

MSEV en bref



Mars 2013

- **Saint-André-d'Argenteuil se dote d'une politique santé !**
- **Mois de la nutrition: Une recette gagnante – planifiez, achetez, cuisinez, savourez**
- **À ne pas manquer**



Saint-André-d'Argenteuil se dote d'une politique santé !

Le comité « Ma santé en valeur » de Saint-André-d'Argenteuil, tout comme les huit autres comités locaux de la MRC d'Argenteuil, s'est donné la mission de rendre sa communauté en meilleure santé. Là où le comité de Saint-André-d'Argenteuil se démarque est par le fait qu'il est l'un des premiers à entreprendre des actions politiques pour atteindre ses objectifs. En effet, le comité a élaboré un projet de règlement favorisant l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie. Le conseil municipal, déjà très sensibilisé à l'importance de la santé, a voté à l'unanimité en faveur de ce projet de règlement, devenu le règlement 84, qui stipule ce qui suit :

Tabagisme et fumée secondaire

Il est maintenant proscrit de fumer :

- sur toute propriété municipale, par exemple et de manière non limitative : parcs, plateaux sportifs, espaces verts, boisés, rampes de mise à l'eau, campings, etc.;
- à l'intérieur de tout bâtiment (incluant 9 mètres à l'extérieur des portes d'entrée), véhicule ou machinerie municipale;
- lors de rassemblements publics (tant à l'intérieur qu'en plein air).

Aliment santé

- Lors d'activités populaires, la municipalité s'engage à assurer une offre d'aliments sains et nutritifs.

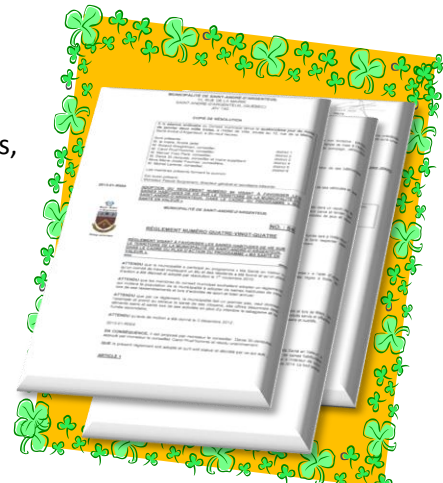
Budget

- Pour assurer la pérennité du plan d'action « Ma Santé en Valeur », la municipalité s'engage à adopter un budget annuel récurrent à la fin du programme prévue en décembre 2013.

Le règlement municipal 84 est entré en vigueur en janvier dernier.

La municipalité de Saint-André-d'Argenteuil brille au niveau régional par le biais de cette initiative inspirante. Le travail pour instaurer de meilleures habitudes de vie peut se faire sur trois volets: social, environnemental et politique. C'est en œuvrant sur l'ensemble de ceux-ci que nous verrons davantage de résultats face aux efforts déployés pour l'amélioration de la santé citoyenne.

D'autres municipalités sont également en voie d'adopter de nouveaux règlements dédiés à la promotion des saines habitudes de vie. Gardez les yeux ouverts pour connaître la prochaine action politique «Ma santé en valeur» dans une municipalité près de chez vous!



Mois de la nutrition

Une recette gagnante – planifiez, achetez, cuisinez, savourez



Plusieurs Canadiens croient bien manger, mais une enquête a révélé que la majorité d'entre nous a du mal à faire de bons choix à l'épicerie, et ce, au moins une fois sur deux.

Le Mois de la nutrition® 2013 propose une recette gagnante qui vise à aider la population à faire le plein d'aliments nutritifs à l'épicerie. Le site web de la campagne offre de bons conseils nutritifs et des recettes qui peuvent en effet vous aider à adopter de bonnes habitudes et à prendre des décisions éclairées afin de planifier et de préparer des repas équilibrés pour votre famille.

Visitez le www.nutrition2013.ca pour de plus amples informations.



Février dernier a été marqué par la 7^{ième} édition de l'activité Plaisirs d'hiver organisée par le comité 50+ Bouger+. Malgré des conditions météorologiques peu clémentes qui ont eu un léger impact sur la participation, l'activité fut un grand succès. Le comité aimerait remercier la Ville de Brownsburg-Chatham et le personnel du *Centre de ski de fond La Randonnée* pour leur accueil chaleureux. Nous vous encourageons à continuer de visiter *La Randonnée* jusqu'à la fin de la saison hivernale afin de profiter au maximum des Plaisirs d'hiver.

À ne pas manquer

Conférence « Mangez et bougez...contre le cancer »

Comme tout le monde connaît quelqu'un touché par le cancer, nous sommes de plus en plus intéressés à l'idée de prévenir ce fléau. Une nutritionniste, une kinésiologue et une infirmière de l'équipe des saines habitudes de vie du Centre de santé et de services sociaux d'Argenteuil vous invitent, le 26 mars 2013, à un atelier gratuit qui traitera de la prévention du cancer par la saine alimentation, l'activité physique et un environnement sans fumée. Pour inscription et information, 450-537-3527, poste 2706.

Horaire du patin et du hockey libre

Aréna Kevin-Lowe / Pierre-Pagé de Lachute

Patin libre : Lundi et mercredi - 15 h 30 à 16 h 30 (gratuit)
Vendredi - 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 - 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)

Horaire du bain libre de la piscine intérieure de Lachute (452, avenue d'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.



Vous avez manqué la dernière chronique?

Retrouvez-là au www.argenteuil.qc.ca