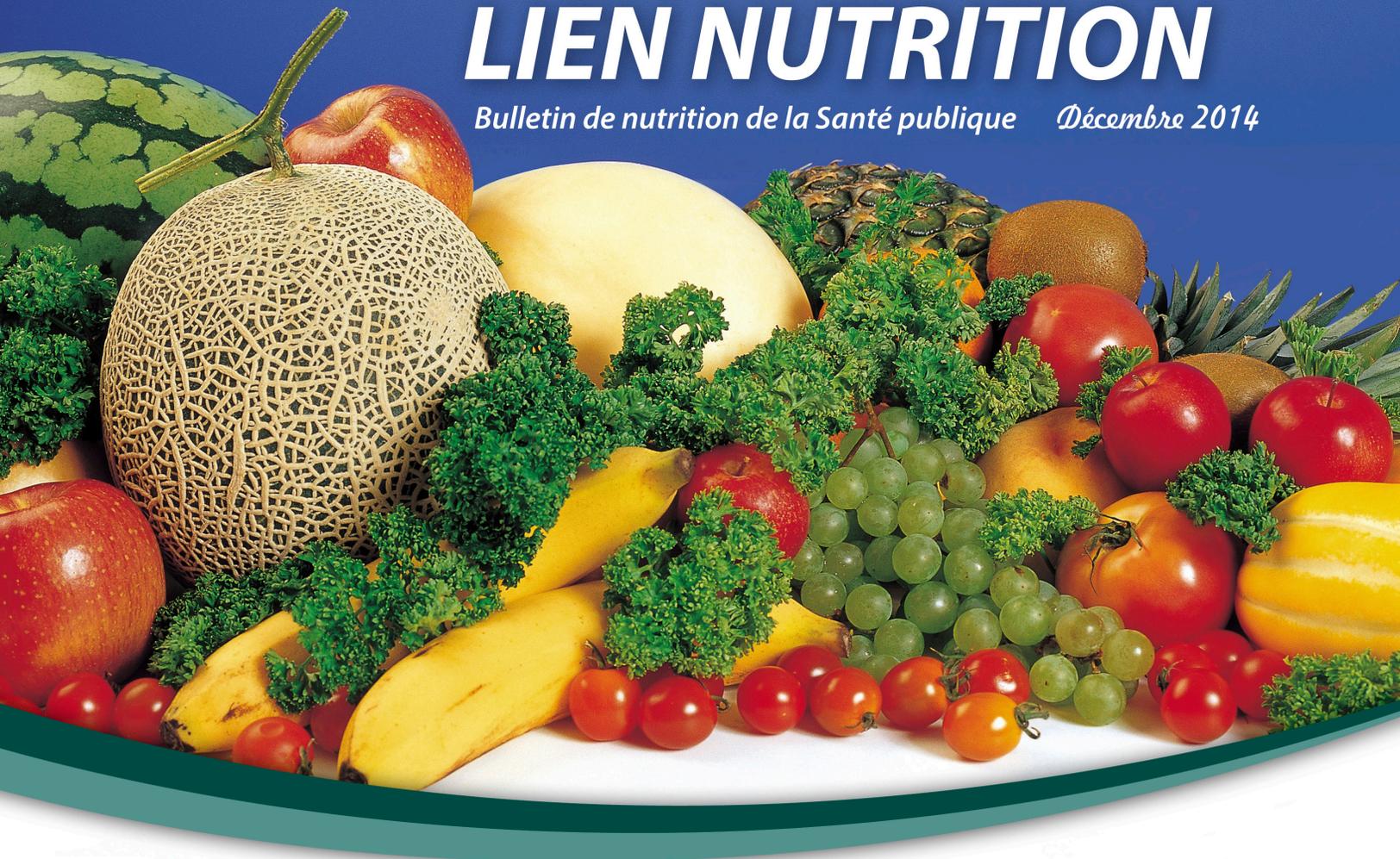


LIEN NUTRITION

Bulletin de nutrition de la Santé publique Décembre 2014



Vous avez devant vous le troisième numéro du bulletin *Lien Nutrition*. Grâce à ce bulletin, le Bureau du médecin-hygiéniste en chef (BMHC) et les réseaux de santé Vitalité et Horizon vous font part des initiatives et activités intéressantes qui sont organisées partout dans la province pour appuyer le *Cadre d'action de la Santé publique en nutrition*.

