



Plan d'action municipal triennal Comité municipal « Ma santé en valeur » de Mille-Isles 2011-2013



Objectifs	Doter la municipalité de Mille-Isles de mesures permettant de diminuer l'exposition des citoyens à la fumée secondaire et de motiver les fumeurs à abandonner le tabagisme.	Résultats du portrait municipal	La loi sur le tabac est appliquée à l'intérieur de tous les bâtiments municipaux.
			Aucune restriction de fumer à l'extérieur.

ZÉRO TABAGISME				
Description de l'action	Résultat attendu	Moyens et stratégies	Quand?	Qui?
ENVIRONNEMENT PHYSIQUE				
Encourager les environnements sans fumée lors des rassemblements publics et fêtes populaires extérieurs	Ajout de panneaux incitatifs <i>Merci de ne pas fumer</i> aux entrées des rassemblements et fêtes ciblés ainsi que des cendriers incitants à respecter les zones délimitées	<ul style="list-style-type: none"> -Dresser une liste des événements ciblés par l'intervention -Vérifier au préalable si les sites ciblés ont déjà une politique sur le tabac -Déterminer l'emplacement idéal des panneaux et des cendriers -Production des panneaux bilingues et achat des cendriers -Installation des panneaux et des cendriers par des bénévoles et/ou employés municipaux, au besoin 	Court à long terme: 2011-2013	-Comité « Ma santé en valeur » (MSEV)
ENVIRONNEMENT SOCIAL				
Mettre à la disposition des citoyens des outils d'aide à la cessation tabagique	Promouvoir la campagne nationale <i>J'arrête, j'y gagne</i> auprès des citoyens (1 ^{er} mars au 11 avril)	<ul style="list-style-type: none"> -Consulter le http://www.defitabac.qc.ca pour connaître les modalités d'inscription au défi -Publiciser les informations via le bulletin municipal et divers moyens 	Court terme : préparation automne 2011	-Comité MSEV
	Profiter de la vitrine offerte par le bulletin municipal <i>Info Mille-Isles</i> pour obtenir une section « Ma santé en valeur » et y rédiger notamment des capsules « 0 tabac »	<ul style="list-style-type: none"> -Rédaction de la capsule par un membre du comité -Envoyer le bulletin par courriel et par la poste aux citoyens -Afficher le bulletin sur la page web de la municipalité 	Court terme : préparation automne 2011	-Comité MSEV



**Plan d'action municipal triennal
Comité municipal « Ma santé en valeur » de Mille-Isles
2011-2013**



ZÉRO TABAGISME				
Description de l'action	Résultat attendu	Moyens et stratégies	Quand?	Qui?
	Obtenir un espace réservé à MSEV sur le site Internet de la municipalité	-Obtenir l'approbation du conseil municipal et de la direction -Déterminer une personne pour la mise en ligne du contenu -Publier les capsules de l'Info Mille-Isles sur la page	Court terme : 2011	-Comité MSEV -Employés municipaux
	Offrir un système de parrainage aux citoyens désireux d'abandonner le tabagisme	-Mettre sur pied un groupe de soutien avec des séances en présence de l'infirmière en cessation tabagique du CSSS d'Argenteuil -Publiciser le service via divers moyens de communication (bulletin municipal, etc.)	Court terme : Décembre 2011	-Comité MSEV



Plan d'action municipal triennal Comité municipal « Ma santé en valeur » de Mille-Isles 2011-2013



Objectifs	Mettre en place des mesures favorisant la consommation de fruits et légumes chez les citoyens.	Résultats du portrait municipal	Peu d'installations, d'organismes ou de services pour la promotion des fruits et légumes existent présentement dans la municipalité.
			La municipalité n'offre présentement pas d'activités de promotion de la consommation de fruits et légumes mais serait prête à en développer.

CINQ FRUITS ET LÉGUMES				
Description de l'action	Résultat attendu	Moyens et stratégies	Quand?	Qui?
ENVIRONNEMENT PHYSIQUE				
Favoriser l'autoproduction de fruits et légumes par les citoyens de la municipalité	Offrir des pousses de légumes et des semences aux citoyens lors de journées thématiques, notamment lors de la remise d'arbres aux riverains par la municipalité	-Cibler l'activité et effectuer un contact avec les organisateurs -Planifier la distribution à l'avance si les plants sont faits maison -Désigner des bénévoles pour la distribution la journée même	Moyen terme : 2012	-Comité MSEV
Mettre en valeur les producteurs locaux de la région	Mettre sur pied un système de livraison de paniers de fruits et légumes	-Publiciser le système via les divers moyens de communication -Mettre sur pied un groupe de personnes intéressées -Établir un contact avec différents producteurs de la région offrant le service afin d'évaluer la possibilité d'avoir un point de chute dans la municipalité	Moyen terme : 2012	-Comité MSEV
Sensibiliser et encourager les différents milieux (associations, etc.) à tenir une offre alimentaire santé	Agir pour que chacune des fêtes et événements populaires organisés dans la municipalité tiennent une offre santé d'ici 2014 (fête de la famille, cabane à sucre, Halloween, etc.)	-Approcher les différents organisateurs pour qu'ils intègrent une offre alimentaire santé à l'intérieur de chacune de leurs activités -Solliciter l'aide de la nutritionniste du CSSS d'Argenteuil pour l'élaboration de menus santé	Court terme : 2011	-Comité MSEV -Comité organisateur



