 122 personnes se sont engagées vers une vie sans tabac; 80 vont continuer de vivre sans tabac; 63 désirent maintenir un environnement sans fumée; 36 ont dit vouloir cesser de fumer; et 3 veulent diminuer leur consommation.

« Après six mois, sur le total des 36 personnes qui se sont engagées à cesser de fumer, 25 ont été contactées. De ce nombre, 11 étaient encore des ex-fumeurs. »

Brigitte Ouellette a confirmé que ce défi deviendra un événement annuel. « Nous voulons changer d'endroit chaque année et l'événement se tiendra le 29 janvier. »



Michel Côté

Les Centres de santé francophones rayonnent à Fredericton et Saint-Jean

« La mise sur pied des deux Centres de santé aura eu pour effet de consolider des acquis et d'améliorer les services et soins de santé et de mieux-être dans leur langue pour les communautés francophones de Fredericton et Saint-Jean. »

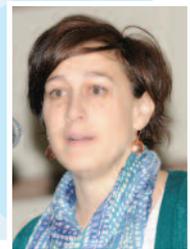
C'est le résultat tangible que perçoit le directeur général de l'Association Régionale de la Communauté francophone (ARCf) de Saint-Jean, Michel Côté, par rapport au projet conjoint des deux Centres scolaires communautaires du N.-B. autour de leur centre de santé respectif. Il s'agit d'ailleurs de la dernière année du projet conjoint.

Dans sa présentation, M. Côté a relevé le type de partenariat qui s'est établi entre les deux centres de santé. À son avis, en plus de créer des occasions de partage qui ont permis de briser l'isolement, ce partenariat a donné la chance aux employés et aux deux communautés de découvrir ce qui se fait en français ailleurs dans la province.

« En matière d'amélioration des services, ce projet a permis d'impliquer les francophones dans la gestion des centres de santé communautaire; de répertorier et de diffuser les ressources francophones disponibles à la population; et de développer de nouveaux services. »

Le directeur général de l'ARCf a indiqué qu'un soutien a été apporté aux activités existantes telles que: marketing social; sensibilisation à la santé et au mieux-être; et activités destinées aux adolescents et aux personnes âgées.

Dans l'esprit de Michel Côté, qui assure également la vice-présidence du Mouvement Acadien des Communautés en Santé du N.-B., il ne fait aucun doute que ce projet conjoint entre les communautés francophones de Fredericton et de Saint-Jean a été bénéfique à bien des égards.



Brigitte Ouellette

Le projet Racines de l'espoir rejoint bien les jeunes francophones



Laure Bourdon

Les jeunes francophones du Nouveau-Brunswick participent annuellement à un colloque provincial sur différents thèmes reliés à la santé. C'est ce qu'a laissé savoir l'agente de projet à la Fédération des jeunes francophones du N.-B. (FJFNB), Laure Bourdon, lors de sa présentation sur le projet Racines de l'espoir.

En plus de cet événement, les membres de la fédération sont ouverts à plusieurs autres initiatives, comme des campagnes de sensibilisation (inciter à bouger, manger mieux, les diversités sexuelles); et participent à des ateliers dans les écoles. « Les jeunes réalisent l'importance de prendre en main leur santé. Ils sont nombreux à participer aux diverses activités qui entourent ce volet. D'ailleurs, les jeunes ont écrit un manifeste sur la santé lors du colloque 2011 qui a été raffiné et officialisé lors du colloque 2012 », a déclaré Mme Bourdon.

Elle a rappelé que la vision du projet Racines de l'espoir est que la FJFNB veut, en partenariat avec la communauté, permettre à la jeunesse du N.-B. de se prendre en main, que ce soit au chapitre de sa santé physique, psychologique ou sociale.

Les objectifs du programme s'articulent comme suit : sensibiliser les jeunes du Nouveau-Brunswick aux saines habitudes de vie; prévenir le cancer; améliorer leur santé; et augmenter la reconnaissance de l'engagement des jeunes dans leur communauté. À noter que la Société Santé et Mieux-être en français du N.-B. est l'un des partenaires de ce projet.