Ce nouveau numéro de *Lien Nutrition* est un peu différent des précédents. En plus de vous présenter des comptes rendus et des histoires de réussite du système de santé publique, ce numéro de *Lien Nutrition* traite en détail d'initiatives vedettes. Vous trouverez, à la suite des histoires de réussite du BMHC et des réseaux Vitalité et Horizon, des liens menant à de courtes études de cas. Les études de cas présentent notamment les buts et objectifs de l'initiative, le problème sous-jacent et les données probantes, l'utilisation des orientations stratégiques du cadre, des liens vers les retombées, les résultats clés de l'initiative et les leçons retenues.

Nous vous invitons à nous faire part de vos commentaires et de votre avis sur cette publication et sur les études de cas connexes tout au long de leur développement. Pour nous donner votre avis ou

participer à la création des bulletins, écrivez à l'adresse teri.emrich@gnb.ca.

Mise à jour du Bureau du médecin-hygiéniste en chef

Depuis cet été, le BMHC a continué à se servir des orientations stratégiques du cadre pour favoriser la santé nutritionnelle des Néo-Brunswickois. Récemment, le BMHC a saisi diverses occasions intéressantes pour prendre des mesures à l'égard des environnements sains, un secteur d'action prioritaire du cadre, grâce à des partenariats et de la collaboration d'une part, et à des politiques d'autre part.

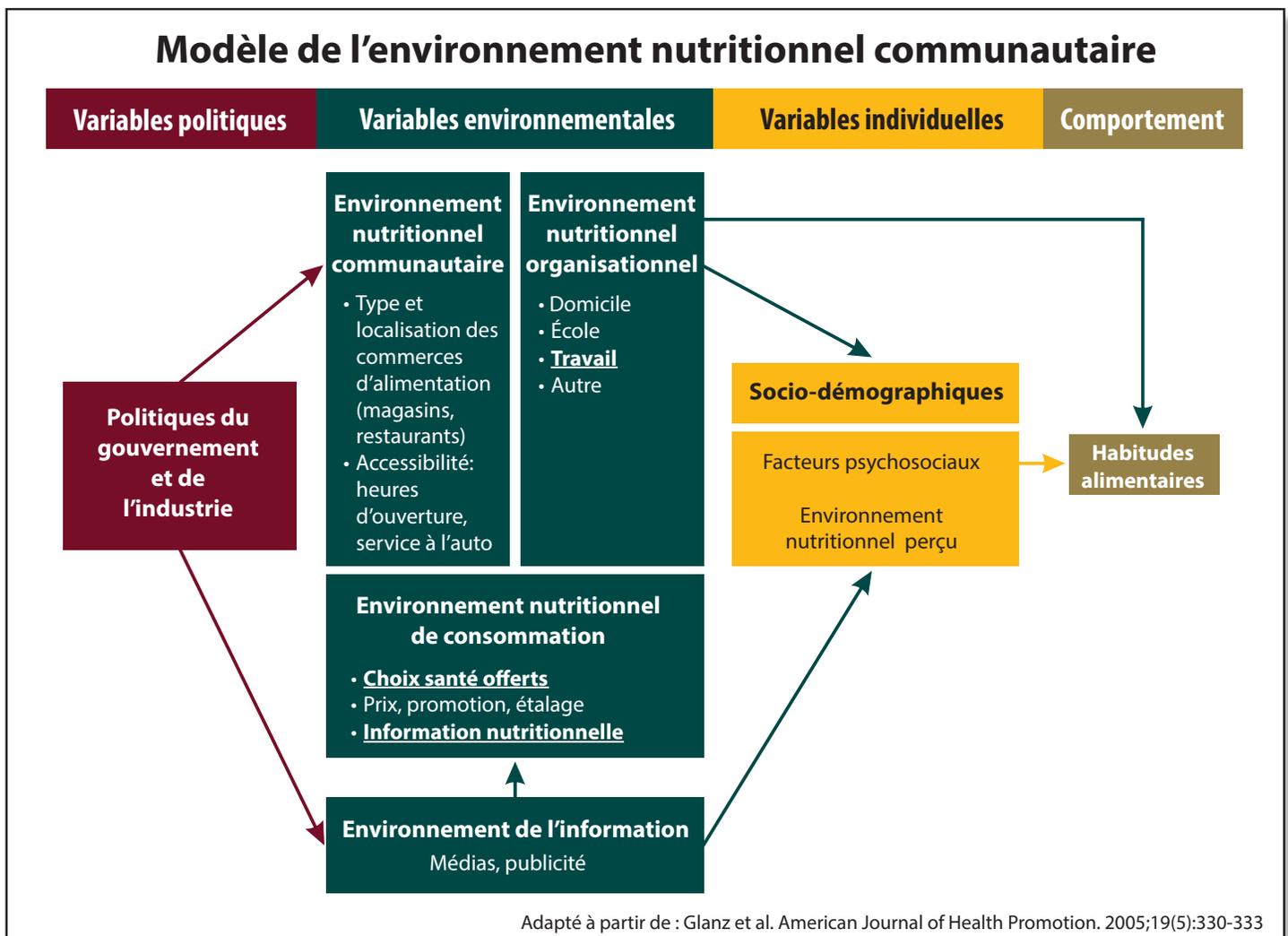
Par exemple, Santé Canada vient de proposer des modifications à la réglementation pour améliorer la façon dont l'information nutritionnelle est donnée sur les étiquettes des aliments. Le BMHC a pu faire connaître son avis à l'égard de ces modifications dans le cadre d'une [consultation de Santé Canada](#) tenue à l'été 2014 à l'échelle nationale. Le BMHC a collaboré avec des nutritionnistes de partout au pays pour rédiger une réponse conjointe avec le Conseil du Réseau pancanadien de santé publique. Cette réponse conjointe suggérait à Santé Canada de mener une consultation

