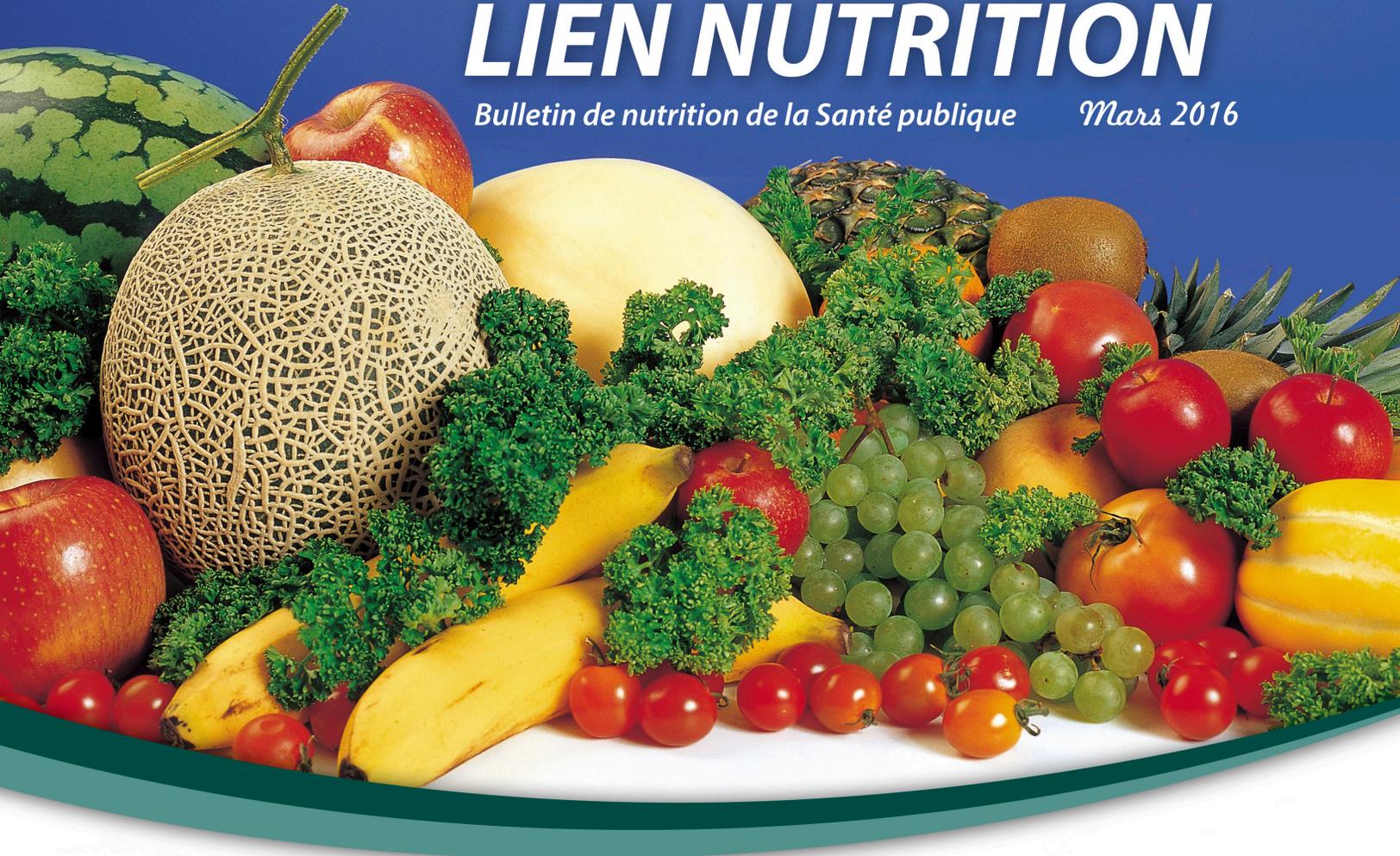


LIEN NUTRITION

Bulletin de nutrition de la Santé publique

Mars 2016



Bienvenue au 5^e numéro de *Lien Nutrition*.

Le Bureau du médecin-hygiéniste en chef (BMHC) et les réseaux Horizon et Vitalité sont heureux de vous informer des mesures que ont été prises récemment en ce qui concerne le Cadre d'action de la Santé publique en nutrition. Dans ce numéro, vous trouverez une mise à jour sur notre premier rapport d'évaluation semestriel, la campagne *Allaiter n'importe où* du réseau Horizon et la nouvelle stratégie de mieux-être de Dieppe.