Vieillir... ça peut être captivant et enrichissant

Denise Caron-Bélanger a abordé la question du vieillissement et du mieux-être. Parlant au nom de l'Association francophone des aînés du N.-B., Mme Caron-Bélanger a indiqué qu'il est important pour les gens d'apprivoiser le vieillissement.



Denise Caron-Bélanger

« C'est un processus normal, dit-elle. On doit s'acclimater à cette nouvelle réalité et l'assumer pleinement. Pour y arriver, on doit se fixer des buts et se découvrir des passions. En somme, les gens doivent choisir la manière dont ils veulent vieillir. »

En ce qui concerne l'importance d'adopter une vie saine et active, la conférencière a souligné qu'une attention particulière portée à la nutrition et l'activité physique vont de pair. « C'est essentiel de bouger sur une base quotidienne et de choisir l'activité qui nous convient le mieux. Pour tout ce qui entoure le mieux-être, ça commence par une estime de soi. »

« N'ayez pas peur de vous trouver des qualités. C'est bien connu, plus on va s'aimer... plus on va être heureux. Il y a aussi le lâcher-prise. Apprenez à déléguer des tâches. Il n'est peut-être pas nécessaire de faire le lavage ou faire du ménage tous les jours. Prenez le temps de relaxer et de vivre le moment présent. Renoncez à vouloir être parfait en tout temps. Gâchez-vous et l'important, c'est de vivre bien et d'être bien! »

Prescription : Action... un modèle à suivre!



Dre Luce Thériault

« Si nous ne prenons pas le temps de faire de l'activité physique et de bien nous alimenter aujourd'hui, nous aurons à prendre le temps d'être malades demain. »

C'est sur cette réflexion pleine de bon sens que la Dre Luce Thériault a conclu sa présentation sur la raison d'être du mouvement Prescription : Action! Au départ, les médecins se sont mis d'accord sur les critères suivants : organisation de différentes activités pour promouvoir de saines habitudes de vie; les activités doivent être gratuites et accessibles; les médecins doivent y participer; et tout cela, dans le but d'avoir un Regroupement de médecins de la région d'Edmundston qui désire avoir une Communauté en santé... et PRESCRIRE MOINS DE PILLULES!

Selon la Dre Thériault, deux éléments déclencheurs ont contribué à la mise sur pied du mouvement, soit le Congrès sur le mieux-être des médecins et les statistiques du Conseil de la santé du N.-B. Dans ce dernier cas, on y apprendrait que 94,8 % de la population du Madawaska avait un médecin de famille; que 30 % étaient des fumeurs; et que moins de 50 % se considéraient modérément actifs ou actifs.

Prescription : Action se positionne pour l'avenir en misant notamment sur la collaboration avec les diététistes et kinésologues; en resserrant les liens avec les écoles; en élaborant un plan stratégique et un plan de communication; en continuant à responsabiliser les gens par rapport à leur santé; à éduquer dès la petite enfance; à inspirer d'autres médecins/communautés; et à trouver du temps et de l'argent.

Un portail à consulter : www.vivremieuxvivre.ca

Claire LeBlanc, consultante-Volet santé, à la Collectivité ingénieuse de la Péninsule acadienne (CIPA), est venue sensibiliser et informer les délégués sur le nouveau portail (www.vivremieuxvivre.ca). Lancé officiellement à la fin juin 2012, ce nouveau site en matière de santé et mieux-être vise essentiellement les conditions chroniques. Cette initiative a été rendue possible grâce à un effort concerté de la CIPA et de l'Association francophone des aînés du Nouveau-Brunswick avec l'appui de plusieurs autres partenaires.



