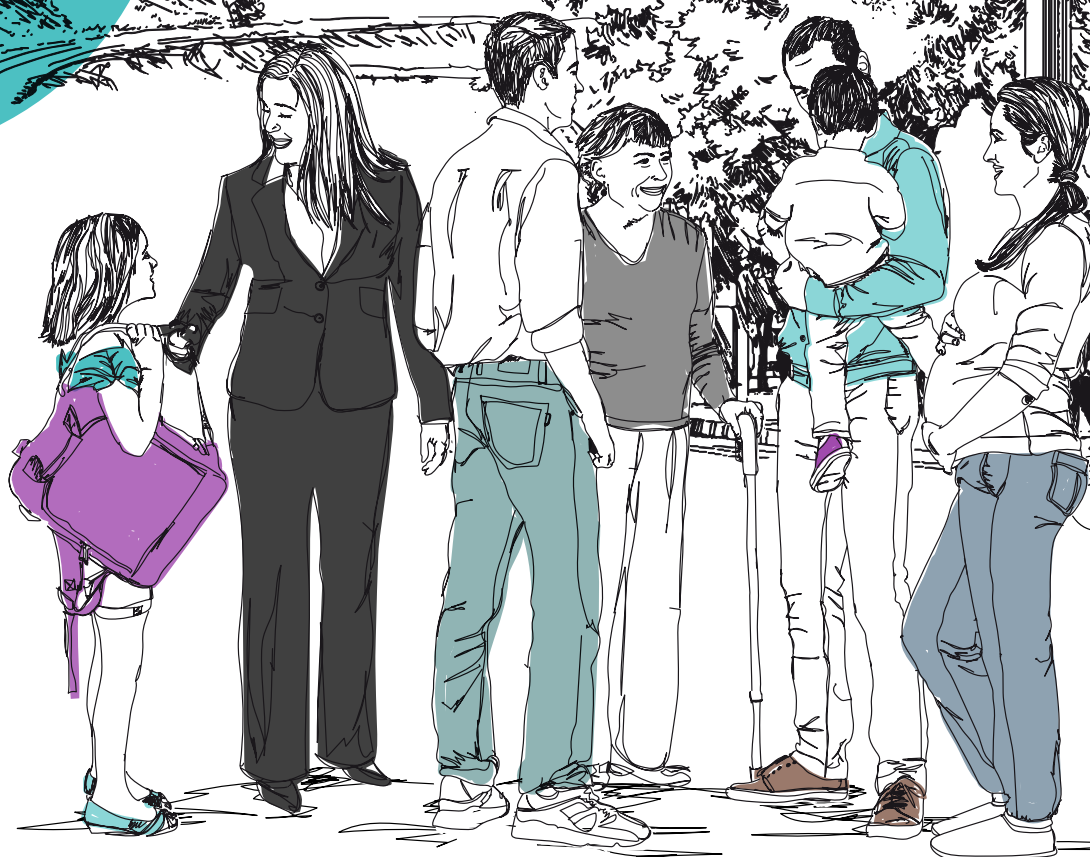


# LA SANTÉ PUBLIQUE DANS LANAUDIÈRE:

## Faire mieux, ensemble!



Pour un **plan d'action**  
à notre image

Direction de santé publique du CISSS de Lanaudière, novembre 2016

# Si la santé publique m'était contée

Imaginez une grande rivière et une chute très haute. Au pied de la chute, des dizaines de personnes du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Lanaudière et de la municipalité s'activent pour secourir les personnes tombées à l'eau, emportées par le courant. Elles tentent de leur venir en aide, mais malheureusement, plusieurs se noient.

Une secouriste lève alors les yeux et s'aperçoit qu'il y a toujours de nouvelles personnes emportées dans la chute. Elle commence donc à courir vers le haut de la chute. D'autres secouristes lui crient : « Où vas-tu? Il y a tellement de personnes qui ont besoin d'aide ici ». La secouriste répond : « Je remonte vers le haut afin de savoir pourquoi tant de personnes tombent à l'eau ».

Comme cette secouriste, la santé publique travaille « en amont » des problèmes de santé afin de bien en comprendre les causes et d'agir sur celles-ci. Pour ce faire, elle remplit plusieurs mandats.