**Plan d'action municipal triennal
Comité municipal « Ma santé en valeur » de Mille-Isles
2011-2013**



CINQ FRUITS ET LÉGUMES				
Description de l'action	Résultat attendu	Moyens et stratégies	Quand?	Qui?
ENVIRONNEMENT SOCIAL				
Créer une « culture » de la saine alimentation au sein des citoyens de Mille-Isles par le biais de la sensibilisation et de la promotion	Offrir une conférence sur la saine alimentation, animées par la nutritionniste du CSSS d'Argenteuil.	<ul style="list-style-type: none"> -Communiquer avec la nutritionniste du CSSS d'Argenteuil afin de planifier la conférence/atelier culinaire -Choisir une thématique -Faire la promotion des activités auprès des citoyens (bulletin municipal, affichage, site Internet, etc.) 	Court terme : automne 2011	-Comité MSEV -Nutritionniste du CSSS d'Argenteuil
	Combiner à la suite de la conférence une série d'ateliers culinaires en groupe sur différentes thématiques reliées à la saine alimentation (sans sucre, bon gras, aliments crus, germinations et jus, soupes et potages, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> -Trouver une personne volontaire possédant les compétences pour l'animation des ateliers culinaires -Déterminer le cadre désiré pour les ateliers (fréquence, durée, thématiques, etc.) -Publiciser les ateliers via les différents moyens de communication (bulletin municipal, affichage, site Internet, etc.) ainsi que lors d'occasions telles que la conférence par la nutritionniste et le kiosque MSEV à la fête de la famille 		
	Inscription de la municipalité au Défi santé 5 / 30 Municipal (1 ^{er} mars au 11 avril)	<ul style="list-style-type: none"> -Inscrire la municipalité au www.defisante530.com durant la période d'inscription -Encourager les citoyens à s'inscrire via les divers moyens de communication 	Moyen terme : 2012	-Comité MSEV -Employés municipaux
	Profiter de la vitrine offerte par le bulletin municipal <i>Info Mille-Isles</i> pour obtenir une section « Ma santé en valeur » et y rédiger notamment des capsules « 5 fruits et légumes » (ex : recettes, chroniques sur fruits et légumes de saison, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> -Rédaction de la capsule par un membre du comité -Envoyer le bulletin par courriel et par la poste aux citoyens -Afficher le bulletin sur la page web de la municipalité 	Court terme : 2011	-Comité MSEV



**Plan d'action municipal triennal
Comité municipal « Ma santé en valeur » de Mille-Isles
2011-2013**



CINQ FRUITS ET LÉGUMES				
Description de l'action	Résultat attendu	Moyens et stratégies	Quand?	Qui?
	Obtenir un espace réservé à MSEV sur le site Internet de la municipalité	-Obtenir l'approbation du conseil municipal et de la direction -Déterminer une personne pour la mise en ligne du contenu -Publier les capsules de l'Info Mille-Isles sur la page	Court terme : 2011	-Comité MSEV -Employés municipaux
	Offrir des ateliers sur les propriétés des plantes comestibles via l'organisation d'excursions en forêt en groupe	-Trouver une personne volontaire possédant les compétences pour l'animation de l'activité -Dresser l'inventaire des plantes comestibles à Mille-Isles -Organiser l'activité (date, parcours, autorisations, etc.) -Publiciser l'activité via les divers moyens de communication (bulletin, affichage, site Internet, etc.)	Moyen à long terme : 2012-2013	-Comité MSEV
ENVIRONNEMENT POLITIQUE				
Engagement de la municipalité à offrir des fruits et légumes lors des fêtes populationnelles organisées sur son territoire	Adopter un règlement d'offre alimentaire « santé » pour tous les événements populationnels organisés dans la municipalité	-Sensibilisation auprès du conseil municipal et des organisateurs des différents événements -Adoption du règlement	Court terme : 2011	-Conseil municipal -Comité MSEV