Claire LeBlanc

« Le portail (www.vivremieuxvivre.ca) offre de l'information, des conseils et des ressources adaptés aux besoins et à la réalité des personnes atteintes de conditions chroniques. Tous ces outils permettront, entre autres, d'en apprendre davantage sur les conditions chroniques les plus courantes, de développer les habiletés requises pour la prise en charge des conditions chroniques et le savoir-faire nécessaire pour les gérer sur une base quotidienne. »

Sachez que le portail contient l'atelier en ligne Vivre-Mieux pour Mieux-Vivre avec sa condition chronique, et qu'il est offert en français à la population canadienne. Il s'agit d'un atelier d'autogestion offert en ligne pour les personnes vivant avec une condition chronique et pour leurs accompagnateurs. Il s'agit d'une série de six séances interactives offertes à de petits groupes de personnes, à raison d'environ deux heures par semaine pendant six semaines consécutives.

« L'atelier est conçu pour vous aider à prendre votre vie en main en vous informant, entre autres, sur l'alimentation, les exercices, la gestion de la douleur, la fatigue et le stress. Vivre-Mieux pour Mieux-Vivre a été conçu pour aider les personnes à gérer des défis de la vie quotidienne et à faire face au stress et aux émotions difficiles souvent associées à une condition chronique. » Le portail a réussi à voir le jour grâce au financement de Santé Canada et, par l'intermédiaire de la Société Santé en français.

Promouvoir la santé psychologique à l'école

En collaboration avec le District scolaire 3, la direction du Mieux-être au ministère des Communautés saines et inclusives a mis en place un projet pilote afin de promouvoir la santé psychologique et la résilience dans les écoles. Dans sa présentation, Isabel Savoie, conseillère du mieux-être - Santé psychologique et résilience au ministère, a énuméré les principaux objectifs reliés à ce projet pilote.



Isabel Savoie

Augmenter les niveaux de sensibilisation, de connaissance des concepts et de l'application de ces concepts à l'égard de la santé psychologique et de la résilience; et accentuer le leadership des directions d'école à cet égard. Mme Savoie a aussi abordé le projet Sur la bonne voie qui consistait à offrir des ateliers et un guide en matière de santé psychologique et de résilience au personnel de l'école. On prévoit que toutes les écoles primaires seront formées à l'automne 2013.

Un sondage réalisé par rapport à cette démarche a révélé un certain nombre de résultats : la majorité des participants perçoivent un impact positif dans leur approche (86%) avec les élèves et sur le comportement des élèves (79%); plusieurs employés des écoles ont ressenti un changement d'atmosphère à l'intérieur de l'établissement; et la plupart des participants recommandent les ateliers (97%) et le guide (93%) à toutes les écoles de la province.

En conclusion, le projet a eu pour effet, entre autres, de conscientiser le personnel en milieu scolaire en augmentant leurs connaissances sur la santé psychologique. En effet, le pourcentage de gens qui démontraient une connaissance élevée ou plus à ce sujet est passé de 24% à 62% à la suite de l'atelier.

Vivez Mieux a réalisé un tour de force!



Marco Clavet

Lorsqu'on réussit à mobiliser toute une population autour d'un idéal, on peut considérer cela comme un tour de force. Ce haut fait d'armes revient d'emblée au groupe Vivez Mieux d'Edmundston qui a largement contribué à la sélection de la ville d'Edmundston comme Capitale nationale de la santé 2012.

Marco Clavet a été désigné pour s'exprimer au nom du mouvement devant les délégués de la Conférence provinciale. Il a surtout été question du 24 mars 2012, et pour cause. Cette journée-là, le groupe Vivez Mieux, ayant à sa tête la leader, Elaine Albert, avait convié les gens à un grand rassemblement communautaire axé sur la santé et le mieux-être. La réponse a été phénoménale.

Près de 1500 personnes et 40 organismes ont participé à un défilé dans les rues de la ville. Ce rassemblement a été suivi d'une journée d'information au Collège communautaire d'Edmundston. Au menu : des séances d'exercices pour les participants et une panoplie d'informations et de renseignements disponibles sur la santé et le mieux-être, grâce à la présence de nombreux kiosques.

« Nous sommes très fiers d'avoir réussi à mobiliser autant de gens, de dire M. Clavet. Ce fut un beau travail d'équipe qui a été fortement appuyé et aidé par les médecins, qui ont démarré le mouvement Prescription : Action! Il s'agit maintenant de maintenir ensemble ce beau vent de santé et de mieux-être qui souffle sur notre région. »

Notre ALBUM de la conférence 2012



Notre amie Ghislaine Foulem semblait envahie de mieux-être.



