

Introduction

Partout dans le monde, une épidémie d'obésité sévit. En plus des conséquences psychosociales, l'obésité entraîne un accroissement des maladies chroniques, qui nécessite un suivi médical de longue haleine. Vu le grand nombre de personnes concernées, un fardeau important s'abat sur les systèmes de santé. Dans certains pays, on crie même à la faillite des systèmes publics de santé si rien n'est fait.

On pourrait considérer qu'il s'agit d'une problématique pour certains individus, mais attention, le poids de tous augmente, ce qui fait ressortir un phénomène de population plutôt qu'un phénomène individuel. Ainsi, bien que certaines réponses doivent faire appel aux comportements et aux décisions des individus, une grande partie des réponses doit faire appel à la société, notamment dans sa capacité d'agir sur les environnements physique, socioculturel, politique et économique qui influencent ce que l'on mange, l'activité physique que l'on fait et les images auxquelles on veut ressembler. En fait, il faut rendre les choix sains plus faciles à faire et les choix moins sains plus difficiles à faire.

Depuis le début des années 2000, des acteurs Québécois ont compris et véhiculent cette idée d'action préventive et collective. Un vaste mouvement en faveur de la prévention des problèmes reliés au poids et de promotion de saines habitudes de vie pour les jeunes et plus largement pour leurs familles et l'ensemble de la société est amorcé. Avec le Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012, *Investir pour l'avenir* (PAG), et le Fonds Québec en Forme, le Québec vit un moment charnière et s'inscrit dans cette volonté d'agir collectivement en ce qui concerne la prévention de l'obésité et la promotion des saines habitudes de vie (SHV).

En effet, via le PAG, onze ministères et organismes gouvernementaux et leurs réseaux sont mobilisés pour mettre en œuvre ce plan. De plus, via Québec en Forme (QEF), plus de cent cinquante tables de concertation locales sont à l'œuvre (nommées réseaux de partenaires locaux), cherchant à identifier des actions efficaces et prometteuses, complémentaires à celles du PAG, qui permettront de créer des environnements favorables à une saine alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à la prévention des problèmes reliés au poids.

De plus, dans chaque région, des tables intersectorielles régionales sur les saines habitudes de vie (TIR-SHV) s'inscrivent en soutien aux partenaires et mettent en œuvre un plan d'action concernant la promotion, la sensibilisation et la formation relatives aux environnements favorables aux saines habitudes de vie.

Enfin, divers organismes détenant expertise et expérience mènent des projets à l'échelle nationale, régionale ou locale et soutiennent les partenaires dans leurs projets relatifs aux saines habitudes de vie. Par ailleurs, au-delà des lieux de concertation et du travail réalisé par les organismes dédiés aux saines habitudes de vie, des milliers d'acteurs de divers secteurs d'activités contribuent, par leurs décisions, à façonner l'environnement physique, socioculturel, politique et économique. Toutes ces décisions ont un impact majeur sur la qualité de l'alimentation des populations, la pratique d'activités physiques et la perception de l'image de soi.

Aux niveaux local, régional et national, on constate aujourd'hui une véritable mobilisation d'acteurs de divers secteurs. Leurs rôles diffèrent toutefois. Certains détiennent les leviers pour transformer les environnements tels que les directeurs d'écoles et intervenants scolaires, les élus municipaux et employés des villes, les acteurs du secteur agroalimentaire, les directeurs et intervenants de

CPE, les intervenants et gestionnaires du réseau de la santé, les gestionnaires et le personnel des ministères, etc. Nous les nommons **acteurs leviers**. Ces acteurs sont la cible prioritaire du présent projet de sensibilisation.

Mais agir dans le domaine des saines habitudes de vie ne leur apparaît pas naturel d'entrée de jeu. À cet effet, des intervenants des directions de santé publique, des CSSS, de Québec en Forme, du MSSS, de certains OBNL ou de certains ministères les soutiennent en matière de mobilisation, de contenu et de processus. Il s'agit des **acteurs de soutien**.

Par ailleurs, pour travailler ensemble efficacement, tous ces acteurs ont besoin de partager une vision et un langage communs, ce qui constitue une condition de base pour l'action. C'est l'objectif poursuivi par le présent projet de sensibilisation aux environnements favorables aux saines habitudes de vie.

En tant qu'acteur levier, l'influence que vous pouvez exercer individuellement et collectivement sur l'environnement physique, socioculturel, politique et économique est un atout indispensable pour rendre nos milieux de vie plus favorables à la saine alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à une saine image corporelle.

L'élaboration de portraits de situation, l'adoption, la mise en œuvre et le suivi de politiques, la création de programmes, la construction d'infrastructures, la planification et l'organisation d'événements, la formation des ressources humaines, l'achat de biens et services et bien d'autres actions représentent autant d'occasions concrètes d'intégrer des préoccupations envers les environnements favorables aux saines habitudes de vie. C'est un défi qui nous concerne tous.

Bonne session !

Le Comité québécois de formation sur les saines habitudes de vie



Par : Lyne Mongeau
Coordonnatrice du Plan d'action gouvernemental, MSSS, et responsable du Comité