après d'un éventail diversifié de Canadiens, de chercher d'autres formats pour présenter l'information nutritionnelle sur les étiquettes des aliments et d'examiner plus attentivement les portions données sur les étiquettes. Le BMHC a également collaboré avec le ministère des Communautés saines et inclusives (MCSI) pour rédiger la réponse du Nouveau-Brunswick à cette consultation. Les réponses du BMHC et du MCSI portaient particulièrement sur les préoccupations relatives aux modifications proposées, y compris la définition des sucres ajoutés et le pourcentage de la valeur quotidienne pour le total des sucres, le total des lipides et la vitamine D.

À l'été 2014, les partenaires du BMHC au MCSI et au ministère de l'Agriculture, de l'Aquaculture et des Pêches (MAAP) ont lancé la [Politique sur la promotion et l'achat d'aliments sains locaux du Nouveau-Brunswick](#) du gouvernement provincial. Cette politique vise à favoriser la promotion et l'achat de boissons et d'aliments locaux et sains lors de réunions et d'activités organisées par

le gouvernement. Un groupe de travail interministériel composé de représentants des ministères des Communautés saines et inclusives; de l'Agriculture, de l'Aquaculture et des Pêches; de la Santé; du Tourisme, du Patrimoine et de la Culture; de l'Éducation et du Développement de la petite enfance et d'Alcool NB a élaboré la politique portant sur l'engagement du gouvernement à faire la promotion d'aliments locaux sains au Nouveau-Brunswick. Le BMHC est enthousiaste à l'idée d'appuyer la mise en œuvre de la politique dans ses propres bureaux et dans ceux de ses partenaires et collaborateurs.

Le modèle d'environnement nutritionnel communautaire présenté montre les variables environnementales dont il est question dans la [Politique sur la promotion et l'achat d'aliments sains locaux du Nouveau-Brunswick et les modifications proposées à l'étiquetage nutritionnel au Canada](#).



Discussion au sujet des boissons énergisantes

La consommation de boissons énergisantes chez les enfants et les jeunes préoccupe de plus en plus le grand public, les groupes communautaires et les professionnels de la santé au Nouveau-Brunswick. Par conséquent, le ministère de la Santé a jugé nécessaire de réunir les différents acteurs du milieu pour discuter du problème. En 2013, le BMHC a dirigé une équipe de planification qui avait pour mandat de coordonner l'organisation d'une discussion.