À voir la mine de Louis Poirier, du Réseau québécois de Villes et Villages en santé et Michèle Ouellette, présidente du MACS-NB, il y a quelque chose de drôle qui se passe...



« C'est le temps de prendre des notes » semble se dire notre secrétaire préférée au conseil d'administration du MACS-NB, Marie-Anne Ferron.



Plus d'une quinzaine de kiosques d'information étaient sur place dont celui du MACS-NB représenté habilement par l'adjointe administrative, Nadine Bertin, à gauche, et Chantale Clément, notre appui en bureautique.

- SOUVENIR



La directrice générale du MACS-NB, Barbara Losier, rayonnait de bonheur en compagnie de sa collègue, Jodi Mucha, du réseau communautés en santé de la Colombie-Britannique.



Un petit sourire pour la caméra svp? Le maire de Tracadie-Sheila, Aldéoda Losier, et le directeur des loisirs et du mieux-être, Daniel Haché, ont gentiment accepté l'invitation.



Visiblement, Léo-Paul Pinet, directeur général du Centre de Bénévolat de la Péninsule Acadienne, était captivé par l'une des présentations.



« Seigneur... que c'est intéressant », semblent penser ces délégués très concentrés.



Le Centre communautaire Sainte-Anne était bien représenté à cette conférence.



Le directeur général de la Société Santé et Mieux-être en français du N.-B., Gilles Vienneau, a eu l'occasion de prendre la parole.

Notre **ALBUM-SOUVENIR** de la conférence 2012



Tout au long de la conférence, les délégués ont été nombreux à visiter les kiosques.



*Puisqu'il faut bien prendre soin de son mieux-être, l'énergique Mme Rosa (personnage interprété par une certaine employée du CBPA), est venue faire son tour.
« Dans la vie, il faut rire, danser et bouger », dit-elle.*



Les délégué-e-s ont eu bien du plaisir à danser le «twist» avec Mme Rosa, notamment le vice-président du MACS-NB, Michel Côté.



Vu... lu... et entendu!

JOIGNEZ LE MOUVEMENT DU MIEUX-ÊTRE!



ANNE CULLIHALL

Anne Cullihall est conseillère au Mieux-être au ministère des Communautés saines et inclusives. Elle a parlé avec enthousiasme de la campagne provinciale Joignez le mouvement du mieux-être! Les 952 collectivités, groupes, écoles et lieux de travail qui se sont joints au mouvement du mieux-être l'an dernier représentent plus de 92 000 Néo-Brunswickois. Cette année, l'objectif est de doubler le nombre de participants!

Aidez votre collectivité à gagner une subvention pour le mieux-être de 8 000 \$ et à être couronnée « Communauté du mieux-être du Nouveau-Brunswick 2013 »! Arborez avec fierté le drapeau « Région du mieux-être par excellence du Nouveau-Brunswick 2013 ».

Votre groupe communautaire, votre école ou votre milieu de travail pourrait gagner une subvention pour le mieux-être de 1 000 \$ à l'issue d'un tirage! Enregistrez votre engagement sur Internet (www.wellnessnb.ca).

Voir : (www.gnb.ca/0131/conference/doca-f.asp).

LE MOI INC.



SYLVAIN BOUDREAU

Énergique, convaincant et doté d'un solide sens de l'humour, Sylvain Boudreau fut le premier conférencier à briser la glace. Il a parlé du Moi inc., c'est-à-dire l'importance de croire en nos moyens, de nous fixer des buts dans la vie et ne pas nous laisser distraire par les obstacles qui peuvent ralentir nos projets.

« Dites-vous une chose : lorsque vous caressez un rêve ou un projet, rien ne peut vous arrêter. Vous êtes tous des phares dans vos communautés respectives. Vous êtes des leaders à votre façon et soyez fiers de l'être ».