N'hésitez pas à diffuser ce bulletin aux membres de vos réseaux et à vos partenaires. Comme toujours, nous vous encourageons à nous faire parvenir vos commentaires sur *Lien Nutrition*. Pour nous faire part de vos suggestions ou pour participer à l'élaboration du bulletin, envoyez un courriel à l'adresse laura.brennan@gnb.ca.

Sondage sur *Lien Nutrition*

Que pensez-vous de *Lien Nutrition*? De quels sujets aimeriez-vous que nous traitions davantage?

Nous vous invitons à prendre cinq minutes pour nous faire part de vos commentaires sur *Lien Nutrition*. Le bulletin *Lien Nutrition* est un outil de communication que nous avons élaboré pour communiquer les mises à jour au personnel de la Santé publique et à nos partenaires et pour mettre en évidence les initiatives se rattachant au Cadre d'action. Nous avons besoin de vos idées et de votre contribution pour guider la future orientation de notre publication au fil de son évolution. Cliquez sur le [lien](#) pour participer à un court sondage. Le lien au sondage est aussi disponible sur le [site SharePoint du Cadre d'action en nutrition](#).



Mise à jour du BMHC

Au cours du deuxième semestre de 2015, le BMHC a consacré beaucoup d'efforts à deux orientations stratégiques du Cadre d'action :

- la gestion et la communication du savoir; et
- la surveillance, le suivi et l'évaluation.

Le plan de suivi, le plan d'évaluation et la proposition concernant les indicateurs de nutrition ont tous été approuvés en juin et en juillet (et sont disponibles sur le site SharePoint du Cadre d'action).

- Copies are available on the PHNFA SharePoint site: https://sslvpn2.gnb.ca/dana-na/auth/url_7/welcome.cgi

Le travail est en cours depuis pour mettre en œuvre chacun de ces plans.

En conformité avec une approche d'évaluation évolutive, le BMHC explore les mécanismes de gestion et de communication du savoir qui appuient les activités de surveillance, d'évaluation et de suivi. Par exemple, le Comité directeur de l'évaluation, qui surveille la mise en œuvre du plan d'évaluation du Cadre d'action, affiche l'ordre du jour et le procès-verbal de toutes les réunions ainsi que les messages clés issus de celles-ci sur le site SharePoint du Cadre d'action. Les messages clés issus de chaque réunion sont aussi affichés dans la section des annonces du site SharePoint et sont envoyés par courriel à tous les membres du Comité directeur. De plus, tous les rapports de surveillance sont affichés sur le site SharePoint du Cadre d'action avec les résumés infographiques semestriels pour le système de santé publique, le BMHC et les réseaux Horizon et Vitalité.

Les activités de suivi et d'évaluation fournissent une nouvelle source d'information pour le système de santé publique. Nous voulons nous assurer que nos processus et outils de communication actuels et futurs sont aussi efficaces et efficients que possible. Donc, deux sondages seront distribués au personnel de la Santé publique en 2016 pour l'inviter à transmettre ses commentaires sur les outils de communication clés du Cadre d'action. Dans le premier sondage, nous demandons aux lecteurs de *Lien Nutrition* de faire part de leurs commentaires. Le deuxième sondage portera sur l'efficacité du site SharePoint du Cadre d'action pour communiquer les ressources, l'information et les activités. Nous vous encourageons à participer à ces sondages et à nous transmettre vos suggestions afin d'améliorer la façon dont nous communiquons et échangeons l'information.

Histoire de réussite : Rapport de surveillance semestriel

En 2015, le BMHC a élaboré un plan de surveillance du Cadre d'action afin de s'acquitter de son rôle relativement à l'évaluation des programmes et des services de la Santé publique. Le plan de surveillance vise à déterminer la portée et l'échelle des activités axées sur la mise en œuvre du Cadre d'action au niveau des zones, du réseau et de la province. Le plan de surveillance saisira notamment :

- le nombre et le type d'activités ayant trait à la santé de la population, qui sont entreprises dans chaque secteur d'action prioritaire du cadre; et
- une description de la façon dont ces activités correspondent aux orientations stratégiques du cadre.

