

Plan d'action de l'Ontario

pour la promotion de la saine alimentation et de la vie active



Plan d'action pour une alimentation saine et un mode de vie actif en Ontario
Publié par le ministère de la Promotion de la santé
Imprimé par l'Imprimeur de la Reine pour l'Ontario
Province de l'Ontario, Toronto, Canada

© 2006, Imprimeur de la Reine pour l'Ontario

ISBN 1-4249-1669-0

This publication is available in English.

**Ministry of Health
Promotion**

Office of the Minister

35th Floor
250 Yonge Street
Toronto ON M5B 2N5
Tel.: 416 326-8500
Fax: 416 326-8520
www.mhp.gov.on.ca

**Ministère de la Promotion
de la santé**

Bureau du Ministre

35^e étage
250, rue Yonge
Toronto (Ontario) M5B 2N5
Tél. : 416 326-8500
Télééc. : 416 326-8520
www.mhp.gov.on.ca



Juin 2006

À tous les partenaires du ministère de la Promotion de la santé,

C'est avec grand plaisir que je vous présente le *Plan d'action ontarien pour une alimentation saine et un mode de vie actif*. Le plan d'action a été mis au point afin d'aider notre gouvernement à réaliser son objectif, soit de créer une province en santé pour tous les Ontariens.

En 2004, le rapport du médecin hygiéniste en chef de l'Ontario, *Poids santé, vie saine*, a mis en lumière des faits alarmants. Le rapport a mis l'accent sur divers obstacles auxquels sont confrontés certains de nos amis, des membres de notre famille, de nos voisins ou de nos collègues, qui veulent atteindre et maintenir un état de santé optimale en consommant des aliments nutritifs et en pratiquant suffisamment d'activités physiques.

Lorsque le ministère de la Promotion de la santé a été créé et qu'il a reçu la responsabilité de donner suite au rapport du médecin hygiéniste en chef, nous avons compris que nous devions consulter les Ontariens afin de connaître les activités, en matière de saine alimentation et d'activité physique, qui connaissaient du succès dans leurs collectivités, et le type de soutien que le gouvernement ontarien pouvait leur fournir afin de rendre ces activités encore plus efficaces.

Une série de tables rondes nous a permis d'en apprendre davantage sur les activités novatrices en place et de recueillir des suggestions sur la façon de promouvoir une saine alimentation et un mode de vie actif, et ce, dans les diverses collectivités qui forment cette province. Nombre de ces suggestions sont intégrées, et même développées, dans ce plan d'action.

À titre de ministre, il m'a été très enrichissant de rencontrer autant de personnes intéressées par la question, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur du ministère, qui ont contribué à déterminer les points où doivent se concentrer les efforts du ministère de la Promotion de la santé. Nous en sommes venus à la conclusion que la meilleure façon d'amener des changements positifs était de nous concentrer sur quatre secteurs d'activité: bâtir une génération d'enfants et de jeunes en bonne santé; promouvoir un mode de vie sain dans les collectivités; améliorer les politiques de santé publique, et appuyer l'éducation et l'engagement au sein du public.

Je souhaite remercier nos nombreux partenaires du gouvernement provincial et des collectivités qui ont contribué au développement de ce plan d'action. J'espère qu'il vous inspirera autant d'enthousiasme qu'à moi-même; de plus, je crois qu'il agira comme un véritable catalyseur, en amenant des changements positifs en matière de saine alimentation et de vie active, et qu'il nous aidera à réaliser notre vision: Des Ontariennes et des Ontariens en santé, un Ontario en santé.

Cordialement,

A handwritten signature in blue ink that reads 'Jim Watson'.

Jim Watson, député provincial
Ministre



L'Ontario en bonne santé, c'est l'affaire de tous



La promotion de la santé est une responsabilité partagée. La mission du ministère de la Promotion de la santé est d'améliorer, de coordonner et de financer les programmes visant à promouvoir une saine alimentation et une vie active. Nos priorités complémentaires – Ontario sans fumée, Saine alimentation et vie active, stratégie *VIE ACTIVE 2010*, Prévention des blessures et Promotion de la santé mentale – sont reliés de sorte qu'elles forment une approche stratégique globale pour la promotion de la santé et la prévention des maladies chroniques.

Durant la première année de son existence, le ministère a pris des mesures pour atteindre ses objectifs prioritaires en faveur d'une population en santé et ses initiatives ont été couronnées de succès dès le départ. En voici des exemples :

- La stratégie Ontario sans fumée vise à permettre à la population ontarienne de vivre dans un milieu sans fumée, et sa mise en œuvre nous a déjà permis de réaliser des progrès énormes pour ce qui est de l'amélioration et du maintien de la santé de la population.
- Nos programmes de financement dans le cadre de la stratégie *VIE ACTIVE 2010* : la stratégie, qui vise à favoriser la pratique du sport et de l'activité physique, incite la population ontarienne à être davantage active. Elle englobe le Fonds Collectivités actives qui, l'an dernier, a appuyé 187 projets communautaires de sports et d'activités physiques. Le lancement de la Stratégie pour l'aménagement des pistes et des sentiers permet à la population ontarienne de profiter de la marche de plein air tandis que les fonds recueillis grâce à la nouvelle loterie Quest for Gold aident les athlètes amateurs ontariens à réaliser leur rêve de participer à des jeux.
- Par l'intermédiaire des bureaux locaux de santé publique, nous appuyons plusieurs programmes obligatoires ainsi que 36 collectivités partenaires du Programme de santé cardiovasculaire de l'Ontario qui veillent à la prestation de programmes exhaustifs visant à réduire les risques de maladie du cœur et d'autres maladies chroniques. Notre

engagement a contribué à mobiliser plus de 2 300 collectivités partenaires dans l'ensemble de la province et à recueillir localement une aide en nature excédant le ratio cible de 2:1.

Grâce à ces initiatives et à d'autres, nous développons des connaissances et une expertise étendues, et nous nous associons à des partenaires dans les collectivités et à tous les paliers de gouvernement afin de favoriser la santé de la population.

De nombreux organismes à l'échelle de la province favorisent activement la promotion de la santé et désirent vivement mettre leurs efforts en commun. En voici des exemples :

- Les ministères partenaires au sein du gouvernement de l'Ontario appuient des politiques et des initiatives encourageant une saine alimentation et une vie active, dont des activités physiques accrues dans les écoles, un meilleur accès à des aliments nutritifs pour les enfants et les jeunes et la promotion de lieux de travail plus sains et un environnement propre et sécuritaire.
- Les organismes communautaires offrent des programmes de sensibilisation pour favoriser la saine alimentation, l'activité physique et la pratique du sport et aider les personnes à risques pour ce qui est du diabète, des cardiopathies et d'autres maladies chroniques à modifier leur régime alimentaire et à devenir plus actifs.
- Dans certaines entreprises du secteur privé, et notamment dans d'importantes industries, on élabore des programmes visant le bien-être dans les lieux de travail et on encourage la saine alimentation et l'activité physique. Certains secteurs de l'industrie alimentaire commercialisent des aliments plus sains et en informent les consommateurs.

En créant des partenariats, nos stratégies peuvent avoir une plus grande portée. À titre de chef de file en matière de promotion de la santé, le ministère mettra à profit l'énergie de ses partenaires afin de coordonner la prestation de programmes complémentaires efficaces et d'élaborer des messages relatifs à la promotion de la santé qui soient davantage percutants et cohérents.