Sylvain Boudreau a insisté sur l'importance de se fixer des buts dans la vie. « Par exemple, les gens vont nous souhaiter bonne chance lorsqu'on veut entreprendre quelque chose. Moi, j'aime mieux qu'on me dise bon succès, car ça m'appartient davantage que bonne chance. C'est moi, et moi seul, qui vais déterminer si mon projet sera un succès; je ne veux surtout pas laisser ça à la chance. »

Voir : (www.gnb.ca/0131/conference/doca-f.asp).

LE POUVOIR D'UNE BONNE ALIMENTATION



DIANE SAVOIE

Plusieurs participants et participantes ont assisté à cette rencontre d'information intitulée Projet Mentors communautaires en alimentation, dont l'objectif était de découvrir de quelle façon la collectivité peut se joindre à un réseau de bénévoles axé sur la sécurité alimentaire au N.-B.

Les histoires à succès qui ont été racontées ont mis en lumière le pouvoir de l'alimentation et sa capacité d'inspirer, de nourrir et de rassembler les gens, les familles et les communautés.

Vu... lu... et entendu!

LA PLEINE CONSCIENCE



JEN ROWETT

Jen Rowett est la fondatrice de «Heal Thy Self». Dans sa présentation, elle a abordé la question des sept attitudes de base de la pleine conscience. Elle a indiqué que la pleine conscience a un lien direct avec le maintien d'une bonne santé et des relations personnelles et professionnelles. « Éveillez votre esprit et jouissez pleinement du plaisir d'être vous-même et d'être en vie en pratiquant la pleine conscience. »

Voir : (www.gnb.ca/0131/conference/doca-f.asp).

LES SEPT ÉTAPES DE LA VIE



JOSIE AUGUSTINE

Les participants qui ont assisté à la séance d'information de Josie Augustine ont pris conscience, sous un autre regard, des changements qui ont marqué leur vie. Articulée et dotée d'une connaissance profonde de son peuple, Mme Augustine est une Micmaque de la Première Nation d'Élsipogtog. Elle a partagé avec les délégués sa longue expérience de guérisseuse traditionnelle où elle met en pratique des

éléments traditionnels, spirituels et cérémonieux de la culture micmaque.

Mme Augustine maîtrise parfaitement la culture, les remèdes, la langue et les cérémonies spirituelles de son peuple grâce aux aînés et aux personnes qui ont croisé son chemin. Elle pratique la médecine, et sa Nation lui voue un grand respect.



Célébration de la culture et du patrimoine autochtones avec prières, psalmodies, danses, festins et chansons lors du Pow-wow annuel de la Première Nation Elsipogtog. (Tourisme Nouveau-Brunswick)

LES BIENFAITS D'UN JARDIN COMMUNAUTAIRE



CHAD DUPLESSIS

Chad Duplessis est coordonnateur au Mieux-être, à la Coalition pour une saine alimentation et l'activité physique au Nouveau-Brunswick. Il a parlé du projet de jardin communautaire à la maison Loggie, lancé par le Réseau de sécurité alimentaire de Miramichi. Les objectifs étaient les suivants : faire participer divers organismes partenaires et un groupe de bénévoles de la collectivité; s'amuser; créer une culture d'enseignement

et d'apprentissage; et fournir de la nourriture à la banque alimentaire.

Duplessis se réjouit de constater l'évolution du projet au fil des ans, et le jardin communautaire continue d'occuper une place importante dans la communauté.

Voir : (www.gnb.ca/0131/conference/doca-f.asp).

LE MIEUX-ÊTRE EN MILIEU DE TRAVAIL



PAT ARMOUR

C'est possible! C'est ce qu'a déclaré Pat Armour, de la Société de transport du même nom. Elle a souligné que le programme « Changez de vitesse, vivez mieux » obtient d'excellents résultats. Il a été conçu pour promouvoir des modes de vie sains à l'intérieur du milieu de travail.

Au cours des six dernières années, la Société de transport Armour a réussi à développer un programme de mieux-être durable qui comprend des initiatives telles que l'alimentation saine, l'activité physique, le bien-être psychologique et une vie sans tabac. Un programme qui enchante autant la direction que les employés.