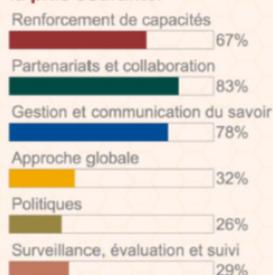
Selon le plan de surveillance, le BMHC et les réseaux Horizon et Vitalité doivent établir des rapports de surveillance semestriels et deux études de cas par année. Les données provenant des rapports d'évaluation et des études de cas permettront d'orienter les plans de travail au niveau régional et provincial et d'évaluer l'utilisation d'une approche axée sur la santé de la population dans l'ensemble du système de santé publique. Elles serviront aussi à l'évaluation du Cadre d'action et comme outil de communication et de partage du savoir.

Nous avons reçu et rassemblé la première série de rapports de surveillance semestriels provenant de chaque organisation au cours de l'automne 2015. Nous avons produit un sommaire des données pour présenter un rapport semestriel des initiatives se rattachant au Cadre d'action auxquelles a participé le personnel régional et provincial de la Santé publique entre février et juillet 2015. Nous préparerons un rapport annuel détaillé qui comprendra une analyse et une interprétation des résultats à la fin du premier cycle de surveillance (le printemps 2016). Voici un aperçu des données provenant du rapport semestriel :



Orientations stratégiques

Les partenariats et la collaboration constituaient l'orientation stratégique la plus courante.



Mise à jour du Réseau de santé Horizon

Le Réseau de santé Horizon se sert du Cadre d'action de la Santé publique en nutrition pour évaluer son niveau de participation dans diverses initiatives au sein des collectivités. Voici quelques exemples des travaux accomplis au cours des six derniers mois.

Sécurité alimentaire

La conférence bisannuelle du Réseau d'action sur la sécurité alimentaire du Nouveau-Brunswick (RASANB) a eu lieu à Miramichi en octobre. Les participants à la conférence ont pris connaissance de nombreuses actions locales et histoires de réussite inspirantes. La conférence était organisée par le Réseau de la sécurité alimentaire Northumberland. Afin de sensibiliser la population à l'égard de la conférence et de la sécurité alimentaire, le Réseau de la sécurité alimentaire Northumberland a organisé un défi de collecte de dons pour les banques alimentaires. Au total, les 23 lieux de travail qui ont participé au défi ont amassé 8 162 dons. L'équipe du personnel d'Allied Realty est celle qui a recueilli le plus de dons.

Les diététistes de Saint John ont adapté la trousse CHEFS! pour qu'elle puisse être utilisée par des aînés désirant animer des programmes dans leur résidence pour personnes âgées. Le premier programme offert



à l'aide de la version adaptée de la trousse a pris fin le 10 novembre 2015.

À Woodstock, 20 personnes ont participé à un atelier sur la mise en conserve organisé par une personne diplômée du programme de mentors communautaires en alimentation. Les participants ont suivi une formation et certains d'entre eux offriront à leur tour des ateliers dans la collectivité. Tous les participants ont reçu une trousse de mise en conserve à ramener à la maison. Le financement nécessaire à la tenue de l'atelier a été obtenu grâce à une subvention au titre du Programme d'action communautaire en alimentation de la Direction du mieux-être du ministère du Développement social.

Environnements sains

Le groupe de travail sur les environnements sains du Réseau de santé Horizon a préparé une présentation qui peut être utilisée pour sonder l'intérêt des collectivités à créer des environnements alimentaires plus sains. Les collectivités pourraient entreprendre des démarches pour tenir des réunions ou des activités plus saines, accorder une plus grande place au mieux-être en milieu de travail, favoriser les choix sains dans les installations de loisirs ou mettre en œuvre d'autres initiatives alimentaires proposées par la collectivité. Le groupe de travail a également préparé un document visant à aider les équipes sportives, les groupes de jeunes et les autorités scolaires à organiser des campagnes de financement mettant en vedette des aliments sains de production locale.

Nutrition prénatale et de la petite enfance

En collaboration avec le bureau de la Santé publique de Miramichi, l'Université de Moncton mène une recherche sur les facteurs qui influencent l'obésité infantile précoce dans le comté de Northumberland. Les résultats préliminaires ont été présentés à plus de 85 intervenants le 12 juin. Lors de la séance de planification stratégique organisée le 18 septembre, deux groupes de travail ont été créés. L'un veillera à la création d'un modèle d'intervention et l'autre se penchera sur la prévention de l'obésité.