Le résultat, la *Séance de discussion des intervenants du Nouveau-Brunswick au sujet des boissons énergisantes*, a été tenue en octobre 2013. Lors de la séance, des intervenants de partout dans la province se sont rassemblés pour se renseigner sur la consommation de boissons énergisantes et les risques qu'elles posent, discuter de leurs préoccupations et échanger des idées sur les moyens à prendre pour réduire les risques associés à la consommation de ces boissons chez les enfants et les jeunes. Cette activité d'un jour a réuni quelque 120 intervenants de divers milieux, dont des représentants de l'éducation, des communautés des Premières Nations, des régies régionales de la santé et de l'industrie, ainsi que des élèves.

Les participants à la séance de discussion ont écouté les présentations de groupes d'experts, qui leur ont donné une vue d'ensemble actuelle des règlements, des approches, de la recherche, des tendances du marché, des initiatives et des préoccupations en matière de santé relativement à la consommation de boissons énergisantes chez les enfants et les jeunes. Les intervenants ont ensuite participé à une série de discussions en petits groupes pour se pencher sur les renseignements qu'ils venaient d'apprendre et sur la façon de réduire les risques pour la santé des enfants et des jeunes qui consomment des boissons énergisantes. À la fin de la journée, les participants ont passé en revue toutes les idées proposées et déterminé lesquelles présentaient le meilleur potentiel de réduction des risques pour la santé associés à la consommation de boissons énergisantes. Les idées étaient groupées sous les thèmes principaux suivants : 1) l'éducation et la sensibilisation; 2) les lois, règlements et politiques; 3) la recherche; et 4) l'engagement des intervenants. La version intégrale du [rapport sommaire sur la Séance de discussion des intervenants du Nouveau-Brunswick au sujet des boissons énergisantes](#) se trouve sur le site Web du ministère de la Santé.

La séance de discussion a servi de point de départ vers d'autres travaux du BMHC sur la consommation de boissons énergisantes chez les enfants et les jeunes de la province. Le BMHC prépare un énoncé de position sur les

boissons énergisantes et des messages clés à l'intention des différents groupes d'intervenants, et étudie des possibilités de partenariats et de collaborations avec d'autres intervenants en matière de recherche connexe et d'élaboration de politiques visant la mise en place d'environnements sains en ce qui concerne les boissons énergisantes.

Pour en apprendre davantage sur l'initiative, consultez [l'étude de cas sur la Séance de discussion des intervenants du Nouveau-Brunswick au sujet des boissons énergisantes](#).

Mise à jour du réseau de santé Horizon

Depuis la publication du dernier numéro de *Lien Nutrition*, le Réseau de santé Horizon a continué à travailler sur les initiatives qui soutiennent les cinq domaines d'action prioritaires identifiés dans le *Cadre d'action de la Santé publique en nutrition*.

Voici un résumé des travaux actuellement en cours dans ces domaines :

- **Allaitement maternel** – Selon des statistiques issues de l'Évaluation des priorités de Santé publique (EPSP), les régions de Fredericton et de Saint John ont toutes deux atteint un taux d'adoption de l'allaitement de plus de 75 %. Cette réalisation permet aux bureaux de Santé publique de demander la désignation de services communautaires Amis des bébés (IAB). S'ils réussissent, ils deviendront les premiers sites dans la province à obtenir la désignation IAB! Dans le cadre du processus, une charte de projet a été préparée et approuvée par les directeurs de Santé publique et le vice-président, Services communautaires. La première étape officielle du processus, l'envoi de la demande du certificat de participation au Comité canadien pour l'allaitement, a été prise le 10 octobre 2014. Un plan d'action a été élaboré et l'évaluation finale en vue de l'obtention de la désignation devrait avoir lieu avant l'été 2015. Certaines communautés y participent également en s'engageant à appuyer les milieux favorables à l'allaitement maternel, notamment Quispamsis, Woodstock, Florenceville, Perth-Andover, Bristol et Bath. Il est prévu que plusieurs autres communautés appuieront la cause dans un proche avenir.
- **Sécurité alimentaire** – De nouveaux programmes de Mentors communautaires en alimentation (MCA) ont vu le jour à Hampton et au Fredericton Community Food Centre. En septembre, Saint John a organisé une réunion des MCA à l'intention des diplômés dans la région, et il se crée des

bulletins afin de faciliter la communication et le partage d'exemples de réussite. Jessica Sargent est la nouvelle présidente du Réseau de sécurité alimentaire de Miramichi.