Le ministère de la Promotion de la santé

Le ministère de la Promotion de la santé joue un rôle de chef de file auprès de tous les ministères et de la population ontarienne en général pour veiller à ce que ce que tous mènent une vie saine et active. Nous sommes résolu à améliorer la santé de la population de l'Ontario en prenant les mesures suivantes :

- Promouvoir la santé des personnes de tout âge et dans toutes les périodes de la vie, en accordant d'abord une attention particulière aux enfants et aux jeunes.
- Influencer sur les déterminants de la santé – c. à d. les facteurs sociaux et économiques qui déterminent notre état de santé.
- Inciter nos partenaires à se joindre à nous pour favoriser des modes de vie sains auprès de la population.
- Améliorer la santé des personnes les plus vulnérables et éliminer les facteurs faisant obstacle à une vie saine et active de manière à offrir à toute la population davantage de possibilités de jouir d'une bonne santé.

Nous comptons sur des programmes et des services efficaces et utilisons diverses approches – éducation, politiques, augmentation des capacités et collaboration entre partenaires – afin de permettre à la population ontarienne de bénéficier d'une vie saine et active. En accordant une attention particulière aux déterminants de la santé, c.-à-d. les facteurs qui déterminent notre état de santé, nous avons nettement plus de possibilités de réduire les obstacles et de créer des conditions davantage propices à l'amélioration de la santé de toutes les Ontariennes et tous les Ontariens là où ils vivent, travaillent, étudient et se divertissent.

Notre plan d'action :

- Vise à atteindre notre objectif d'améliorer la santé de toute la population ontarienne, y compris des personnes les plus vulnérables.
- S'appuie sur une série de stratégies et de programmes en vigueur.
- Établit des orientations stratégiques et lance un ensemble d'investissements et d'activités jetant les bases d'éventuelles initiatives.
- S'avère un catalyseur et une motivation pour nos partenaires qui prennent des mesures collectives afin d'éliminer les obstacles et de coordonner la promotion de la saine alimentation et de la vie active.

Le Plan d'action de l'Ontario pour la promotion de la saine alimentation et de la vie active s'inscrit dans le cadre d'une initiative mondiale pour la réduction de l'incidence des maladies chroniques ciblant la nutrition et l'activité physique. En 2004, l'Assemblée mondiale de la Santé a donné son appui à une stratégie visant la réduction des risques pour la santé pouvant être évités¹ et, au Canada, à l'élaboration d'une Stratégie pancanadienne intégrée en matière de modes de vie sains². Le Plan de l'Ontario est basé sur une recherche effectuée à l'échelle internationale et sur un examen des stratégies de vie saine en vigueur dans les autres provinces et territoires du Canada de sorte que l'approche ontarienne favorise une nation en santé.

Notre vision

Des Ontariennes et des Ontariens en santé,
un Ontario en santé

Notre mission

- Défendre la promotion de la santé en Ontario et motiver les personnes, les organismes, les collectivités et les gouvernements afin de donner naissance à une culture axée sur la santé et le bien-être.
- Prévoir des programmes, des services et des mesures incitatives pour améliorer la santé et le bien-être.
- Faciliter les choix santé.
- Mettre à profit l'énergie et l'engagement des autres ministères du gouvernement de l'Ontario, des autres paliers de gouvernements, des collectivités, du secteur privé, des médias et de la population afin de promouvoir la santé et le bien-être de toutes les Ontariennes et tous les Ontariens.
- Faire de l'Ontario un chef de file de la promotion de la

Les enjeux en matière de santé

Pourquoi la saine alimentation et l'activité physique revêtent-elles de l'importance?

Ces deux facteurs peuvent contribuer à améliorer l'état de santé de la population ontarienne dans son ensemble. La saine alimentation et l'activité physique assidue sont essentielles à la santé et au bien-être de l'être humain. Les personnes qui consomment des aliments nutritifs et qui pratiquent des activités physiques sont davantage susceptibles de rester en santé et de vivre plus longtemps.

- Les enfants et les jeunes qui consomment des fruits et des légumes au moins cinq fois par jour courent moins de risques de devenir obèses³, et ceux qui participent à des sports d'équipe ont des moyennes scolaires plus élevées et sont davantage susceptibles d'obtenir un diplôme d'études postsecondaires⁴.
- Un régime alimentaire sain, l'activité physique et le maintien d'un poids corporel approprié peuvent permettre de prévenir de 30 à 40 % de tous les cas de cancer⁵. Environ 50 % de tous les décès dus au cancer sont liés au tabagisme, à une mauvaise alimentation et à un mode de vie sédentaire⁶.
- Les chercheurs estiment que le maintien d'un poids santé, l'activité physique pratiquée de façon assidue, un sain régime alimentaire, la consommation modérée d'alcool et le fait de ne pas fumer permettraient d'éviter 90 % des cas de diabète de type 2 et 80 % des maladies coronariennes.⁷
- Les coûts annuels pour l'Ontario des soins liés à l'obésité se chiffrent à 1,6 milliard de dollars, ce qui représente des coûts directs de 647 millions de dollars et des coûts indirects de 905 millions de dollars.⁸



- L'activité physique aide à diminuer les chutes et les fractures et permet de prévenir la diminution de la masse osseuse chez les personnes souffrant d'ostéoporose.⁹
- Si des estimations indiquent que le nombre de Canadiennes et de Canadiens âgés de 60 ans et plus augmentera de 50 % d'ici la prochaine décennie, une étude récente révèle que 52 % des baby boomers canadiens sont sédentaires et que les taux d'obésité chez cette génération ont grimpé de presque 60 % depuis 10 ans¹⁰.
- Pour jouir d'un bon état de santé, les aînés – mêmes ceux atteints de troubles chroniques –doivent pratiquer une activité physique au moins trois fois par semaine, maintenir un poids équilibré et manger des fruits et des légumes au moins cinq fois par jour¹¹.

Les personnes en santé ont moins souvent recours à des services de soins de santé. À l'heure actuelle, l'Ontario consacre près de la moitié de son budget au réseau de soins de santé (ou aux soins des malades). L'amélioration de la santé de la population permettrait à la province de réduire ces coûts de milliards de dollars annuellement. La bonne santé favorise la croissance économique, ce qui contribue à la prospérité, et une province prospère est en mesure de soutenir la concurrence à l'échelle mondiale.

Nous reconnaissons qu'une saine alimentation et l'activité physique peuvent améliorer la santé d'une personne sa vie durant. Même si la plupart des Ontariennes et Ontariens estiment que la santé est une responsabilité personnelle, il y un fossé entre ce que nous savons et ce que nous faisons. Certaines personnes peuvent avoir du mal à surmonter seuls les difficultés propres à un régime alimentaire sain et à une vie active. Alors que certaines personnes peuvent agir immédiatement pour bénéficier d'une meilleure santé, l'amélioration de la santé d'une collectivité ou d'une population peut nécessiter plusieurs années.



La diversité de l'Ontario

Au sein de la population extrêmement diversifiée de l'Ontario, le fait d'être en santé et actif ne signifie pas la même chose pour tous. Par exemple, chaque culture possède des habitudes et des traditions culinaires dont nous devons tenir compte dans nos initiatives pour une saine alimentation. En ce qui concerne l'activité physique, il faut reconnaître que les aptitudes et les besoins varient selon l'âge et la période de la vie. C'est donc dire que le type de renseignements, d'éducation et de soutien dont nous avons besoin évolue tout au long de notre vie.

Les peuples autochtones de l'Ontario ont de lourds défis à relever en matière de santé. Par rapport à la population en général, les Autochtones courent davantage de risques de souffrir de maladies du cœur et de diabète. De fait, l'incidence du diabète est de trois à cinq fois plus élevée parmi les Autochtones que dans les autres collectivités¹². L'écart en matière de santé dans les collectivités autochtones est attribuable à un ensemble de facteurs complexes, notamment l'accès à des aliments sains.