Les diététistes de la Santé publique de la région de Fredericton ont créé une trousse à l'intention des infirmières pour les aider à communiquer des messages cohérents aux familles concernant l'introduction des aliments solides dans l'alimentation des bébés. La trousse comprend des exemples d'aliments riches en fer, des idées d'aliments à manger avec les doigts, des outils et du matériel, ainsi que des renseignements importants à l'intention des parents au sujet de la vitamine D, des allergies, des gobelets ouverts et des repas en famille.

Allaitement maternel

Le soutien en milieu communautaire à l'égard de l'allaitement maternel est à la hausse dans le Réseau de santé Horizon. Au moins quatre organismes ont participé au Défi allaitement Quintessence organisé le 3 octobre. On trouve maintenant de nombreux lieux d'accueil favorables à l'allaitement où les mères peuvent venir avec leurs bébés pour socialiser et poser des questions, notamment à Fredericton, Oromocto, Minto, Miramichi, Saint John, Sussex, St. Stephen et St. George. Dix municipalités ont entrepris des démarches pour devenir reconnues comme environnement favorable à l'allaitement maternel. Il s'agit de New Maryland, Woodstock, Florenceville-Bristol, Bath, Perth-Andover, Plaster Rock, Saint John, Quispamsis, Grand Bay-Westfield et Rothesay. Félicitations à ces municipalités qui montrent l'exemple en appuyant fièrement l'allaitement maternel au Nouveau-Brunswick!

En collaboration avec le campus de Bathurst de la faculté des sciences infirmières de l'Université du Nouveau-Brunswick, le comité pour l'allaitement maternel de Miramichi a lancé un sondage pour mieux comprendre les perceptions de l'alimentation des bébés et les façons dont les familles reçoivent et désirent recevoir des renseignements sur le sujet. Plus de 400 participants ont rempli le sondage et les étudiantes et étudiants en sciences infirmières ont communiqué les résultats aux membres du personnel du bureau de la Santé publique de Miramichi le 3 décembre dernier.

Enfants et jeunes d'âge scolaire

Le Réseau de santé Horizon a organisé une journée avec les membres du personnel affectés au programme Apprenants en santé à l'école et au Cadre d'action de la Santé publique en nutrition afin de discuter des façons dont les deux programmes pourraient davantage contribuer à l'adoption d'un mode de vie sain dans les écoles. Les participants à cette journée ont relevé trois mesures à prendre :

- collaborer et partager les ressources entre programmes et employés;
- mettre l'accent sur les questions émergentes pour faire passer le message; et
- organiser des assemblées annuelles avec les employés des deux programmes.

Le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance, qui procède actuellement à la révision du programme scolaire sur la santé pour les élèves de 3^e, 4^e et 5^e année des districts anglophones, a invité une diététiste en santé publique du Réseau de santé Horizon à faire partie de l'équipe chargée de la révision. La version provisoire du nouveau programme scolaire sera

mise à l'essai par quelques enseignants pendant l'année scolaire 2015-2016. Le document final sera envoyé à tous les enseignants au cours de l'année scolaire 2016-2017.

Histoire de réussite : Allaiter, n'importe où

Allaiter, n'importe où est le titre d'une campagne pilote présentant des images découpées grandeur nature de femmes en train d'allaiter leur bébé. Cette campagne vise à accroître la sensibilisation et à contribuer à normaliser l'allaitement maternel en public. En 2013, 79,6 % des mères du Nouveau-Brunswick avaient commencé à allaiter, mais seulement 21,5 % des bébés étaient exclusivement nourris au sein à l'âge de six mois (Statistique Canada, 2013). Les données montrent que l'un des obstacles à l'allaitement maternel est le sentiment de malaise des femmes lorsqu'elles allaitent en public. Même si les mères ont le droit d'*allaiter n'importe où*, il n'est pas rare qu'elles se fassent reprocher de le faire. Selon la Commission des droits de la personne du Nouveau-Brunswick, personne n'a le droit de demander à une mère d'interrompre l'allaitement en cours, de changer d'endroit pour allaiter ou de se couvrir.

- New Brunswick Human Rights Commission Guideline on Pregnancy Discrimination: <http://www.gnb.ca/hrc-cdp/f/g/Ligne-directrice-grossesse-Nouveau-Brunswick.pdf>

En changeant les attitudes et les perceptions au sujet de l'allaitement, nous pouvons contribuer à améliorer les taux de durée de l'allaitement et à recréer une culture où l'allaitement maternel est accepté comme la norme sociale. À l'automne 2015, les images découpées



grandeur nature ont été installées à divers endroits dans les régions de Saint John, de Sussex et de St. Stephen, ainsi que dans le comté de Northumberland.