- **Environnements sains** - Horizon a mis sur pied un groupe de travail pour promouvoir des choix d'aliments et de boissons santé dans les établissements de loisirs. Miramichi possède un Réseau de mieux-être au travail afin de promouvoir le mieux-être et les environnements sains auprès des membres. L'été dernier, des diététistes de Santé publique et de Mango à Miramichi ont travaillé avec le personnel à un camp d'été afin de créer un menu santé et de mettre sur pied des cours de cuisine à l'intention des enfants. Des diététistes de Santé publique, des employés et des partenaires ont organisé une journée de partage et de réseautage pour tous les réseaux de mieux-être de Miramichi. L'événement a eu lieu le 9 octobre.
- **Période prénatale et petite enfance** – On a créé un comité d'Horizon afin de promouvoir les nouvelles lignes directrices de Santé Canada en matière d'alimentation infantile auprès des professionnels de la santé (personnel de Santé publique, médecins, infirmières praticiennes et pharmaciens). Des diététistes de Santé publique ont aussi fait des présentations lors de deux conférences provinciales : l'une faisait la promotion de la trousse CHEFS! aux travailleurs parascolaires alors que l'autre se penchait sur le choix de menus santé auprès des responsables des services de garderie.
- Santé publique de Fredericton, division **Enfants et jeunes d'âge scolaire**, a fait équipe avec la Société médicale du Nouveau-Brunswick, le groupe Doctors 4 You et le district scolaire Anglophone-Ouest afin de réaliser l'initiative Move Your Feet auprès des élèves de deuxième année. Il s'agissait d'un concours amical entre des médecins locaux et des élèves, y compris un volet « saine alimentation ». Félicitations à tous les élèves qui ont bougé leurs pieds encore plus que les médecins!

Un bel exemple de réussite : Ateliers sur la trousse CHEFS!

À l'automne 2013, les diététistes de Santé publique de la région de Saint John ont décidé de promouvoir la trousse CHEFS! Élaborée par la Coalition pour une saine alimentation et l'activité physique en partenariat avec la province du Nouveau-Brunswick, cette ressource est conçue pour renseigner les enfants et les jeunes sur une saine alimentation et l'activité physique tout en soulignant le plaisir de cuisiner.

L'apprentissage des connaissances de base en cuisine renforce non seulement l'estime de soi et la confiance des enfants, mais aussi leur disposition à essayer de nouveaux aliments tout en leur permettant d'acquérir des compétences importantes qui leur seront utiles la vie durant. De plus, apprendre à faire la cuisine permet aux enfants de comprendre la provenance des aliments et les expose à diverses cultures. Qui plus est, l'initiative s'inscrit dans une grande stratégie pour s'attaquer au problème d'obésité juvénile.

Les diététistes de Santé publique ont développé des ateliers sur la trousse CHEFS! pour toute personne qui s'intéresse à faciliter des programmes de cuisine pour enfants. Les ateliers consistent en une introduction, une exploration de la trousse, des jeux pour « briser la glace » et des conseils pour démarrer et évaluer le programme. Entre septembre 2013 et mars 2014, cinq ateliers ont eu lieu et plus de 60 personnes ont reçu une formation.

Les ateliers Chefs! ont augmenté le nombre de partenariats et renforcé les capacités des participants des ateliers et des diététistes de Santé publique de la région de Saint John, tout en améliorant la collaboration entre ces groupes. Grâce à cette initiative, des programmes de cuisine CHEFS! sont offerts un peu partout dans la région de Saint John.

Lisez [l'étude de cas sur l'atelier CHEFS!](#) pour en apprendre davantage sur l'initiative.



CHEFS!
Un bon départ pour une vie saine



Mise à jour du réseau de santé Vitalité

Les diététistes de la Santé publique continuent à travailler fort pour lancer des projets et des activités qui correspondent aux domaines prioritaires du *Cadre d'action de la Santé publique en nutrition*.