Les nouveaux arrivants au Canada sont aussi vulnérables. À leur arrivée en Ontario, nombre d'entre eux subissent le stress de l'adaptation à une nouvelle vie et, dans certains cas, à un nouveau régime alimentaire. De plus, ces nouveaux arrivants sont susceptibles d'être moins actifs physiquement que les gens vivant au Canada depuis plus longtemps¹³. La langue, l'éducation, les revenus et les habitudes culturelles sont des facteurs qui peuvent les empêcher de tirer profit des renseignements, des aliments sains, des activités physiques et du soutien social qu'il leur faut pour améliorer leur état de santé ou faire en sorte qu'il ne se détériore pas.

Une épidémie d'embonpoint et d'obésité

Le rapport annuel de 2004 du médecin hygiéniste en chef intitulé *Poids santé, vie saine* a sonné l'alarme en ce qui a trait à l'épidémie d'embonpoint et d'obésité de plus en plus étendue dans la province.

Selon ce rapport, les milieux, les collectivités, les lieux de travail ainsi que les milieux scolaires et familiaux où nous vivons favorisent ou encouragent l'obésité :

- Bien des jeunes n'ont pas l'occasion d'être physiquement actifs chaque jour et sont inondés de publicités vantant le goût des boissons gazeuses et des grignotines.
- Les adultes ayant un travail sédentaire et qui doivent faire un long trajet en voiture pour aller travailler sont plus nombreux.
- Les aliments en énormes portions sont devenus la norme dans les restaurants.
- Davantage de collectivités sont privées de trottoirs, de parcs, de pistes cyclables et de programmes de loisirs¹⁴.

Le rapport du médecin hygiéniste en chef souligne également les facteurs qui, chez certains groupes d'Ontariennes et d'Ontariens, rendent difficile le maintien d'un poids santé :

- Certaines personnes n'ont tout simplement pas les moyens de s'acheter des aliments sains.
- Les enfants et les jeunes de familles à faible revenu sont moins susceptibles de participer à des sports organisés ou de faire de l'activité physique.
- Les enfants et les jeunes néo-canadiens sont moins actifs physiquement.



- Les taux d'obésité chez les Autochtones sont près de deux fois plus élevés que dans l'ensemble de la population adulte canadienne, et cette tendance s'accompagne de taux élevés de diabète de type 2 dans les collectivités autochtones du Canada.
- Les taux d'obésité sont plus élevés dans les zones rurales et les lieux isolés, comme le nord de l'Ontario¹⁵.

Dans son rapport, le médecin hygiéniste en chef incite la population de l'Ontario à « agir dès maintenant pour créer des collectivités qui favorisent la saine alimentation et l'activité physique assidue ».

Apprendre des collectivités diversifiées de l'Ontario

Nous estimions qu'il importait d'entendre de première main quels étaient les défis que devaient relever nos collectivités et les mesures créatrices et novatrices qui leur permettaient d'arriver à leurs fins. Au début de 2006, une série de tables rondes ont donc été tenues dans 11 collectivités à l'échelle de la province. Nous avons appris des organismes communautaires que les Ontariennes et les Ontariens s'emploient à favoriser l'activité physique et la saine alimentation au sein de leurs collectivités et, qu'en dépit des nombreuses réussites, les obstacles à franchir sont considérables.

Dans son rapport, le médecin hygiéniste en chef « invite tous les paliers de gouvernement, le secteur de la santé, l'industrie alimentaire, les milieux de travail, les écoles, les familles et les particuliers à unir leurs forces en un effort concerté à l'échelle de la province dans le but de modifier tous les facteurs qui concourent aux problèmes de poids ».

Recommandations à l'intention du gouvernement de l'Ontario :

- Élaborer un plan novateur, exhaustif et multisectoriel concernant le poids santé conjointement avec d'autres ministères.
- Mettre sur pied une campagne médiatique stratégique bien ciblée et dotée en ressources suffisantes.
- Élaborer des politiques et des programmes qui font la promotion de la saine alimentation et de l'activité physique.
- Assurer une surveillance continue de la santé à l'échelle de la province pour relever les facteurs de risque des maladies chroniques et se servir de ces données pour étayer les décisions prises en matière de politiques et de programmes.
- S'associer au secteur privé pour faire ressortir les initiatives privées de promotion de la saine alimentation et de l'activité physique assidue qui ont été couronnées de succès.



Les tables rondes comptaient plus de 1 000 participants. Selon ces derniers, les principaux enjeux en matière de santé sont les facteurs à caractère général qui limitent l'aptitude de la population ontarienne à prendre de saines habitudes, à savoir :

- L'absence d'installations récréatives, de pistes cyclables et de trottoirs dans de nombreuses agglomérations.
- Les modes de planification urbaine et les habitudes d'utilisation des terres créant des agglomérations où les gens doivent se servir de leurs voitures pour se rendre aux magasins, au travail et à l'école.
- L'absence de politiques d'intérêt public incitant à bien s'alimenter et à pratiquer des activités physiques.
- Les faibles revenus – qui influent sur les possibilités d'acheter des aliments sains ou de participer à des programmes récréatifs payants.
- Le coût élevé des fruits et des légumes frais – particulièrement dans les localités isolées et du nord – et des programmes de sports et de loisirs dans certaines agglomérations.
- La méconnaissance des installations pouvant servir aux loisirs dans les agglomérations.

Nous avons aussi appris que la province doit assurer une coordination dans les collectivités afin de leur permettre de partager ou de reproduire et d'évaluer les « pratiques prometteuses » et ainsi que pour aider chacune d'elles à élaborer et à mettre en œuvre de façon continue des politiques et des programmes à l'appui d'une saine alimentation et d'une vie active.

Les collectivités ontariennes ont fait part des mêmes observations que le médecin hygiéniste en chef et ont demandé au gouvernement provincial d'élargir les programmes efficaces existants, de coordonner les initiatives de promotion de la santé et de réduire les chevauchements, de combler les lacunes et de préconiser fortement la saine alimentation et l'activité physique dans l'ensemble de la province.

Des tables rondes ont été tenues dans les villes suivantes :

- | | |
|--------------------|---------------|
| • Ottawa | • Thunder Bay |
| • London | • Windsor |
| • Toronto | • Mississauga |
| • Scarborough | • North Bay |
| • Barrie | • Kingston |
| • Sault Ste. Marie | |

Les moyens que nous prenons pour relever le défi: notre approche

D'après la documentation, les résultats des recherches, le rapport du médecin hygiéniste en chef et les observations des membres des collectivités, ce dossier exige que nous adoptions une approche globale et progressive tout en accordant une attention particulière aux considérations ci-après.

Les enfants et les jeunes

La saine alimentation et l'activité physique sont essentielles à la croissance et au développement des enfants. Nous conservons notre vie durant les habitudes et les attitudes acquises pendant l'enfance. Les enfants et les jeunes qui se nourrissent bien et sont actifs sont plus susceptibles de conserver ces bonnes habitudes tout au long de leur vie. En ciblant les enfants et les jeunes, nous pouvons aussi influencer sur les choix des parents et des responsables des enfants ce qui favorise l'amélioration de la santé dans les familles. Grâce aux efforts que nous déployons pour inciter les enfants et les adolescents à s'alimenter correctement et à être actifs, partout dans la province, la nouvelle génération d'Ontariennes et d'Ontariens aura un meilleur bilan de santé et aura intégré à sa culture l'importance qui se doit pour ce qui est de leur santé et leur bien-être.

Les collectivités et les cadres de vie

Dans les milieux où nous vivons, travaillons, étudions et nous divertissons – domiciles, lieux de travail, écoles et quartiers – il peut être difficile de manger sainement et d'être actifs. Il faut donc que les collectivités, le secteur privé, les particuliers et le gouvernement collaborent entre eux et se concertent afin de créer des milieux où il sera plus facile pour les gens de tout âge d'avoir accès aux ressources, aux renseignements et aux programmes et éliminer les obstacles dans les collectivités dont les besoins sont les plus pressants.