La planification de la campagne a commencé avec le travail de collaboration entre les employés de la Santé publique des régions de Saint John et de Miramichi et le service des communications du Réseau de santé Horizon. La première étape consistait à prendre des photos de femmes et de leurs bébés et à organiser une stratégie relative aux médias. Le recrutement des mères qui ont participé à la séance photo s'est fait sur la page Facebook sur l'allaitement maternel du ministère de la Santé du Nouveau-Brunswick, dans les collectivités des Premières Nations de la région de Miramichi ainsi que par le bouche à oreille. Une quarantaine de femmes se sont portées volontaires. Au final, six images découpées ont été retenues et imprimées, et celles-ci représentaient la diversité de l'âge, de la culture et de l'ethnie des mères et de leurs bébés. La campagne a été rendue possible grâce au soutien de notre partenaire financier majeur, soit la Direction du mieux-être du ministère du Développement social et son *Mouvement du mieux-être*, ainsi que les nombreux autres partenaires communautaires des régions de Saint John et de Miramichi qui ont permis au projet de se concrétiser.

Le lancement de la campagne a eu lieu le 26 octobre 2015. Des conférences de presse ont été organisées simultanément à l'hôtel de ville de Miramichi et au bureau de la Santé publique de Saint John. La campagne a ensuite été diffusée dans les journaux locaux et provinciaux, à la radio et à la télévision. Jusqu'à présent, les images découpées grandeur nature ont été exposées dans une cinquantaine d'endroits, notamment à des concerts, des parties de hockey, des activités familiales, des épiceries locales, des restaurants, des magasins de détail et d'autres entreprises, des marchés publics, des collectivités des Premières Nations, des bibliothèques, des hôpitaux, des collèges, des universités ainsi qu'à la conférence du Réseau d'action sur la sécurité alimentaire du Nouveau-Brunswick. Les gens ont été invités à montrer leur appui envers la campagne en prenant des égoportraits à côté des images découpées grandeur nature et en les publiant sur les médias sociaux accompagnés du mot-clic #AllaitericiNB. La campagne comprenait également le tirage au sort d'un prix d'une valeur de 200 \$. Toutes les personnes qui ont publié ou partagé un égoportrait publiquement au cours des



deux semaines visées ont été inscrites au tirage.

Par ailleurs, des séances de photographie ont été organisées avec divers partenaires et dirigeants communautaires, dont des hommes et des femmes politiques, des professionnels de la santé et des membres des services de police. Ces photos ont fait l'objet de nombreux partages sur les médias sociaux et ont été publiées sur la page Facebook sur l'allaitement maternel du ministère de la Santé du Nouveau-Brunswick. Les gens ont pris des centaines d'égoportraits et de photos dans le cadre de la campagne et les responsables s'affairent à calculer la portée totale de la campagne dans les médias sociaux. L'évaluation de ce projet pilote doit comprendre des suggestions de méthodes visant à améliorer la portée et l'efficacité de la campagne de même que des recommandations quant aux possibilités de relance de la campagne ultérieurement.

Mise à jour du Réseau de santé Vitalité

Au cours des derniers mois, les diététistes de la Santé publique du Réseau de santé Vitalité ont travaillé à diverses initiatives qui appuient le Cadre d'action de la Santé publique en nutrition. Voici un sommaire des mesures de soutien mises en œuvre pour chacun des secteurs d'action prioritaires.

Sécurité alimentaire

Les diététistes de la Santé publique demeurent actives au sein des comités et dans le cadre des initiatives liés à la sécurité alimentaire dans leur région respective.

Consultez SharePoint pour de nouvelles études de cas sur le Cadre d'action.

https://sslvpn2.gnb.ca/dana-na/auth/url_7/welcome.cgi

Environnements sains

Les diététistes de la Santé publique de la Péninsule acadienne soutiennent de nombreuses initiatives associées au Réseau mieux-être de leur région. Des chroniques à la radio, des journées du mieux-être et un salon « Bien manger, Bien bouger » en sont quelques exemples.

Les diététistes de la Santé publique de la région d'Edmundston ont fait une demande de subvention pour la promotion des aliments sains dans les installations récréatives auprès de 6 municipalités.