Les diététistes de la Santé publique collaborent avec des partenaires à divers projets liés aux enfants d'âge scolaire. Elles se penchent présentement sur les services de cafétéria et les menus au sein du District scolaire francophone Nord-Est. Les écoles recevront un rapport individuel ainsi que la visite d'une diététiste de la Santé publique pour améliorer leurs services et leurs menus conformément à la politique 711.

Pour ce qui est du Anglophone East School District et du District scolaire francophone Sud, les diététistes de la Santé publique ont travaillé en collaboration avec des infirmières du programme Apprenants en santé à l'école à l'élaboration d'un profil de santé des jeunes pour chaque communauté scolaire. Les profils ont été créés à partir de l'outil Coup d'oeil sur ma communauté, préparé par le Conseil de la santé du Nouveau-Brunswick. Les profils serviront d'outil pour appuyer la mise en place d'initiatives en santé qui sont nécessaires dans chaque communauté scolaire.

Comme autre projet intéressant au sein du réseau, il y a le projet « Une boîte à dîner et une collation écolos et santé... c'est gagnant! ». Dans le nord-ouest de la province, on met présentement en place ce projet dans les écoles pour la troisième année. Bathurst a aussi commencé à collaborer avec des partenaires clés afin de diriger ce projet dans leur région.

Les diététistes continuent d'être proactives dans la promotion et l'enseignement en matière d'allaitement maternel. À l'occasion de la Semaine mondiale de l'allaitement maternel, plusieurs régions ont pris part au Grand défi allaitement. Les diététistes de la Santé publique continuent aussi de participer à des initiatives régionales et provinciales de sensibilisation, de promotion et d'enseignement en ce qui concerne l'allaitement maternel.

De plus, le réseau de santé Vitalité a établi des partenariats avec des municipalités pour élaborer des stratégies visant à créer des environnements favorables à l'adoption d'habitudes alimentaires saines.

L'initiative ci-dessous montre comment l'approche axée sur la santé de la population est utilisée pour guider le réseau de santé Vitalité dans ses efforts. Cette réussite particulière vient de la Zone 1.

La collaboration entre le Réseau des cafétérias communautaires et les diététistes de la Santé publique : Une recette gagnante!

Le Réseau des cafétérias communautaires Inc. est une entreprise sociale qui exploite 25 cafétérias du District scolaire francophone Sud. L'initiative, qui a commencé en septembre 2011 à l'École Blanche-Bourgeois à Cocagne, s'est rapidement répandue à plusieurs autres écoles de la région. Le concept du Réseau des cafétérias communautaires repose sur quatre piliers : l'entrepreneuriat, l'éducation, la santé et le développement durable. L'entrepreneuriat social est au cœur de cet organisme à but non lucratif qui vise à donner un service de qualité aux écoles.

Le réseau s'est donné comme mandat d'offrir des repas nutritifs et équilibrés, de maximiser l'incorporation de produits locaux dans ses menus, de développer une culture entrepreneuriale auprès des jeunes et de contribuer au développement économique des communautés. La création d'un partenariat avec les agriculteurs de la région ajoute une portée particulière à ce projet innovateur. La coopérative agricole La Récolte de chez-nous est responsable de l'approvisionnement en fruits, en légumes et en viande produits localement. Un réseau de distribution a été mis en place afin d'assurer la livraison de ces produits locaux sur tout le territoire. Des agriculteurs de la région collaborent également à la création d'outils éducatifs pour les jeunes afin de leur faire vivre des expériences enrichissantes reliées au monde agroalimentaire.

Dès sa création, le Réseau des cafétérias communautaires a fait appel aux diététistes de la Santé publique afin d'assurer un partenariat clé dans cette belle aventure. La conception des menus a été faite en collaboration avec l'équipe du réseau. Afin de faciliter le système de livraison et d'approvisionnement, un menu standard est proposé aux écoles primaires et secondaires. Les diététistes sont les personnes-ressources pour appuyer la mise en œuvre de la politique alimentaire 711 au sein des menus. Dans le but de continuellement améliorer l'offre alimentaire pour les jeunes, le réseau et les diététistes de la Santé publique travaillent présentement à la mise en place d'une structure de desserts qui offrira davantage de fruits sous différentes formes.