Les politiques d'intérêt public

Notre aptitude à faire des choix alimentaires santé et à faire de l'activité physique dépend d'une foule de facteurs sociaux et économiques. Les politiques et les programmes mis au point par les gouvernements, les agences, les organismes communautaires et le secteur privé peuvent influencer sur ces facteurs. En choisissant une approche fondée sur les preuves, en faisant participer une variété de secteurs et en coordonnant nos efforts afin d'élaborer des politiques et des programmes axés sur la santé en Ontario, nous avons la chance d'influencer de nombreux déterminants de la santé.

L'éducation et l'engagement

Selon certaines observations, nous avons de meilleures chances de réussir à changer les attitudes et les comportements en conjuguant diverses approches, dont l'éducation et la sensibilisation du public¹⁶. Les campagnes d'éducation et de sensibilisation de la population doivent faire partie intégrante des stratégies de promotion de la santé. Elles permettent de faire ressortir l'importance des modes de vie sains et appuient les initiatives des collectivités visant à promouvoir une saine alimentation et une vie active. En faisant en sorte que les collectivités et les organismes, y compris le secteur privé, adoptent notre vision d'une province en bonne santé, nous pouvons amener les Ontariennes et les Ontariens à prendre des mesures particulières ou collectives pour faire naître une culture plus saine.



LE PLAN D'ACTION DE L'ONTARIO POUR LA PROMOTION DE LA SAINE ALIMENTATION ET DE LA VIE ACTIVE

Le plan d'action soutient l'engagement général du gouvernement d'améliorer la santé de toutes les Ontariennes et tous les Ontariens et repose sur des services à l'appui de la santé des familles et des collectivités. Il propose des actions communes pour régler les problèmes relevés par le médecin hygiéniste en chef et les collectivités dans l'ensemble de l'Ontario.

Le ministère de la Promotion de la santé lance d'abord divers programmes de financement et d'activités et collabore avec ses

partenaires des collectivités, du gouvernement et du secteur privé, dont le secteur de l'alimentation, afin d'orienter la culture vers l'importance d'une vie saine.

À l'aide des programmes et services existants, le ministère est résolu à tirer profit des quatre stratégies suivantes afin de créer des conditions davantage propices à une saine alimentation et à une vie active pour toutes les Ontariennes et tous les Ontariens là où ils travaillent, étudient et se divertissent :

- A. Favoriser le sain développement des enfants et des jeunes;**
- B. Promouvoir la santé dans les collectivités;**
- C. Défendre les politiques d'intérêt public en faveur de la santé;**
- D. Mieux informer le public et l'inciter à s'engager davantage**



A. Favoriser le sain développement des enfants et des jeunes



Les faits probants

- En 2004, 28 % des enfants et des jeunes âgés de 2 à 17 ans en Ontario faisaient de l'embonpoint ou souffraient d'obésité.¹⁷
- En 2002, plus de la moitié des enfants et des jeunes âgés de 15 à 19 ans au Canada n'étaient pas assez actifs pour bénéficier d'une croissance et d'un développement optimaux.¹⁸
- En 2004, 59 % des enfants et des jeunes âgés de 2 à 17 ans au Canada consommaient des fruits et des légumes moins de cinq fois par jour et étaient beaucoup plus susceptibles de faire de l'embonpoint ou d'être obèses que ceux qui mangeaient plus souvent des fruits et des légumes.¹⁹

Mise à profit des ressources existantes

Le ministère de la Promotion de la santé consacre une part considérable de ses ressources à une foule de programmes favorisant la santé des enfants et des jeunes.

Parmi les **programmes visant la santé des enfants** mis en œuvre par les bureaux de santé publique, on compte des activités visant la nutrition chez les femmes enceintes, l'allaitement maternel et la sensibilisation des parents à l'importance de la saine alimentation, de l'activité physique et de milieux favorables au développement de leurs enfants.

Dans le cadre de la stratégie *VIE ACTIVE 2010*, le ministère finance également le Fonds Collectivités actives afin d'accroître la pratique du sport et des activités physiques dans les collectivités. Par l'intermédiaire du fonds, nous soutenons les organismes communautaires qui collaborent à éliminer les facteurs gênant la participation, en favorisant particulièrement les enfants et les jeunes, dont les plus vulnérables. Par exemple, nous avons contribué à la mise sur pied de ligues de basket-ball, de classes d'aérobic et d'autres programmes d'exercices destinés à près de 400 jeunes Somaliens et leurs parents à Toronto. En conjugaison avec d'autres initiatives gouvernementales, ces mesures contribueront à créer de saines habitudes chez les enfants et les jeunes de l'Ontario.

D'autres moyens utilisés par le gouvernement pour encourager le sain développement des enfants et des jeunes :

- Le ministère de l'Éducation a mis en œuvre un programme d'activité physique quotidienne obligatoire au palier primaire. Le programme exige que, chaque jour de classe, pendant les heures d'enseignement, les élèves pratiquent au moins 20 minutes d'activité physique d'une intensité moyenne à élevée.
- Le ministère de l'Éducation a aussi publié des normes recommandées relatives à la valeur nutritive des aliments et des boissons vendus dans les machines distributrices dans les écoles primaires.
- Le ministère des Services à l'enfance et à la jeunesse finance le Programme de bonne nutrition des élèves, un programme de subventions qui est administré par des organismes locaux dans le cadre duquel on fournit des collations et des repas nutritifs à quelque 270 000 élèves du primaire et du secondaire pendant les jours de classe. Ce financement permet de tirer le meilleur parti des fonds d'autres sources, dont les parents, les bénévoles, les sociétés commanditaires et les collectivités.



Notre plan d'action

Pour tirer profit des programmes existants et combler les lacunes graves, le ministère de la Promotion de la santé prendra 14 mesures qui :

- 1. Faciliteront l'accès des jeunes aux aliments santé :**
Le ministère lancera un projet pilote visant l'accès aux fruits et aux légumes pour les enfants et les jeunes des collectivités rurales ou isolées du Nord de l'Ontario. En collaboration étroite avec le ministère de l'Agriculture, de l'Alimentation et des Affaires rurales et les conseils scolaires des collectivités, nous ferons en sorte que les enfants reçoivent des fruits et des légumes dans les écoles pilotes du Nord de l'Ontario, tout en privilégiant surtout les produits de l'Ontario.
- 2. Préconiseront des écoles saines :** À l'échelle de l'Ontario, de nombreuses écoles favorisent déjà la saine alimentation et l'activité physique. Nous souhaitons souligner leurs efforts et les encourager à persévérer et à servir de modèles à d'autres écoles. En collaboration avec le ministère de l'Éducation, nous lancerons donc le **Programme de reconnaissance des écoles saines**. En collaboration avec le ministère de l'Éducation, nous élaborons une stratégie commune visant à soutenir la saine alimentation et la vie active dans les écoles.
- 3. Favoriseront l'aménagement de rues sur lesquelles les enfants et les jeunes peuvent circuler en toute sécurité :** Pour que les enfants et les jeunes aient plus souvent l'occasion d'être actifs quotidiennement, nous fournirons des ressources supplémentaires aux organismes communautaires afin qu'ils puissent aménager des rues que les enfants peuvent utiliser sans danger pour se rendre à l'école à pied ou à bicyclette au lieu de s'y faire véhiculer.
- 4. Permettront de faire en sorte qu'il soit plus facile pour les enfants d'être actifs et en santé :**
Le ministère identifiera de façon continue les possibilités

de faciliter la saine alimentation et l'activité physique pour les enfants et les jeunes, y compris ceux dont les besoins sont les plus pressants.

Par exemple, en 2005-2006, le programme HiverActif a permis aux enfants et aux jeunes issus de milieux les plus défavorisés de participer à divers programmes récréatifs à l'échelle de la province. De plus, nous avons attribué un financement supplémentaire au Fonds Collectivités actives et nous avons versé des subventions pour le financement de 22 autres projets d'activité physique, de sport et de vie saine ciblant les enfants et les jeunes dans les collectivités à risque.