Dans la région de Moncton, les diététistes travaillent à l'élaboration et à la mise en œuvre d'une stratégie sur le mieux-être pour la municipalité de Dieppe. Une diététiste de la Santé publique participe au groupe de travail sur l'élaboration d'une politique alimentaire en milieu hospitalier.

Les diététistes de Campbellton ont collaboré au développement du Défi Santé Jeunesse du YMCA.

Période prénatale et petite enfance

Dans la région de Moncton, les diététistes de la Santé publique collaborent avec les diététistes de Sobey's afin de développer des séances d'information pour les clients du programme Familles en santé, bébés en santé. Ces séances auront comme objectif d'accroître les compétences culinaires avec des démonstrations de recettes simples et économiques.

Allaitement maternel

Dans la région d'Edmundston, 13 municipalités de la région ont été approchées afin de mettre en œuvre une politique municipale en matière d'allaitement maternel. Plusieurs municipalités ont déjà adopté la politique. Cette même démarche est aussi entamée dans d'autres zones du Réseau de santé Vitalité et s'avère très prometteuse.

Dans la région de Kent, un programme d'auto-assistance pour former des mairaines d'allaitement va débiter prochainement. Ce programme découle d'une collaboration entre le programme Bébé et moi en santé et la Santé publique.

Enfants et jeunes d'âge scolaire

Nombreuses sont les initiatives qui découlent de cette priorité. Les diététistes de la Santé publique des régions de Bathurst et de Campbellton travaillent présentement avec des écoles des districts scolaires francophones et anglophones de leur région à une campagne de sensibilisation des effets néfastes des boissons sucrées sur la santé.

Dans l'optique de promouvoir des habitudes de vie saine en milieu scolaire, des capsules santé sur une saine alimentation et l'activité physique sont également diffusées dans les écoles du District scolaire francophone Nord-Est et du Anglophone North School District dans la Péninsule acadienne, la région de Bathurst et la région de Campbellton.

Le projet « Boîte à dîner écolo et santé » continue à avancer dans les régions de Bathurst et d'Edmundston. De nouvelles écoles se greffent à ce projet et le recrutement se poursuit.

La population des jeunes en milieu communautaire a été ciblée par les diététistes de la région d'Edmundston. Un atelier de type mentorat a été offert aux moniteurs scouts de la région et des séances ont été offertes aux jeunes et aux parents.

Dans la région de Moncton, les diététistes ont travaillé avec le district scolaire Anglophone East afin de développer un outil d'évaluation des choix offerts par les restaurants aux écoles qui ne possèdent pas de cafétéria. Elles poursuivent également leur collaboration avec le Réseau des cafétérias communautaires inc. dans le District scolaire francophone Sud.

Le soutien de la politique alimentaire et de l'amélioration de l'environnement alimentaire scolaire se concrétise sous différentes formes et demeure une priorité pour toutes les zones.

Histoire de réussite : Stratégie du mieux-être de la ville de Dieppe

La ville de Dieppe s'est donné comme objectif de devenir une communauté modèle par rapport à la santé et au mieux-être. Les démarches ont débuté à l'hiver 2014 par la formation d'un groupe de travail composé de différents intervenants de la ville de Dieppe. L'agente communautaire (secteur loisirs) est la responsable de ce dossier au sein du personnel de la ville. Le médecin-hygiéniste régional ainsi qu'une infirmière et une diététiste de la Santé publique ont été invités à se joindre au groupe et à participer aux discussions et au développement de la stratégie.

Plusieurs réunions et séances de travail ont eu lieu afin de développer la stratégie. Des données démographiques et d'autres statistiques sur la santé ont été puisées dans Coup d'œil sur ma communauté 2014, rapport des profils communautaires du Nouveau-Brunswick (CSNB, 2014). Ces données ont servi de base lors des discussions et du développement de la stratégie. Une des étapes a été une consultation auprès de la population. Cette consultation, qui s'est déroulée sous forme de groupe de discussion, a été menée par un consultant auprès de représentants d'organismes, de services et d'entreprises qui jouent un



rôle en ce qui concerne le mieux-être dans la ville de Dieppe.

