

MSEV en bref



Affaires municipales,
Régions et Occupation
du territoire
Québec

Centre de santé et de services sociaux
d'Argenteuil



Agence de la santé
et des services sociaux
des Laurentides
Québec
Direction de santé publique

Janvier 2013

- « Ma santé en valeur arrive à Brownsburg-Chatham et Lachute »
- Québec en forme Argenteuil
- À ne pas manquer

« Ma santé en valeur » arrive à Brownsburg-Chatham et Lachute

Si vous avez suivi le parcours du programme «Ma santé en valeur» dans Argenteuil, vous savez que sept des neuf municipalités sont pleinement engagées à faire de la santé une priorité. À cet effet, c'est avec grand plaisir que la MRC d'Argenteuil annonce l'arrivée de l'initiative dans les deux dernières municipalités, soit Brownsburg-Chatham et Lachute. Pour rester conséquent avec sa maxime directrice, « À chaque municipalité son approche », le programme sera légèrement modifié pour vraiment coller à la peau des deux villes. Brownsburg-Chatham et Lachute aborderont les mêmes préoccupations citoyennes sur lesquelles le programme s'est concentré depuis le tout début :

- Un environnement sans fumée (0 tabac);
- Une saine alimentation (5 fruits et légumes ou plus par jour);

- La pratique régulière d'activités physiques (30 minutes d'exercice par jour ou plus).

Les deux municipalités ont commencé à rédiger un plan d'action qui vise particulièrement à améliorer ces trois critères à la santé citoyenne. Fort de sa propre expérience dans la mise en œuvre du programme dans les autres municipalités du territoire, l'équipe «Ma santé en valeur» est persuadée que des initiatives novatrices verront le jour à Brownsburg-Chatham et à Lachute!

Il est également important de mentionner que le programme «Ma santé en valeur» prendra fin le 31 décembre 2013. Conséquemment, janvier marque le début de la dernière année de l'initiative et, nous l'espérons, sa plus prometteuse. Cela signifie que le programme rejoindra le dernier 50% de la population résidant dans les

deux dernières municipalités, marquant ainsi une mobilisation régionale complète. En effet, les 9 municipalités de la MRC d'Argenteuil auront des plans d'action spécifiquement consacrés à l'amélioration de leur santé citoyenne.

La MRC d'Argenteuil continue d'être un chef de file en santé citoyenne à l'échelle de la province et souhaite une bonne et heureuse année à son programme novateur et, le plus important, à tous ses citoyens.



En ce début d'année 2013, le regroupement local de partenaires Québec en Forme Argenteuil, est heureux d'offrir ses vœux de santé à tous les jeunes Argenteuillois ainsi qu'à leurs familles. Cette nouvelle année promet d'être riche en nouveauté et visera l'adoption d'un mode de vie physiquement actif ainsi qu'une saine alimentation dans toute la MRC. En voici quelques exemples :

- ✦ Pour tous les jeunes curieux, allez vite sur le site WIXX.ca, mais attention, une activité est si vite arrivée! Pour tous les parents et les autres curieux, allez sur le site operationwixx.ca et préparez-

vous à l'arrivée d'un mouvement pour faire bouger les préados!

- ✦ Du jardinage en famille tout près de chez vous! Le projet « Un trésor dans mon jardin » s'animerà dans plusieurs municipalités. De la graine jusqu'à la récolte venez découvrir l'origine des aliments et croquer dans vos légumes frais!

Nous avons attiré votre attention? Notre regroupement de partenaires est plus dynamique que jamais et souhaite offrir à toute la communauté des occasions de bouger pour le plaisir! Les écoles, les organismes commu-

taires, les services municipaux, les comités Ma santé en valeur etc., sont invités à faire partie du regroupement et à passer à l'action! Pour toute information ou pour manifester votre intérêt, communiquez avec Renée-Claude Bergeron coordonnatrice du regroupement local Québec en Forme Argenteuil au 450-562-1623.

3, 2, 1 Action!

Par Renée-Claude Bergeron



À ne pas manquer

Horaire du bain libre de la piscine intérieur de Lachute (452, av. Argenteuil)

Lundi, mercredi, vendredi et samedi : 19 h à 20 h 30. Dimanche : 14 h à 16 h. Enfant et étudiant : 1 \$. Adulte : 2 \$. Le port du bonnet de bain est obligatoire.

Horaire du patin et du hockey libre

Aréna Kevin-Lowe / Pierre-Pagé de Lachute
Patin libre : Lundi et mercredi de 15 h 30 à 16 h 30 (gratuit)

Vendredi de 18 h à 19 h 15
(enfants 1 \$, adultes 2,50 \$)

Hockey libre : Mardi 15 h 30 à 16 h 30 pour 16 ans + (gratuit)
Jeudi 15 h 30 à 16 h 30 pour 15 ans - (gratuit)

Aréna Gilles-Lupien de Brownsburg-Chatham
Patin libre : Dimanche de 12 h à 13 h 15
(enfants 1 \$, adultes 2,50 \$)

Hockey libre : Jeudi 16 h à 17 h pour 16 ans + (gratuit)
Vendredi 16 h à 17 h pour 15 ans - (gratuit)

Marche découverte



Le comité 50+ Bouger+ vous invite à leur prochaine marche ce mardi 15 janvier 2013 sur le site enchanteur du Parc régional de la Rivière-du-Nord, à St-Jérôme. Une marche hivernale dans un chantier adapté en bonne compagnie est une excellente façon de bien débiter l'année. Pour de plus amples informations à propos de l'activité, veuillez communiquer avec Michael Dubois au 450-566-0530, poste 2305.



Vous avez manqué la dernière chronique?

Retrouvez-là au www.argenteuil.qc.ca