Voir : (www.gnb.ca/0131/conference/doca-f.asp).

FEMMES EN SANTÉ



MEGAN JACKSON

Megan Jackson est infirmière autorisée en santé communautaire auprès de la Première Nation de Woodstock. Elle a parlé avec passion d'une démarche menée par quelques femmes qui ont décidé de prendre leur santé en main. Un programme incluant plusieurs volets a été élaboré. Lancé au départ comme projet-pilote, le programme est maintenant offert aux jeunes et il sera bientôt disponible pour les hommes et pour les aînés.

Selon Mme Jackson, l'objectif consiste à éduquer les participants et participantes et à les encourager à assumer la responsabilité de leur santé physique. Ce défi, brillamment relevé, est un succès à tous les points de vue.

LA RÉSILIENCE MENTALE ET PHYSIQUE



DRE ELAINE DEMBE

Dre Elaine Dembe était la conférencière principale lors du banquet de la 3e Conférence provinciale sur le Mieux-être. Figurant parmi les experts en matière de résilience au stress, de santé et de productivité au Canada, elle est connue du public comme étant une « LIFE Doctor ».

Mme Dembe a invité son auditoire à vivre et à travailler avec passion et plaisir tout en se donnant des objectifs à atteindre. Ses conférences incitent les gens et les employés à renforcer leur résilience mentale et physique pour faire face au niveau de stress de chacun d'entre nous. Dre Elaine Dembe compte 17 marathons à son actif, exploit qu'elle a été ravie de partager avec les participants.

Quelle est la prescription « LIFE Doctor »? Passion, résilience et productivité. Selon la Dre Dembe, l'équilibre travail-vie personnelle est un mythe. « Il est temps de bannir la culpabilité et de commencer à vivre sa vie avec passion, intensité et joie. Son programme « Take a L.I.F.E. Pill » favorise la productivité et le rendement au travail en montrant aux gens comment profiter pleinement de la vie : véritable amour, intériorité, énergie et forme physique.

Voir (www.gnb.ca/0131/conference/docaf.asp).

NOS ÉLÈVES ET LEUR MIEUX-ÊTRE



MICHELINA MANCUSO

Michelina Mancuso est la directrice générale de l'évaluation du rendement au Conseil de la santé du Nouveau-Brunswick. Dans sa présentation, elle a décrit le contenu, les objectifs et les avantages du Sondage sur le mieux-être auprès des élèves du N.-B. Ce sondage visait les élèves de la 4e à la 12e année ainsi que les parents d'élèves de la maternelle à la 5e année.

Le poids corporel : Sachez que des parents d'élèves (du préscolaire à la 5e année) ont permis de préciser les données suivantes : (52 % N.-B.) des élèves ont un poids santé; (36 % N.-B.) des élèves ont un surpoids ou sont obèses; et (12 % N.-B.) des élèves ont un poids insuffisant. Tel est l'un des résultats qu'on retrouve dans le sondage.

Voir : (www.gnb.ca/0131/conference/docaf.asp)

LA PAUVRETÉ EST UNE RÉALITÉ BIEN PRÉSENTE



BRIAN DUPLESSIS

Brian Duplessis est le directeur général de Centraide pour la région centre du Nouveau-Brunswick. Il est également coprésident de la Société d'inclusion économique et sociale créée par le gouvernement afin de mettre en œuvre son plan de réduction de la pauvreté. Il a longuement évoqué l'influence des facteurs socioéconomiques sur les déterminants de la santé.

Il a déclaré qu'un grand nombre de Néo-Brunswickois vivent péniblement dans la pauvreté, et ce, jour après jour. M. Duplessis soutient également que des politiques et des pratiques actuelles dans les domaines de la vie sociale, de la santé et de la justice ne servent qu'à maintenir le *statu quo*, au prix de la dignité humaine et du mieux-être de tous. À son avis, malgré les compressions des paliers gouvernementaux, les particuliers et les organisations peuvent en faire beaucoup pour améliorer de façon substantielle la vie des enfants, des femmes et des hommes de notre société.