La saine alimentation et la vie active pour les résidents de la ville sont à l'avant-plan dans la stratégie. Pour le volet de la saine alimentation, certaines actions concrètes ont eu lieu en parallèle avec le développement de la stratégie. En voici deux exemples :

- Afin d'améliorer l'offre alimentaire dans les camps de jour et les camps d'été, un guide d'achat des collations a été créé. Ce guide est maintenant utilisé par les employés de la ville qui font des achats pour les camps et d'autres activités. Le guide a été évalué par l'entremise des utilisateurs et a ensuite été révisé afin de mieux répondre à leurs besoins.
- Afin d'améliorer l'offre alimentaire lors des réunions tenues par la municipalité, un guide pour l'achat de repas santé a été élaboré. Un groupe de travail, incluant des employés de la ville et la diététiste de la Santé publique, a élaboré ce guide, qui contient des lignes directrices et des suggestions de choix alimentaires (repas et collations) sains.

La « Stratégie du mieux-être 2016-2018 » a été officiellement adoptée par le conseil municipal de la ville de Dieppe lors de la réunion du 28 septembre 2015. La vision et les orientations de la stratégie sont les suivantes.

Vision

Les résidents de la municipalité de Dieppe endossent et pratiquent de saines habitudes de vie, ce qui contribue au développement et au maintien d'une communauté saine et vibrante. La ville de Dieppe désire créer un environnement qui favorise des choix alimentaires plus sains et une vie plus active chez ses résidents.

Orientations

- Promouvoir une alimentation saine dans les programmes/activités/réunions organisés par la ville de Dieppe
- Promouvoir une alimentation saine dans les événements publics organisés par la ville de Dieppe
- Favoriser l'accessibilité à des aliments à valeur nutritive élevée dans les distributeurs automatiques/cantine des installations municipales
- Promouvoir l'activité physique lors de certains programmes/événements municipaux
- Aménager le territoire pour faciliter la promotion de l'activité physique
- Promouvoir une alimentation saine et une vie active auprès des employés de la municipalité

Le document complet est en ligne :

- Ville de Dieppe - Strategie du mieux-etre 2016-2018 : <http://www.dieppe.ca/fr/hoteldeville/resources/Stratgiedumieux-treFRANCAIS.pdf>

Afin de poursuivre l'engagement de la ville de Dieppe à l'égard de la santé et du mieux-être, le groupe de travail chargé de ce dossier poursuit ses démarches. Les prochaines étapes consisteront à prioriser les orientations et les initiatives à mettre en œuvre.

Partenaire sélectionné

Fondation des maladies du cœur du
Nouveau-Brunswick



Le programme **Sois futé, bois santé!**^{MC} au Nouveau-Brunswick

Les élèves de 4^e année de l'école Saint John the Baptist-King Edward School de Saint John, au Nouveau-Brunswick, y pensent maintenant à deux fois avant d'étancher leur soif avec des boissons riches en sucre comme les boissons gazeuses, les barbotines et les boissons pour sportifs.



Offert par la Fondation des maladies du cœur du Nouveau-Brunswick, le programme scolaire éducatif **Sois futé, bois santé!**^{MC} (*Sip Smart!*TM) montre aux élèves, aux enseignants et aux parents quelle quantité de sucre se trouve dans ces boissons populaires – et il y en a beaucoup! Le programme leur a appris qu'une simple canette de boisson gazeuse peut contenir jusqu'à 40 grammes de sucre, soit environ 10 cuillères à thé. La consommation d'une telle quantité de sucre ajouté suffit à faire augmenter le risque de maladie chronique et d'obésité.

Le programme **Sois futé, bois santé!**^{MC} a été créé en raison des préoccupations croissantes à l'égard de l'augmentation constante des taux d'obésité infantile. Selon les résultats du Sondage sur le mieux-être des élèves du Nouveau-Brunswick mené en 2014, 36 % des enfants de la province souffrent d'embonpoint

ou d'obésité, soit un enfant sur trois. Les recherches montrent que le sucre, et plus particulièrement les boissons édulcorées au sucre comme les boissons gazeuses, sont à pointer du doigt pour ces piètres statistiques. En moyenne, 20 % des calories que consomment les Canadiens au quotidien proviennent du sucre. Cette quantité représente plus du double de l'apport maximal en sucre recommandé quotidiennement, qui se chiffre entre 5 et 10 %. Cliquez [ici](#) pour prendre connaissance de la déclaration publiée plus tôt cette année par la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC ainsi que des faits sur le sucre et la façon dont il affecte notre santé.

