

## Communiqué de presse Pour diffusion immédiate

### Pour une population en meilleure santé Shawinigan lance sa nouvelle Politique-cadre de l'activité physique et de saines habitudes de vie

**Shawinigan, le 10 mai 2016** – C'est avec beaucoup d'enthousiasme que cinq partenaires de Shawinigan ont lancé la nouvelle Politique-cadre de l'activité physique et de saines habitudes de vie.

Dans une visée d'engagement envers la communauté, la Ville de Shawinigan, le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec (CIUSSS MCQ), la Commission scolaire de l'Énergie, le Collège Shawinigan ainsi que l'Unité régionale de loisir et de sport de la Mauricie (URLM) unissent leurs efforts afin de proposer des actions concertées à la population.



Notons également l'accompagnement de Québec en Forme dans cette démarche, qui, par son expertise et son soutien financier, permet de faire évoluer les saines habitudes de vie à Shawinigan.

Selon monsieur Michel Angers, maire de Shawinigan, « *cette politique se veut un outil rassembleur qui favorise la concertation des organismes partenaires. Nous en sommes très fiers. C'est un pas de plus pour réaffirmer à la population qu'ENSEMBLE, nous poursuivons notre travail, dans chacun de nos rôles respectifs, afin de prendre soin d'elle.* »

En continuité avec la Politique-cadre de l'activité physique, du sport et du plein-air 2010-2015, ce document met de l'avant différents concepts dont une nouveauté, les saines habitudes de vie. On y trouve également la vision commune des partenaires, les principes directeurs, les objectifs généraux ainsi que les déterminants et les clientèles cibles.

#### **Une politique, cinq axes d'intervention**

Déclinée en cinq grands axes d'intervention, les partenaires proposent une politique teintée des besoins évolutifs de la population et des nouvelles réalités.

Selon madame Lyne Girard, directrice générale adjointe aux programmes sociaux et à la réadaptation du CIUSSS MCQ, « *en pratiquant régulièrement une activité physique et en adoptant de saines habitudes de vie, on fait le plein d'énergie et les bénéfices pour notre santé physique et mentale en sont accrus. On peut donc voir cette politique-cadre comme un des moyens pour prévenir les maladies chroniques et les risques liés à la sédentarité. Nous sommes très heureux de travailler de concert avec nos partenaires à l'une de nos priorités, la santé et le mieux-être de la population.* »

Voici les thèmes abordés :

1. Partenariat, concertation et communication
2. Accessibilité à une offre diversifiée et de qualité
3. Soutien des organisations et des intervenants
4. Valorisation et promotion de l'activité physique et de saines habitudes de vie
5. Mise en œuvre et actualisation de la Politique-cadre de l'activité physique et de saines habitudes de vie

*« Un jeune actif peut obtenir des gains substantiels en ce qui concerne sa réussite éducative, sa santé, son bien-être. C'est pourquoi le développement de saines habitudes de vie figure parmi nos priorités depuis plusieurs années et est, à ce titre, bien encadré dans notre plan stratégique. La mise en place de la politique-cadre permet maintenant de consolider nos liens avec nos partenaires privilégiés, de faciliter nos échanges et de trouver des solutions pour surmonter nos contraintes organisationnelles respectives pour le plus grand bénéfice de nos élèves et de toute la population de Shawinigan »* a mentionné monsieur Jean-Yves Laforest, président de la Commission scolaire de l'Énergie.

Chaque axe met de l'avant des stratégies qui aideront la communauté à devenir proactive quant à la prise en charge de son propre bien-être. Concrètement, les actions prendront différentes formes.

*« Depuis de nombreuses années, le Collège Shawinigan, en tant qu'établissement d'enseignement supérieur, s'engage à faire de la santé et des saines habitudes de vie une priorité institutionnelle. Un mode de vie physiquement actif favorise l'acquisition de saines habitudes de vie et contribue à développer l'appartenance à son milieu. La santé et l'intégration au sein de la société sont des éléments importants du développement de la personne. De plus, les études le confirment, en s'engageant dans leur milieu éducatif, nos jeunes étudiants augmentent leurs probabilités de réussite. Leur participation dans les activités parascolaires est directement proportionnelle à leur investissement dans leurs études »* explique monsieur Jocelyn Millette, président du conseil d'administration du Collège Shawinigan.

Entre autres, on y retrouve la création de politiques alimentaires, la promotion de l'utilisation d'un mode de transport actif, la mise en place d'activités permettant aux citoyens d'être actifs selon leur profil, et plus encore.

Pour sa part, le président de l'Unité régionale de loisir et de sport de la Mauricie, monsieur Réal Julien, a invité ses partenaires à se mettre en action en se dotant d'un projet collectif. *« À l'instar de la politique-cadre 2010-2015 où les Jeux du Québec ont agi comme « locomotive », je suggère de travailler à un projet d'accessibilité à la pratique d'activités physiques en mettant sur pied une démarche semblable au projet « Hop la ville » développé à Victoriaville. »*

Il est possible de consulter le document au [www.shawinigan.ca/politiques](http://www.shawinigan.ca/politiques) ainsi que sur les sites web des partenaires.

- 30 -

#### Sources :

Louise Bellemare  
Conseillère aux communications  
Ville de Shawinigan  
Téléphone : 819 536-7200

Maude Bourgeois  
Agente d'information  
CIUSSS MCQ  
Téléphone : 819 693-3636