Vu... lu... et entendu!

PLUS DE 20 RÉSEAUX MIEUX-ÊTRE AU N.-B.



JESSICA SARGENT

Jessica Sargent est coprésidente de la Coalition pour une saine alimentation et l'activité physique au N.-B. Elle a partagé avec les délégués l'importance de promouvoir les réseaux Mieux-être dans la province. On en compte plus d'une vingtaine.

Elle a précisé que l'objectif de la coalition est de s'engager et d'appuyer les réseaux Mieux-être, les communautés et les personnes

qui déploient des efforts pour améliorer les habitudes alimentaires et les niveaux d'activité physique, y compris les populations vulnérables. D'après Mme Sargent, il y a quatre facteurs qui favorisent l'essor des réseaux Mieux-être, soit le leadership; l'adhésion au réseau; le partage des exemples à suivre et des ressources disponibles à l'échelle provinciale; et la célébration des histoires à succès.

Voir : (www.gnb.ca/0131/conference/doca-f.asp).

COMBATTRE LE TABAGISME



DR PATRICK BORDEAUX

Le Dr Patrick Bordeaux est psychiatre au Réseau de santé Vitalité. Intitulée « Vaincre l'accoutumance et reprogrammer son cerveau », sa présentation portait sur le tabagisme, les fabricants de cigarettes, le renoncement au tabac et les risques accrus de toxicomanie. Il se demande, entre autres, pourquoi de 15 % à 20 % de la population canadienne continue de fumer quand on sait que 37 000

Canadiens meurent chaque année de maladies liées à la fumée du tabac.

Le Dr Bordeaux pousse sa réflexion sur les stratégies des fabricants de cigarettes qui utilisent les meilleures techniques scientifiques et de marketing pour promouvoir leurs produits. Il a parlé aussi des moyens à notre disposition pour combattre cette accoutumance.

Voir : (www.gnb.ca/0131/conference/doca-f.asp).

IRVING CROIT À SON PROGRAMME VIVRE MIEUX



TANNYA CHAPMAN

Tanya Chapman est agente principale des ressources humaines chez l'entreprise Irving Oil. La compagnie a implanté le programme Vivre mieux, dont l'objectif est d'accroître le mieux-être au sein de l'organisation en stimulant l'intérêt pour les saines habitudes de vie et en encourageant les employés à adopter un mode de vie plus sain.

Mme Chapman a indiqué que ce programme est très important pour la compagnie Irving. Elle cherche à se démarquer en investissant dans son personnel. Diverses activités sont organisées durant l'année. On estime que le programme mieux-être a des retombées positives sur la productivité du personnel et favorise une atmosphère de travail des plus agréables.

Voir : (www.gnb.ca/0131/conference/doca-f.asp)

L'OBÉSITÉ CHEZ LES JEUNES

Le Réseau de santé Vitalité se préoccupe de l'obésité chez les jeunes. La preuve, c'est qu'on a implanté un modèle intégré de prévention et de gestion de l'obésité chez cette partie de la population.

Ce fut d'ailleurs l'objet de la présentation de Sylvie Arsenault, du Réseau de santé Vitalité. Le modèle qu'elle a présenté vise les jeunes de 0 à 18 ans. Plusieurs éléments sont pris en considération, comme la prévention et la promotion; le dépistage; l'intervention clinique par une équipe multidisciplinaire; et un suivi intensif pendant au moins deux ans, avec consolidation jusqu'à l'âge de 18 ans.

Elle a précisé que la Clinique jeunesse MOTIVACTION a débuté en 2009 sous la direction du Dr Roger Kamba. Basée sur les meilleures pratiques canadiennes, la clinique est en activité de deux à trois jours par semaine. Des statistiques ont été compilées : 102 références reçues; 58 dossiers patients actifs; 38 dossiers patients fermés; et 6 patients en attente. Résultats concluants : en date du 16 octobre 2012, 77 % des patients ont diminué leur indice de masse corporelle (IMC).

Au Canada : 34 % des jeunes de 2 à 17 ans affichent un surpoids.