Dans le cadre du volet éducation, les diététistes ont offert des ateliers de formation sur la saine alimentation aux employés des services alimentaires et elles seront des collaboratrices dans l'élaboration d'un bulletin de nouvelles destiné à ce groupe. Afin d'améliorer les services offerts aux écoles secondaires du réseau, un sondage d'appréciation de l'offre alimentaire a été

administré auprès des jeunes. Grâce à une collaboration entre les diététistes et les infirmières du programme Apprenants en santé à l'école et le Réseau des cafétérias communautaires, ce sondage a permis d'obtenir le point de vue et les suggestions d'un grand nombre de jeunes. À la suite du sondage, des concours de recettes ont été lancés dans deux écoles et ils ont donné lieu à la création de laits frappés qui seront ajoutés aux menus avec le logo « Création étudiante ».

Les diététistes de la Santé publique entendent poursuivre leur collaboration avec le Réseau des cafétérias communautaires et elles perçoivent de nombreuses possibilités d'intégrer une approche globale de la santé dans ce projet novateur.

Pour obtenir plus de renseignements, veuillez communiquer avec Johanne Thériault, diététiste de la Santé publique à Moncton, ou visiter le http://www.apprendreetentreprendre.ca/projet_cafeteria_entrepreneuriale.php (disponible en français seulement, version anglaise à venir).

Lisez l'étude de cas sur La collaboration entre le Réseau des cafétérias communautaires et les diététistes de la Santé publique pour en apprendre davantage sur l'initiative.



Partenaire sélectionnée :

Le Réseau d'action sur la sécurité alimentaire du Nouveau-Brunswick : une ressource essentielle

Le Réseau d'action sur la sécurité alimentaire du Nouveau-Brunswick souhaite la bienvenue à son nouveau gestionnaire de réseau par intérim. Rick Hutchins, qui se joint à notre équipe pendant le congé de maternité de Roxana Atkinson, se réjouit à l'idée de poursuivre durant la prochaine année l'excellent travail entrepris par le Réseau. M. Hutchins a une très grande expérience du développement communautaire et des politiques sociales. Il enseigne aussi au Renaissance College de l'Université du Nouveau-Brunswick.

Notre objectif, au Réseau d'action sur la sécurité alimentaire du Nouveau-Brunswick, est de faciliter le réseautage entre les organismes et les personnes du Nouveau-Brunswick ayant un intérêt dans la recherche sur la sécurité alimentaire, la sensibilisation à cet égard et l'engagement communautaire envers cet enjeu. Nous entrevoyons la possibilité que tous les Néo-Brunswickois puissent avoir accès à des aliments sains, locaux et produits de manière viable.

Vous avez tout intérêt à visiter la section des ressources et des outils du site Web du réseau d'action sur la sécurité alimentaire du Nouveau-Brunswick. Vous y trouverez des liens tels que Trouver des aliments locaux, Répertoire du financement (pour trouver des ressources financières et les programmes de demande de financement), Recherche et publications, et Outils, guides et autres!

Le Réseau d'action sur la sécurité alimentaire du Nouveau-Brunswick offre un site Web très actuel, regorgeant de ressources racontant d'innombrables histoires intéressantes sur les initiatives de sécurité alimentaire entreprises au Nouveau-Brunswick, et bien plus encore... Nous vous encourageons tous à visiter notre site Web. Par ailleurs, n'hésitez pas à vous inscrire à notre bulletin pour recevoir régulièrement des nouvelles et être informés des activités se déroulant au Nouveau-Brunswick et au pays <http://www.securitealimentairenb.ca/> et, si vous avez des questions, nous vous invitons à communiquer avec notre gestionnaire du Réseau à l'adresse rick@nbsan-rasanb.ca.