Les partenariats permettent de favoriser le sain développement des enfants et des jeunes

- À Toronto, un centre de santé communautaire se sert de son jardin aménagé sur le toit pour montrer aux enfants en quoi consiste le compostage, le réseau alimentaire, la culture des légumes et la saine alimentation. Le programme prévoit également des activités physiques de sorte qu'il incite les enfants à bien se nourrir et à être actifs dès le jeune âge.
- Le programme communautaire conjoint de promotion de la saine alimentation est un exemple des secteurs qui s'unissent pour agir. Les Greenhouse Vegetable Growers de l'Ontario, le Programme de bonne nutrition des élèves et RELANCEjeunesse, un ensemble de partenaires communautaires, ont fournis des légumes frais pour la collation du matin des enfants de quatre écoles primaires et d'une école secondaire dans le comté Windsor-Essex. Par conséquent, 80 % des enfants du primaire ont signalé que depuis la mise en œuvre du programme, ils mangent plus de légumes.



B. Promouvoir la santé dans les collectivités

Les faits probants

- En 2004, près de 60 % des adultes en Ontario faisaient de l'embonpoint ou étaient obèses.²⁰
- Selon un rapport de 2001, 28 % des Ontariennes et des Ontariens ont signalé qu'ils n'étaient pas davantage actifs parce qu'il n'existait pas assez d'endroits agréables pour se promener à pied ou faire de la bicyclette.²¹
- Nos agglomérations sont aménagées de sorte qu'il est plus facile de se déplacer en voiture que de marcher, ce qui met notre santé en péril puisque chaque heure que nous passons à nous déplacer en voiture augmente les risques d'obésité de 6 %.²²
- L'état de santé des Autochtones est pire que celui des autres Canadiens quelle que soit la mesure employée : espérance de vie, mortalité infantile, tabagisme, obésité et suicide.²³

Mise à profit des ressources existantes

Le ministère de la Promotion de la santé appuie déjà un certain nombre de programmes favorisant la santé dans les collectivités dans l'ensemble de l'Ontario.

VIE ACTIVE 2010 : La stratégie en matière de sport et d'activité physique de l'Ontario comporte un certain nombre d'initiatives clés, dont la Stratégie ontarienne pour l'aménagement des pistes et des sentiers qui préconise des activités physiques commodes, abordables et saines grâce au réseau de pistes et de sentiers qui s'étend dans tout l'Ontario : marche, randonnées pédestres, jogging, utilisation de patins à roues alignées, ski de fond, cyclisme, et autres. Le ministère appuie le Cercle sportif autochtone de l'Ontario, lequel joue un rôle de chef de file en ce qui a trait à la formation des athlètes et

des animateurs et des entraîneurs de sports et de loisirs autochtones afin de favoriser la pratique du sport et l'activité physique chez les peuples autochtones de la province.

Les bureaux de santé publique locaux ont créé des partenariats et des réseaux à grande échelle pour encourager les programmes visant la saine alimentation et l'activité physique au sein des collectivités. Les programmes mis en œuvre dans le cadre de l'initiative Prévention des maladies chroniques appuient la saine alimentation et l'activité physique ainsi que la prévention d'autres facteurs de risque liés aux maladies chroniques dans les écoles, les lieux de travail et d'autres milieux dans les collectivités. Le Programme de santé cardiovasculaire mobilise les collectivités par la création de partenariats afin de cibler les trois facteurs de risque des maladies du cœur : le tabagisme, la mauvaise alimentation et les modes de vie sédentaires.

Notre plan d'action

Pour améliorer les mesures actuelles favorisant la santé dans les collectivités, le ministère de la Promotion de la santé :

5. **Aidera les Ontariennes et les Ontariens à accéder à des services de diététistes.** Nous veillerons à ce que les familles et les fournisseurs de soins aient plus facilement accès à des renseignements fiables et à jour en matière de nutrition en créant un service de consultation Web et téléphonique de diététistes à l'échelle de la province. Ce service sera particulièrement utile dans les zones isolées où les gens ne peuvent peut-être pas avoir aisément recours à des diététistes professionnels.
6. **Encouragera et étendra le programme *À votre santé!*** Nous travaillerons conjointement avec les entreprises, les collectivités et les centres de loisirs de l'ensemble de la province à la promotion du programme *À votre santé!* Cette initiative bénévole établit des critères et reconnaît les cafétérias et les restaurants qui servent des aliments santé.



mise en œuvre d'initiatives comme le Plan de croissance et le Plan de la ceinture de verdure. Nous tiendrons une série de forums actifs portant sur l'aménagement urbain et le transport à l'intention des planificateurs, des ingénieurs, des concepteurs et d'autres professionnels des collectivités afin de les sensibiliser aux incidences sur la santé de l'art urbain, où les participants échangeront leurs meilleures pratiques pour la conception de villes propices à la santé et l'aménagement d'agglomérations où les Ontariennes et les Ontariens peuvent avoir une vie saine et active.

7. **Collaborera avec les collectivités autochtones à la mise au point de programmes préconisant la saine alimentation et l'activité physique.** Nous travaillons conjointement avec les collectivités autochtones pour élaborer des programmes appropriés sur le plan culturel et jeter les bases qui leur sont nécessaires. Ces programmes cibleront les obstacles complexes à une saine alimentation et à une vie active auxquels les peuples autochtones de l'Ontario sont confrontés. Par exemple, en 2005-2006, nous avons collaboré avec les 49 collectivités de la nation Nishnawbe Aski pour former 80 ambassadeurs de la santé et de la forme physique – y compris 60 jeunes et leur fournir le matériel de loisirs et de conditionnement physique voulu.
8. **Fera la promotion de plans urbains propices à la santé.** Pour que les intéressés soient mieux informés des effets de l'art urbain et de l'environnement bâti sur la santé, nous nous joindrons à nos partenaires responsables de la conception urbaine et de la planification de la croissance, dont les ministères du Renouvellement de l'infrastructure publique et des Affaires municipales et du Logement en vue d'appuyer la

Les partenariats facilitent la promotion de la santé dans les collectivités

- Parry Sound a lancé le défi "No TV" à ses habitants, ce qui a encouragé ces derniers à fermer le téléviseur, à se servir un goûter sain et à bouger.
- Certaines organisations du secteur privé contribuent à la santé dans les collectivités en mettant au point des programmes de bien-être dans les lieux de travail, en offrant l'occasion aux employés de faire de l'activité physique et en s'assurant que les cafétérias servent des aliments sains.
- *Street Hockey "For More"* (le hockey de rue pour tous) est un programme de hockey-balle destiné aux enfants âgés de 5 à 12 ans dans quatre quartiers à faible revenu de Toronto. Non seulement le programme prévoit-il l'accès au matériel voulu et aux chefs d'équipe vivant dans les quartiers, mais il permet d'initier des garçons et des filles au sport national des Canadiens.

D'autres moyens utilisés par le gouvernement pour favoriser la santé dans les collectivités :

- L'initiative d'utilisation communautaire des installations scolaires dirigée par le ministère de l'Éducation, en partenariat avec le ministère de la Promotion de la santé, a permis de réduire les frais versés par les groupes pour en faire usage.
- Le Plan de croissance pour la région élargie du Golden Horseshoe du ministère du Renouvellement de l'infrastructure publique fournit une vision nette et cohérente à l'appui de la création de collectivités où il fait mieux vivre et où les gens habitent à proximité de magasins, de parcs et de leurs lieux de travail.
- Par l'intermédiaire de son Plan de la ceinture de verdure, le ministère des Affaires municipales et du Logement a protégé des espaces verts, dont des pistes, des sentiers et des parcs, sur une superficie correspondant à 1,8 million d'acres. Ces zones vertes aideront à maintenir la qualité de l'air et des eaux. De plus, les réformes du système de planification de l'utilisation des terres faciliteront la création de quartiers respectueux des piétons.
- Le ministère de l'Environnement aide à promouvoir la santé dans les collectivités en menant des initiatives visant à protéger l'environnement, notamment le Plan d'assainissement de l'air en Ontario et la présentation de la *Loi sur l'eau saine*.