En 2015, la Fondation nationale des maladies du cœur a publié un document de position au sujet de la consommation de sucre et comment elle affecte notre santé:

- Déclaration de la Fondation sur *Le sucre, les maladies du cœur et l'AVC* : http://www.fmcoeur.com/site/c.ntJX8MMlqE/b.9201537/k.9E02/Le_sucre_les_maladies_du_c339ur_et_les_accidents_vasculaires_c233r233braux.htm

Le programme **Sois futé, bois santé!**^{MC} vise à sensibiliser les élèves de 4^e, 5^e et 6^e année du primaire aux effets négatifs sur la santé de la consommation de boissons contenant du sucre ajouté et à leur fournir les connaissances et les compétences nécessaires pour faire des choix sains en matière de boissons.

Le programme véhicule neuf principaux messages :

1. Certaines boissons ne s'inscrivent dans aucun des quatre groupes alimentaires du document *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien*.
2. Le sucre constitue le principal ingrédient de la plupart des boissons populaires.
3. Savoir ce qui se trouve dans les boissons nous aide à faire des choix sains.
4. Le nombre et la taille des portions que nous buvons affectent également la quantité de sucre que nous consommons.
5. Consommer des boissons contenant du sucre ajouté peut annuler d'autres choix judicieux.
6. Les boissons édulcorées au sucre contiennent certains autres ingrédients, comme des acides et de la caféine, qui peuvent avoir des effets nuisibles sur la santé.
7. Divers facteurs peuvent influencer les choix de boissons, y compris la famille, les amis et les médias.

8. C'est à nous qu'appartient la décision de choisir des boissons saines.
9. Buvez de l'eau – c'est le choix par excellence!

Depuis 2012, la Fondation des maladies du cœur du Nouveau-Brunswick a fait parvenir plus de 300 trousseaux de ressources *Sois futé, bois santé!*^{MC} à une centaine d'écoles primaires et à 80 partenaires de la collectivité œuvrant auprès des écoles de la province. Le programme est offert en français et en anglais et peut être consulté en ligne.

- Fondation des maladies du cœur et de l'AVC, **Sois futé, bois santé!**
<http://www.soisfute.ca/en>

Pour en apprendre davantage au sujet du programme *Sois futé, bois santé!*^{MC}, veuillez envoyer un courriel à Christine Roherty, à l'adresse croherty@hsf.nb.ca, ou téléphonez-nous au 1-800-663-3600.

Mise à jour du Comité directeur de l'évaluation

Formé en septembre 2015, le Comité directeur de l'évaluation comprend un gestionnaire ou directeur et au moins un employé des réseaux Horizon et Vitalité, respectivement, ainsi que du BMHC. Le comité a pour mandat de mettre en œuvre le plan d'évaluation du Cadre d'action. Parmi les mesures prioritaires pour 2015-2016, mentionnons :

- l'élaboration, la mise en œuvre et l'analyse d'un sondage de référence sur la promotion de la santé de la population;
- l'organisation d'un atelier de formation sur l'examen de la documentation; et
- l'examen de la documentation du Cadre d'action. Le Comité directeur de l'évaluation s'est associé

aux chercheurs à l'Université Dalhousie qui l'aidera à concevoir le sondage de référence et à offrir la formation sur l'examen de la documentation.

Le plan d'évaluation a été conçu de manière à ce que le personnel de la Santé publique puisse l'utiliser en ayant recours le moins possible à des conseillers externes en évaluation. Lorsqu'il faudra se tourner vers l'extérieur, les spécialistes montreront au personnel de la Santé publique comment réaliser l'activité d'évaluation en particulier. Par exemple, le Comité directeur de l'évaluation coordonne un atelier sur l'examen de la documentation avec des chercheurs de l'Université Dalhousie pour montrer à jusqu'à une vingtaine de membres du personnel, de gestionnaires et de directeurs de la Santé publique comment réaliser des examens de la documentation. Il s'agit d'une compétence transférable qui pourrait se révéler utile dans les autres secteurs de programme de la Santé publique.

Pour en savoir plus sur le comité, consultez le dossier du Groupe de travail – Comité directeur de l'évaluation ou communiquez avec le représentant de votre organisation au comité.



Mois de la nutrition 2016

Relevez le défi des 100 repas

Une saine alimentation peut améliorer votre santé et vous aider à vous sentir mieux. Vous souhaitez mieux manger? Plutôt que d'essayer de tout changer d'un seul coup, relevez le défi des 100 repas. Au cours d'un mois, nous consommons environ 100 repas; concentrez-vous donc sur un petit changement durable... un repas à la fois, puis maintenez vos nouvelles habitudes.