Plan d'action municipal triennal Comité municipal « Ma santé en valeur » de Mille-Isles 2011-2013



Objectifs	Favoriser la pratique d'activité physique par l'aménagement de lieux propices, la mise sur pied d'activités de groupe et par des actions de sensibilisation et de promotion.	Résultats du portrait municipal	La municipalité dispose de quelques infrastructures favorables à la pratique d'activités physiques : centre communautaire, patinoire extérieure, parc avec jeux, sentier de raquette, etc.
			La municipalité prévoit apporter des changements à son plan d'urbanisme, ce qui rendrait possible l'aménagement d'un réseau cyclable

TRENTÉ MINUTES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES				
Description de l'action	Résultat attendu	Moyens et stratégies	Quand?	Qui?
ENVIRONNEMENT PHYSIQUE				
Créer des espaces verts invitants et encourager la fréquentation de ceux-ci par la population	Que la municipalité complète et mette en œuvre le projet du parc municipal (nouvel emplacement sur le chemin de Mille-Isles)	-Obtenir l'approbation du conseil municipal -Amasser les fonds nécessaires (ex : levée de fonds, demande au pacte rural II, etc.) -Aménagement du nouveau parc	Long terme : 2013	-Conseil municipal -Comité MSEV
	Utilisation du site pour les différentes activités de MSEV	-Promotion du nouveau parc via les divers moyens de communication (bulletin, affichage, site Internet, etc.)		
	Rassembler les jeunes enfants et leurs parents pour des séances de jeu au parc municipal pour combiner activité physique et socialisation	-Trouver un citoyen bénévole désireux d'organiser les rencontres -Déterminer la fréquence et la durée des plages horaires -Publiciser l'activité via les divers moyens de communication (bulletin, affichage, site Internet, etc.)	Long terme : 2013	-Comité MSEV
Offrir à la population des infrastructures sportives adéquates et incitatives à l'activité physique	Étudier la possibilité d'aménager un bâtiment extérieur adjacent à la patinoire extérieur servant de vestiaire	-Obtenir l'approbation du conseil municipal -Amasser les fonds nécessaires (ex : levée de fonds, demande au pacte rural II, etc.) -Construire le bâtiment	Long terme : 2013	-Conseil municipal
	Assurer l'ouverture du sentier de raquette à chaque année	-Revoir annuellement l'entente entre la municipalité et les propriétaires de terrains pour l'utilisation du sentier de raquette -Tenter d'obtenir des droits de passage à long terme	Court à long terme : 2011-2013	-Conseil municipal



Plan d'action municipal triennal Comité municipal « Ma santé en valeur » de Mille-Isles 2011-2013



TRENTÉ MINUTES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES				
Description de l'action	Résultat attendu	Moyens et stratégies	Quand?	Qui?
Renforcer la sécurité des environnements de la municipalité pour favoriser les déplacements actifs	Aménager des corridors piétonniers le long des routes pour favoriser les déplacements à pied et à vélo	-Poursuite de la démarche déjà entamée par le conseil municipal (prévu dans le plan d'urbanisme) -Réflexion à entamer quant à la possibilité de relier le réseau municipal à d'autres corridors existants	Moyen à long terme : 2012-2013	-Conseil municipal
ENVIRONNEMENT SOCIAL				
Favoriser la pratique d'activités physiques en groupe, en famille ou individuelle	Améliorer l'offre d'activités physiques extérieures de groupe à la population	-Poursuite du bon entretien de la patinoire extérieure par la municipalité -Trouver des citoyens volontaires prêts à mettre sur pied des activités sportives telles que des rencontres hebdomadaires de hockey ou de ballon-balai (possiblement avec des compétitions entre municipalités) -Promotion des activités via le bulletin municipal, l'affichage, le site Internet, les associations, etc.	Court à long terme : 2011-2013	-Comité MSEV -Conseil municipal
	Encourager la pratique de la marche et la découverte des différents lieux s'y prêtant	-Organiser une marche annuelle populationnelle à l'intérieur de la municipalité (possiblement à la fête de la famille) -Organiser une série de marches thématiques combinant activité physique et découvertes de la nature (ex : atelier sur propriétés des plantes) -Publiciser les différentes activités via les moyens de communication disponibles (bulletin municipal, affichage et site Internet)	Moyen terme : 2012	-Comité MSEV
	Intégrer à la fête de la famille des activités physiques pour les jeunes, les parents et les personnes âgées	-Encourager le comité organisateur à poursuivre l'intégration d'activités physiques dans sa programmation et à la maintenir et/ou à l'intensifier durant les années suivantes	Court terme : 2011	-Comité organisateur de la fête de la famille
Sensibiliser les enfants de la municipalité à l'adoption d'un mode de vie actif	Solliciter le soutien de Québec en Forme Argenteuil (QEFA)	-Inviter l'escouade-santé aux différentes fêtes et événements populaires pour animer et faire bouger les jeunes (notamment à la fête de la famille)	Court terme : 2011	-Comité organisateur de la fête de la famille -QEFA