C. Défendre les politiques d'intérêt public en faveur de la santé

Les faits probants

- Un certain nombre d'organismes, de collectivités et de particuliers ne sont peut-être pas entièrement sensibilisés aux liens qui existent entre les facteurs déterminants de la santé (p. ex., les études, le milieu physique, les réseaux d'aide sociale et l'emploi) et les résultats pour la santé.
- Dans certains cas, les organismes qui mettent sur pied des politiques et des programmes qui influent sur les facteurs déterminants de la santé –organismes sans but lucratif, municipalités, groupes communautaires et ministères gouvernementaux – œuvrent parfois isolément.

Mise à profit des ressources existantes

Le ministère de la Promotion de la santé élabore des politiques d'intérêt public et influe sur leur orientation.

Nous avons mis au point une structure pour établir des liens entre les ministres chargés d'appuyer les modes de vie sains et actifs. Cette structure permet aux ministres de relever les possibilités d'orienter les initiatives pour qu'elles favorisent la santé. À l'aide de ce mécanisme et d'autres, dans l'ensemble du gouvernement, nous jetons une base commune en vue de la promotion de la santé, influons sur l'orientation des politiques pour qu'elles favorisent la santé et assurons une meilleure coordination des politiques et des programmes qui contribueront à l'amélioration de la santé et du bien-être des Ontariennes et des Ontariens.

Notre ministère et le ministère du Travail dirigent conjointement le forum sur les environnements de travail sains. Ce groupe de leaders provenant du secteur privé, du milieu des affaires, des collectivités et du gouvernement collabore à la recherche de solutions en faveur de milieux de travail sains.

Au cours de la conférence des ministres des gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux responsables des sports, des loisirs et de l'activité physique tenue à Regina, en août 2005, ces derniers ont convenu qu'ils devaient en tout premier lieu se pencher sur l'infrastructure des activités sportives et récréatives vu les besoins particuliers de chaque territoire de compétence. Les ministres ont reconnu qu'il existait un lien direct entre l'activité physique, la pratique du sport et la santé au sein des collectivités en veillant à l'implantation de l'infrastructure et à l'accès aux activités et récréatives. La participation de l'Ontario à cette initiative fédérale-provinciale-territoriale est essentielle à la réalisation du plan d'action national visant l'infrastructure des activités sportives et récréatives et de notre vision pour l'avenir d'une population en meilleure santé et plus active.

Un autre moyen utilisé par le gouvernement pour préconiser une politique d'intérêt public en faveur de la santé :

- Le plan Meilleur départ est une stratégie globale de restructuration des services d'appui offerts aux enfants et aux familles de la naissance des enfants jusqu'à leur première année à l'école. Il vise à ce que les enfants de l'Ontario soient prêts et bien disposés à réussir à l'école au moment où ils commencent leur première année.



Notre plan d'action

Afin d'orienter l'élaboration des politiques d'intérêt public pour qu'elles favorisent la santé, le ministère de la Promotion de la santé :

9. Établira des partenariats dynamiques. Nous continuerons d'établir et d'orienter des politiques préconisant la saine alimentation et l'activité physique dans les milieux clés, ce qui englobe les programmes de mieux-être au travail, les initiatives visant la santé dans les écoles, les moyens de déplacement permettant d'être actifs et les ressources attribuées aux collectivités pour leur permettre d'agir. Nous comptons poursuivre sur notre lancée en établissant des partenariats avec d'autres paliers du gouvernement et avec le secteur privé, y compris le secteur de l'alimentation et de la restauration.

Les tables rondes organisées ces derniers temps constitue un exemple important des moyens que nous prenons pour inciter les collectivités à élaborer et à appuyer conjointement des politiques d'intérêt public en faveur de la santé.

10. Préconisera le savoir et l'innovation. Nous convierons les représentants des gouvernements, des collectivités, et des chefs de file internationaux et du secteur privé à une conférence où nous dresserons le profil de nos réalisations et relèverons les possibilités de collaboration pour l'amélioration de la santé en Ontario.

11. Tirera profit des résultats. Pour mieux comprendre ce dont les particuliers et les collectivités ont besoin pour être actifs et en santé, nous surveillerons nos programmes afin de mesurer et d'évaluer les incidences de notre stratégie. Nous mettrons au point des politiques et des programmes qui se fondent sur des données plausibles et fiables pour nous assurer que nos initiatives ont un effet notable et soutenu sur une vaste gamme de préoccupations relatives à l'activité physique et à la nutrition.

Amélioration des politiques d'intérêt public favorisant la santé en Ontario

- Le gouvernement fédéral fait en sorte que les Canadiennes et les Canadiens puissent juger plus facilement de la valeur nutritive des aliments. Le 12 décembre 2005, Santé Canada a adopté une nouvelle réglementation rendant obligatoire l'étiquetage nutritionnel de la plupart des aliments, a précisé les nouvelles exigences en ce qui a trait aux allégations concernant la valeur nutritive et a permis les allégations relatives à la santé pour les aliments.
- En 2004, grâce à un partenariat de collaboration avec l'Unité sanitaire du comté de Windsor-Essex, DaimlerChrysler Canada et les Travailleurs canadiens de l'automobile ont reçu le Prix d'excellence du milieu de travail sain décerné par l'Institut national de la qualité. Cette récompense leur a été accordée après que l'efficacité générale de leurs programmes visant le bien-être ait été évaluée en reprenant les critères élaborés par l'Institut conjointement avec Santé Canada et des professionnels de la santé, et qui touchaient l'environnement, la santé physique, la santé mentale, la sécurité et les considérations sociales²⁴.
- Lors de la conférence qui a eu lieu à Regina en 2005, les ministres des gouvernements territoriaux, provinciaux et fédéral responsables ont reconnu que l'infrastructure des activités sportives et récréatives constituait une priorité nationale. On établit actuellement les paramètres d'un programme national à long terme consacré à cette infrastructure en fonction des renseignements que s'échangent les territoires de compétence.



D. Mieux informer le public et l'inciter à s'engager davantage

Les faits probants

- Le fait d'intégrer l'éducation du public et le marketing à toute une gamme de programmes et de services peut aider la population ontarienne à mieux comprendre les risques et les comportements.
- Par exemple, on a démontré que les campagnes multimédias menées à l'échelle des collectivités ciblant un vaste public et qui ont été lancées dans le cadre de stratégies de programmes et de services plus étendus se sont traduites par l'accroissement de l'activité physique²⁵.
- Dans une société démocratique moderne, il est important que les personnes, les collectivités et les organismes soient mis à contribution en ce qui concerne l'élaboration de politiques et de programmes. La participation de la population préconise la transparence et l'obligation de rendre compte et améliore la qualité des prises de décision étant donné que les sources de renseignements et les solutions éventuelles sont alors plus nombreuses²⁶.

Mise à profit des ressources existantes

Le succès que nous avons eu avec la stratégie Ontario sans fumée nous a permis de réaliser l'importance de l'engagement et de sensibiliser le public aux risques pour la santé. Par exemple, le site Web primé stupid.ca informe les jeunes des effets nocifs de la cigarette.