La santé publique fait la **promotion de la santé**. Quand, avec ses partenaires, elle aide à donner aux gens de meilleures conditions de vie, elle améliore leur santé. Quand elle leur permet de prendre en main leur santé, elle fait de la promotion de la santé. C'est le cas lorsque la santé publique accompagne une municipalité pour un projet de piste cyclable ou de menus santé dans son aréna.

La santé publique aide à **prévenir** les maladies et les traumatismes. Quand elle offre un programme gratuit de vaccination, elle évite la propagation de maladies pour lesquelles, parfois, aucun traitement n'existe. Quand elle soutient des activités visant à prévenir les chutes à domicile, elle contribue au maintien de l'autonomie des personnes âgées.

La santé publique **protège** la santé de tous les Lanaudoises et Lanaudois. Par exemple, quand elle avise une municipalité que son eau n'est plus potable et que cette dernière émet un avis d'ébullition, elle protège la santé de ses citoyens.

La santé publique **surveille** la santé de la population pour mieux comprendre comment il est possible de la protéger, de la maintenir et de l'améliorer. Par exemple, elle identifie les causes de décès des personnes de sa communauté et les associe à certaines habitudes de vie pouvant être néfastes à la santé. Par la diffusion de ces informations, elle soutient ses partenaires dans la recherche de solutions pour changer les comportements.

La santé publique **assure une vigie** pour détecter ce qui peut mettre en danger la santé de la population. Si elle détecte un nombre anormal de cas d'une maladie infectieuse, cela l'amène à faire une enquête pour protéger la population.

Enfin, la santé publique participe aux **mesures et aux interventions d'urgence**, comme dans les cas de catastrophes naturelles ou d'origine humaine. Des plans d'intervention sont alors élaborés afin d'être prêts lorsque ces situations se produisent.

Avec la création du CISSS de Lanaudière, les responsabilités de la santé publique sont plus facilement partagées par les différentes équipes. Avec nos partenaires du milieu, nous sommes très nombreux à nous préoccuper de la santé, du bien-être et de la qualité de vie des Lanaudoises et des Lanaudois.

## SOMMAIRE

La santé publique au quotidien	3
Est-ce que la santé publique aide vraiment?	4
Lanaudière en un clin d'oeil	6
Un plan d'action régional	8
En marche vers le PAR	9
Des partenaires importants	10
Ce qui guidera nos actions	11
Les Lanaudois s'occupent de leur santé	12



# La santé publique

au quotidien dans le CISSS, c'est :



L'équipe de la Direction de santé publique de Lanauzière

- Des services de soutien et des cliniques d'allaitement
- Des visites à domicile chez les nouvelles mamans plus démunies, par des infirmières, des nutritionnistes ou des intervenants psychosociaux
- Des hygiénistes dentaires qui s'occupent de nos enfants dans les écoles
- Des infirmières scolaires qui donnent des conseils à nos enfants
- Des formations offertes dans les garderies sur l'alimentation et l'activité physique
- Des comités de partenaires provenant de secteurs variés, travaillant sur des enjeux touchant les enfants et les jeunes
- Des organisatrices et organisateurs communautaires qui soutiennent les communautés dans leur développement social
- Des initiatives visant l'amélioration des conditions de vie (sécurité alimentaire, logement, éducation, lutte à la pauvreté, transport, politiques familiales, etc.)
- Des municipalités qui s'impliquent pour rendre leur ville sécuritaire et favorable à la santé
- Des interventions pour prévenir les chutes à domicile chez les aînés
- Des conseillers en promotion de la santé qui soutiennent les municipalités et les écoles pour créer des environnements favorables à la santé afin de favoriser l'adoption de bonnes habitudes de vie
- Des services pour soutenir les personnes qui veulent arrêter de fumer
- Du soutien auprès d'organismes communautaires qui vont dans les écoles parler de drogues
- Un programme invitant des femmes à passer une mammographie pour dépister le cancer du sein
- Des ressources-conseils qui se prononcent sur les grands projets d'aménagement de notre région et leur impact sur la santé
- Des programmes qui protègent la santé des travailleurs
- Des dépliants d'information multiples pour protéger, maintenir et améliorer la santé
- Des programmes de vaccination qui s'adressent à tous
- Des condoms offerts gratuitement
- Du dépistage des infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS)
- Des enquêtes, dans la communauté, à l'école, en milieu de garde ou en milieu de travail, sur des infections transmissibles ou des intoxications
- Un système de garde 24 heures sur 24 afin d'intervenir lors de situations pouvant mettre en danger la santé de la population
- Un plan de mesures d'urgence en cas de chaleur accablante ou en cas de catastrophes
- Des activités de recherche pour informer la population de son état de santé et de bien-être
- Des évaluations qui portent un regard critique sur les actions et les programmes mis en place
- Des activités de vigie permettant de suivre en temps réel les déclarations reçues des médecins et des laboratoires, afin de mettre en place rapidement les mesures pour prévenir des éclosions et des épidémies