Plan d'action municipal triennal Comité municipal « Ma santé en valeur » de Mille-Isles 2011-2013



TRENTÉ MINUTES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES				
Description de l'action	Résultat attendu	Moyens et stratégies	Quand?	Qui?
Sensibiliser les adultes et aînés de la municipalité à l'adoption d'un mode de vie actif	Offrir une conférence sur l'importance de l'activité physique et de ses bienfaits sur la santé	-Communiquer avec la kinésiologue du CSSS d'Argenteuil afin de préciser les besoins et la thématique à traiter (ex : activités physiques adaptées aux aînés, etc.) -Publiciser l'atelier via les divers moyens de communication (bulletin, affichage, site Internet, etc.)	Moyen terme : Printemps 2012	-Comité MSEV -Kinésiologue du CSSS d'Argenteuil
	Offrir des ateliers d'activités physiques spécifiquement pour les aînés	-Former un membre du comité afin de l'outiller sur différentes activités et exercices à pratiquer avec des groupes d'aînés -Publiciser l'activité du tai chi déjà offerte dans la municipalité via les divers moyens de communication -Communiquer avec le CSSS d'Argenteuil pour la mise sur pied de programmes d'activités physiques pour les aînés tels que PIED et Viactive	Moyen terme : Printemps 2012	-Comité MSEV
	Offrir aux citoyens désireux la possibilité de réaliser un bilan de santé grâce à la visite de professionnels de la santé au centre communautaire	-Communiquer avec une infirmière (pour bilans sanguins), une kinésiologue (pour évaluation sommaire de la forme physique) et tout autre professionnel jugé pertinent -Choix d'une date -Publiciser l'activité via les différents moyens de communication (bulletin, affichage, site Internet, etc.)	Moyen terme : 2012	-Comité MSEV -Infirmière -Kinésiologue du CSSS d'Argenteuil
	Profiter de la vitrine offerte par le bulletin municipal <i>Info Mille-Isles</i> pour obtenir une section « Ma santé en valeur » et y rédiger notamment des capsules « 30 minutes d'activités physiques »	-Rédaction de la capsule par un membre du comité -Envoyer le bulletin par courriel et par la poste aux citoyens -Afficher le bulletin sur la page web de la municipalité	Court terme : préparation automne 2011	-Comité MSEV
	Obtenir un espace réservé à MSEV sur le site Internet de la municipalité	-Obtenir l'approbation du conseil municipal et de la direction -Déterminer une personne pour la mise en ligne du contenu -Publier les capsules de l'Info Mille-Isles sur la page	Court terme : 2011	-Comité MSEV -Employés municipaux



**Plan d'action municipal triennal
Comité municipal « Ma santé en valeur » de Mille-Isles
2011-2013**



TRENTE MINUTES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES				
Description de l'action	Résultat attendu	Moyens et stratégies	Quand?	Qui?
S'outiller des campagnes nationales dans le but de promouvoir la pratique d'activité physique	Inscription de la municipalité au Défi santé 5 / 30 Municipal (1 ^{er} mars au 11 avril)	-Inscrire la municipalité au www.defisante530.com durant la période d'inscription -Encourager les citoyens à s'inscrire via la publicité (bulletin, affichage, etc.)	Moyen terme : 2012	-Comité MSEV -Employés municipaux
Encourager les événements sportifs régionaux autour de la pratique de l'activité physique	Participer et faire la promotion des événements régionaux de la MRC d'Argenteuil tels que la Journée nationale du sport et de l'activité physique, les Mini-Jeux d'Argenteuil, la Journée 50+ Bouger +, le Tournoi de golf des maires pour le sport amateur, etc.	-Faire la promotion des événements par le bulletin municipal et par l'envoi de formulaires d'inscription par la poste -Poursuite de la collaboration et de la participation de la municipalité aux événements	Court terme : 2011	-Employés municipaux -Conseil municipal
ENVIRONNEMENT POLITIQUE				
Instaurer une politique de tarification avantageuse pour les familles et les citoyens	Que la municipalité de Mille-Isles réfléchisse à développer un programme d'incitatif financier pour différentes activités physiques ciblées offertes sur son territoire ou dans les municipalités avoisinantes	-Présenter une proposition au conseil municipal tout en démontrant la plus-value d'un tel incitatif -Adoption par le conseil municipal	Long terme : 2013	-Conseil municipal -Comité MSEV