Le ministère de la Promotion de la santé finance actuellement un certain nombre d'initiatives clés de sensibilisation du public afin de permettre aux collectivités et aux particuliers d'être mieux informés au sujet des bienfaits de la saine alimentation et de l'activité physique. En voici des exemples :

- Le ministère appuie *SantéOntario.com*, un site Web qui fournit rapidement et facilement à la population ontarienne des informations, des recommandations et des conseils pratiques pour mener une vie plus saine. Plus de deux millions d'Ontariennes et d'Ontariens se rendent annuellement sur le site où ils peuvent consulter des milliers de pages comportant des articles, des outils d'évaluation, des informations médicales et des renseignements sur les services de soins de santé et offrant des liens avec d'autres sites traitant de la santé et du bien-être.
- Par l'intermédiaire du site Web *VIE ACTIVE 2010*, le ministère renseigne les enfants et les adultes sur les bienfaits de l'activité physique et leur fournit des outils et des ressources encourageant la participation.
- Le ministère analyse les résultats d'autres campagnes multimédias, tant les anciennes que les nouvelles, afin de relever les manières efficaces dont on a fait la promotion de l'activité physique et de la saine alimentation au moyen d'initiatives d'information et de sensibilisation du public. De nombreux adultes en Ontario se souviendront de ParticipACTION, cette campagne au cours de laquelle de nombreux conseils et outils utiles ont été transmis pour inciter les gens à mener une vie saine et active.



Notre plan d'action

Pour communiquer des messages convaincants et constants au sujet des bienfaits de la saine alimentation, de l'activité physique et de la pratique du sport – et pour réduire autant que possible les chevauchements – en collaboration avec ses partenaires, le ministère de la Promotion de la santé :

12. Renseignera les parents, les fournisseurs de soins et les professionnels de la santé. Nous mettrons au point des ressources pour venir en aide aux familles, aux responsables des enfants et aux spécialistes de l'apprentissage durant les premières années d'études, ainsi qu'aux spécialistes dans les services de garde et dans les écoles, afin de favoriser la saine alimentation et l'activité physique chez les jeunes dès la petite enfance. Nous adapterons et traduirons ces ressources de façon à ce qu'elles soient accessibles aux diverses communautés de l'Ontario. Ces ressources seront aussi liées aux services de consultation de diététistes qui permettront aux parents et aux spécialistes de se renseigner facilement sur les questions de nutrition.

13. Appuiera les campagnes d'éducation du public et de marketing. Au moyen d'une campagne d'éducation du public et de marketing, nous ferons la promotion d'une culture axée sur la santé et le bien-être en Ontario en sensibilisant les gens aux bienfaits de l'activité physique, de la pratique du sport, d'une bonne nutrition et d'un bilan énergétique équilibré.

14. Harmonisera les initiatives de sensibilisation du public. Pour encourager les changements d'attitude et de comportement, nous nous joindrons à nos partenaires des collectivités, dont les bureaux de santé locaux, les organisations non gouvernementales et le secteur privé afin d'améliorer et de coordonner les messages préconisant la saine alimentation et l'activité physique. Nous ferons en sorte que les communications tiennent compte des programmes et des services qui permettront aux particuliers et aux collectivités d'adopter de saines habitudes.

Un autre moyen utilisé par le gouvernement pour sensibiliser le public à une saine alimentation et à une vie active

- Le Programme Ontario, terre nourricière du ministère de l'Agriculture, de l'Alimentation et des Affaires rurales fait la promotion de la fraîcheur, de la délicieuse saveur et de la bonne qualité d'une variété exceptionnelle de fruits et légumes produits en Ontario.



Appel à l'action

Les partenariats facilitent la promotion de la santé et l'engagement dans les collectivités

- Le ministère de la Promotion de la santé appuie le Centre de ressources sur la nutrition de l'Association pour la santé publique de l'Ontario, qui comprend le programme des conseillers communautaires en alimentation. Ce programme assure la formation des bénévoles qui enseignent les principes de la saine alimentation dans 18 collectivités de l'Ontario. Plus de 300 bénévoles prodiguent des conseils sur les façons de choisir des aliments sains et nutritifs et sur la préparation et la conservation des aliments au moyen de présentations, d'expositions, de leçons de cuisine et d'autres activités.
- Avec le soutien du Fonds Collectivités actives, l'Association Peng You Taiji Quan et ses partenaires de la collectivité de Thunder Bay organiseront un congrès international de 4 jours en juillet 2006. Les ateliers et les démonstrations, auxquels participeront les six grands maîtres de tai chi à l'échelle mondiale, comptent attirer plus de 1 500 participants. Ce projet fera également la promotion de cet art martial aux collectivités autochtones éloignées grâce à des diffusions sur le Web et à une formation à distance.
- Les unités de santé publique de Toronto et de Peel ont mis sur pied une campagne, « Your Kids Are Listening », laquelle vise à faire prendre conscience aux parents du rôle qu'ils jouent dans la promotion de la saine alimentation, de l'activité physique et de l'estime de soi auprès de leurs jeunes enfants. Les annonces présentent des enfants qui répètent des paroles souvent entendues de la bouche d'adultes, et ce, dans le but d'insister sur le fait que les paroles et les actions des parents influencent les jeunes.

Le Plan d'action de l'Ontario pour la promotion de la saine alimentation et de la vie active constitue la première initiative où la province cible à la fois la nutrition et l'activité physique par le truchement d'une stratégie unique. Il s'agit d'une réponse réfléchie à l'invitation du médecin hygiéniste en chef d'élaborer un plan novateur pour traiter deux des principaux facteurs de risque propres aux maladies chroniques, à savoir une mauvaise alimentation et un mode de vie sédentaire. Le plan d'action offre une occasion unique d'examiner de façon plus exhaustive l'ensemble des facteurs nuisibles pour la santé et les rapports entre nos habitudes alimentaires et l'intensité de notre activité physique.

De plus, il appuie le fait qu'une saine alimentation et une vie active ne sont pas simplement une question de choix individuels. Ils dépendent aussi d'un ensemble de facteurs, notamment les suivants :

- Les politiques de toute une panoplie de programmes du gouvernement et des collectivités.
- Les plans d'aménagement urbain établis par les collectivités.
- Les décisions que prennent les employeurs et qui influencent la qualité du milieu de travail.

Depuis sa création il y a un an presque, le ministère de la Promotion de la santé est le chef de file en matière de changement en Ontario. Il constitue un symbole d'une détermination beaucoup plus forte à axer la culture sur la santé et le bien-être en Ontario. En exécutant notre plan d'action, nous amorçons la coordination et la consolidation des initiatives visant à encourager une saine alimentation et un mode de vie actif déjà mises en œuvre dans la province. En outre, nous lançons des initiatives nouvelles et novatrices conçues de manière à tabler sur nos points forts, à combler les lacunes existantes et à faire en sorte que les messages de promotion de la santé aient de plus importantes retombées.



Nous visons les changements les plus pressants et les plus susceptibles de se réaliser. Nous souhaitons :

- **Favoriser le sain développement des enfants et des jeunes**
- **Promouvoir la santé dans les collectivités**
- **Défendre des politiques d'intérêt public en faveur de la santé**
- **Mieux informer le public et l'inciter à s'engager davantage.**

Nous souhaitons qu'en Ontario :

- les collectivités, les écoles, les foyers et les lieux de travail à l'échelle de la province unissent leurs efforts pour éliminer les facteurs empêchant la saine alimentation et la vie active;
- toutes les Ontariennes et tous les Ontariens jouissent de meilleures possibilités de bien s'alimenter et de mener une vie active.

Le rapport du médecin hygiéniste en chef lançait un appel à tous. Le gouvernement de l'Ontario lui répond que son plan d'action n'est que le premier pas d'une action collective et audacieuse. Nous espérons qu'il servira de catalyseur de changement et qu'il incitera tous nos partenaires à unir leurs efforts vers la réalisation de notre vision de l'avenir : des Ontariennes et des Ontariens en santé, un Ontario en santé.