Faciliter l'accès de tous les gens du Nouveau-Brunswick à des aliments sains, locaux et produits de manière durable

Mise à jour du groupe de travail sur l'évaluation

Au cours des derniers mois, les quatre sous-groupes de travail du Groupe de travail d'évaluation du Cadre d'action de la Santé publique en nutrition ont travaillé à l'élaboration d'un plan d'évaluation. Dans une proposition récemment approuvée, le sous-groupe chargé de déterminer les indicateurs pour les secteurs d'action prioritaires du cadre a recensé sept indicateurs de nutrition et recommandé une surveillance périodique de ces indicateurs. Ces indicateurs sont les suivants : 1) l'insécurité alimentaire des ménages; 2) le poids santé; 3) la consommation de fruits et de légumes; 4) le faible poids à la naissance à terme; 5) l'amorce de l'allaitement; 6) la durée de l'allaitement exclusif; et 7) la durée de l'allaitement. Par ailleurs, le sous-groupe chargé de déterminer les indicateurs relatifs aux orientations stratégiques du cadre travaille à la collecte d'indicateurs potentiels pour chacune de ces orientations. Il travaille également à déterminer des moyens pour recueillir des données sur ces indicateurs.

Le sous-groupe de travail sur le réseau d'apprentissage a élaboré les trois études de cas présentées dans ce numéro du bulletin de *Lien Nutrition*. Le sous-groupe a créé le modèle utilisé pour la collecte d'études de cas, qui met l'accent sur le partage des connaissances relatives aux activités découlant du Cadre. Le sous-groupe lance maintenant un appel aux intervenants et collaborateurs qui désirent présenter d'autres études de cas portant sur le Cadre (voir l'appel dans la section qui suit). Plus qu'un outil de gestion et de communication du savoir, ces études de cas devraient également être une importante source de données qualitatives pour l'évaluation.

Pour ce qui est du groupe de coordination du plan d'évaluation, il met la touche finale à l'objectif de l'évaluation et aux principales questions de l'évaluation en vue de les soumettre à l'approbation de l'équipe de gestion. Une fois la rédaction des questions d'évaluation terminée, le groupe de coordination collaborera avec les trois autres sous-groupes de travail pour mettre au point un cadre d'évaluation qui associe les questions d'évaluation à des indicateurs précis, puis les indicateurs aux méthodes de collecte de données.

Appel de soumission d'études de cas relatives au Cadre d'action de la Santé publique en nutrition

Contexte

Le Cadre d'action de la Santé publique en nutrition 2012-2016 procure au système de santé publique une approche coordonnée pour encadrer les initiatives pour améliorer la santé nutritionnelle des Néo-Brunswickois. Le cadre d'action décrit les orientations stratégiques et les domaines d'action prioritaires, et s'appuie sur une approche axée sur la santé de la population. Le cadre d'action offre de la souplesse pour cibler les actions qui répondront le mieux aux besoins particuliers des communautés.

Dans le but d'évaluer la mise en œuvre du cadre d'action et de renforcer la capacité des intervenants en santé publique, vous êtes invités à partager les projets/initiatives entrepris dans votre région. Que ce soit des projets qui ont eu du succès ou connu des difficultés, nous vous invitons à partager vos expériences et les leçons que vous en avez tirées. Les projets soumis peuvent être à différents stades de développement et seront présentés sous forme « d'étude de cas ».

Qu'est-ce qu'un « étude de cas »?

On entend par « étude de cas », tout projet/initiative mis en place dans votre région qui cadre avec une approche axée sur la santé de la population tel que proposé dans le cadre. Pour standardiser la description d'études de cas, nous avons développé un modèle que vous pouvez compléter. Les études de cas seront compilées pour créer un recueil disponible aux intervenants de la santé publique.

Processus de soumission

Si vous désirez présenter une étude de cas, écrivez à Teri Emrich (teri.emrich@gnb.ca) pour obtenir le modèle.

L'étude de cas doit être rédigée par une personne possédant de solides connaissances pratiques de l'initiative en question et à qui la rédaction demandera un minimum de temps et d'effort (moins d'une demi-journée). Si vous avez besoin d'aide pour rédiger l'étude de cas à l'aide du modèle, écrivez à Teri Emrich (teri.emrich@gnb.ca). Elle pourra vous mettre en liaison avec une personne de soutien.

Comment les « études de cas » seront partagées?

Les « études de cas » seront partagées avec vos collègues de Santé publique de différentes façons. D'abord, ils seront disponibles sur [le site web du ministère de la Santé](#). D'autres façons de partager ne sont pas exclues. Par exemple, un webinaire, un article, dialogue, etc. pourraient être des moyens pour partager vos expériences. Souplesse et créativité sont les mots d'ordre.