Dans le cadre du plan d'action, nous invitons tous nos partenaires – les autres ministères et paliers de gouvernement, les organismes communautaires, le secteur privé et les particuliers – à nous aider à marquer une différence dans la vie des Ontariennes et des Ontariens.

notes de bas de page

¹¹ World Health Organization. Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health. May, 2004. Available at: http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_english_web.pdf (May 23, 2006)

² The Secretariat for the Intersectoral Healthy Living Network, The Federal/Provincial/Territorial Healthy Living Task Group, The Federal/Provincial/Territorial Advisory Committee on Population Health and Health Security (ACPHHS). The Integrated Pan-Canadian Healthy Living Strategy. 2005. Available at: http://www.phac-aspc.gc.ca/hl-vs-strat/pdf/hls_e.pdf (May 23, 2006)

³ Shields M. Overweight Canadian children and adolescents. Nutrition Findings from the Canadian Community Health Survey, Issue Number 1, Measured Obesity, Statistics Canada, 82-620-MWE. 2005. [Chart 9] Available at: <http://www.statcan.ca/english/research/82-620-MIE/2005001/articles/child/cobesity.htm> (May 26, 2006)

⁴ The Conference Board of Canada. Strengthening Canada: The Socio-economic Benefits of Sport Participation in Canada. August, 2005. Available at: <http://www.conferenceboard.ca/documents.asp?rnext=1327> (June 9, 2006)

⁵ World Cancer Research Fund, The American Institute for Cancer Research. Food, Nutrition and the Prevention of Cancer: A Global Perspective. 1997. Available at: <http://www.wcrf.org/research/finatpoc.lasso> (June 9, 2006)

⁶ Canadian Cancer Society, Cancer Care Ontario. Cancer 2020: Targeting Cancer: An Action Plan for Cancer Prevention and Detection. Background Report. 2003. Available at: http://www.cancer.ca/ccs/internet/standard/0,3182,3543_374615_45760937_langId-en,00.html (June 9, 2006)

⁷ Hu FB, Manson JE, Stampfer MJ, Colditz G, Liu S, Solomon CG, Willett WC. Diet, lifestyle, and the risk of type II diabetes mellitus in women. *New England Journal of Medicine*, 2001, 345(11):790-797.

Stampfer MJ, Hu FB, Manson JE, Rimm EB, Willett WC. Primary prevention of coronary heart disease in women through diet and lifestyle. *New England Journal of Medicine*, 2000, 343(1):16-22.

⁸ Katzmarzyk PT, Janssen I. The Economic Costs Associated with Physical Inactivity and Obesity in Ontario. 2001. [Submitted to the Leisure Information Network. Kingston, Ontario. 2003 February 7.]

⁹ Osteoporosis Canada. About Osteoporosis. Available at: <http://www.osteoporosis.ca/english/About%20Osteoporosis/FAQs/default.asp?s=1> (June 9, 2006)

¹⁰ Heart and Stroke Foundation. 2006 Report Card on Canadians' Health: Is 60 the new 70?. February 2006. Available at: <http://ww2.heartandstroke.ca/Page.asp?PageID=33&ArticleID=4639&Src=news&From=SubCategory> (May 31, 2006)

¹¹ Shields M, Martel L. Healthy Living Among Seniors. *Health Reports*, Statistics Canada, 2006, #16 (Supplement: 7-20). Available at: <http://www.statcan.ca/english/freepub/82-003SIE/2005000/living.htm> (May 24, 2006)

¹² Health Canada. Canadian Diabetes Strategy. Aboriginal Diabetes Initiative. May 12, 2006. Accessed: http://www.hc-sc.gc.ca/fnih-spni/diseases-maladies/diabete/index_e.html (May 31, 2006)

¹³ Chief Medical Officer of Health (Ontario). 2004 Chief Medical Officer of Health Report: Healthy Weights, Healthy Lives. 2004. Available at: http://www.health.gov.on.ca/english/public/pub/ministry_reports/cmoh04_report/healthy_weights_112404.pdf (May 24, 2006)

¹⁴ Chief Medical Officer of Health (Ontario). 2004 Chief Medical Officer of Health Report: Healthy Weights, Healthy Lives. 2004. Available at: http://www.health.gov.on.ca/english/public/pub/ministry_reports/cmoh04_report/healthy_weights_112404.pdf (May 24, 2006)

- ¹⁵Chief Medical Officer of Health (Ontario). 2004 Chief Medical Officer of Health Report: Healthy Weights, Healthy Lives. 2004. Available at: http://www.health.gov.on.ca/english/public/pub/ministry_reports/cmoh04_report/healthy_weights_112404.pdf (May 24, 2006)
- ¹⁶Zaza, S, Briss, PA, Harris, KW. Centres for Disease Control, and the Prevention Task Force on Community Preventive Services. The Guide to Community Preventive Services: What Works to Promote Health? Toronto: Oxford, 2005. Available at: <http://www.thecommunityguide.org/library/book/default.htm> (June 9, 2006)
- ¹⁷Shields M. Overweight Canadian children and adolescents. Nutrition Findings from the Canadian Community Health Survey, Issue Number 1, Measured Obesity, Statistics Canada, 82-620-MWE. 2005. [Table 1] Available at: <http://www.statcan.ca/english/research/82-620-MIE/2005001/articles/child/cobesity.htm> (May 26, 2006)
- ¹⁸Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute. Increasing Physical Activity: Assessing trends from 1998-2003. 2002 Physical Activity Monitor. 2004. Available at: <http://www.cfri.ca/eng/statistics/surveys/pam2002.php> (June 9, 2006)
- ¹⁹Shields M. Overweight Canadian children and adolescents. Nutrition Findings from the Canadian Community Health Survey, Issue Number 1, Measured Obesity, Statistics Canada, 82-620-MWE. 2005. [Chart 9] Available at: <http://www.statcan.ca/english/research/82-620-MIE/2005001/articles/child/cobesity.htm> (May 25, 2006)
- ²⁰Tjepkema, M. Adult obesity in Canada: Measured height and weight. Nutrition Findings from the Canadian Community Health Survey, Issue Number 1, Measured Obesity, Statistics Canada, 82-620-MWE. 2005. [Table C] Available at: <http://www.statcan.ca/english/research/82-620-MIE/2005001/articles/adults/aobesity.htm> (May 26, 2006)
- ²¹Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute. Increasing Physical Activity: Supporting an active workforce. 2001 Physical Activity Monitor. 2002. Available at: <http://www.cfri.ca/eng/statistics/surveys/pam2001.php> (June 9, 2006)
- ²²Heart and Stroke Foundation of Canada. 2005 Report Card on Canadians' Health: Has the Suburban Dream Gone Sour? February 10, 2005. Available at: <http://www1.heartandstroke.ca/Page.asp?PageID=33&ArticleID=3800&Src=news>. (May 19, 2005)
- ²³Health Council of Canada. Health Care Renewal in Canada: Clearing the Road to Quality. Healthy Council of Canada Annual Report to Canadians 2005. 2006. Available at: http://www.healthcouncilcanada.ca/en/index.php?option=com_content&task=view&id=70&Itemid=72 (June 9, 2006)
- ²⁴National Quality Institute. Canada Awards For Excellence. Available at: <http://www.nqi.ca/caeawards/default.aspx> (June 6, 2006)
- ²⁵Zaza, S, Briss, PA, Harris, KW. Centres for Disease Control, and the Prevention Task Force on Community Preventive Services. The Guide to Community Preventive Services: What Works to Promote Health? Toronto: Oxford, 2005. [Chapter 2: Physical Activity] Available at: <http://www.thecommunityguide.org/library/book/default.htm> (June 9, 2006)
- ²⁶Organisation for Economic Co-operation and Development. Citizens as Partners: Information, Participation and Public Participation in Policy-Making. 2001. Available at: <http://www1.oecd.org/publications/e-book/4201131e.pdf> (June 9, 2006)



Ontario

www.santeontario.com