**Et plus encore...**

# Est-ce que la santé publique

aide vraiment à maintenir et à améliorer la santé?

## N'en doutez pas! Voici quelques exemples :

**Promouvoir l'allaitement :** On en fait la promotion parce que c'est facile, gratuit et que le lait maternel protège les enfants de plusieurs maladies (anémie, gastroentérites, diarrhées, maladies des voies respiratoires, rhumes, otites, méningites, obésité, diabète et leucémie). De plus, allaiter augmente le lien d'attachement. J'ADOPTE!

### **Faire des visites à domicile après l'accouchement :**

Ces visites permettent vraiment d'améliorer le lien entre les parents et l'enfant. Cela a un impact sur la capacité des parents à bien s'en occuper. Du même coup, cela favorise le développement de l'enfant sur tous les plans. Pour certains parents plus vulnérables, ces visites permettent d'identifier rapidement des problèmes. Par la suite, il est possible de mettre en place les services de soutien nécessaires.

**Offrir la vaccination :** Les vaccins sont très efficaces. La preuve est que dans les pays où le taux de vaccination est élevé, le taux de maladie est habituellement faible. On parle ici de 25 maladies qu'on peut prévenir par la vaccination, évitant ainsi les complications associées, les hospitalisations et, dans certains cas, des décès.

**Favoriser la santé dentaire :** La santé de la bouche et des dents fait partie intégrante de la santé générale des individus. Elle contribue au bien-être physique, mental et social. Chez les enfants, la carie peut nuire au développement. La faible estime de soi, la sous-alimentation, les troubles du sommeil, les troubles de concentration et les difficultés scolaires sont quelques-unes des nombreuses conséquences de cette maladie.

**Adopter tôt de saines habitudes de vie :** Le fait de bouger régulièrement et de bien manger contribue à une bonne santé et cela, de la naissance jusqu'à la fin de notre vie. Mais l'enfance est une période très importante. Quand on adopte de bonnes habitudes jeune, elles peuvent durer toute la vie.

**Faire de l'exercice :** On ne le dira jamais assez, l'exercice physique est un « must » dans notre vie. Ses effets positifs ont été démontrés sur l'anxiété, la dépression, la capacité de gérer notre stress et même les douleurs menstruelles. Faire de l'exercice, quand on souffre d'hypertension ou quand on a un risque de faire du diabète, peut faire la différence entre être obligé de prendre des médicaments ou non.

**Cesser de fumer :** Quand on cesse de fumer, on se fait un grand cadeau. En 48 heures, l'odorat et le goût s'améliorent. En 72 heures, la capacité pulmonaire augmente. En quelques mois, la toux, la congestion nasale, la fatigue et l'essoufflement diminuent. En un an, le risque de faire une maladie cardiaque diminue de moitié. En 10 ans, le taux de mortalité dû au cancer du poumon est semblable à celui du non-fumeur. En 15 ans, les risques de faire un infarctus sont semblables à ceux d'un non-fumeur. Penses-y bien !



## Est-ce que la santé publique aide vraiment à maintenir et à améliorer la santé?

### **Prévenir les chutes chez les personnes âgées :**

Les chutes chez les personnes âgées causent chaque année beaucoup de souffrance et de décès. Lors des visites à domicile, il est possible d'identifier les causes pouvant entraîner des chutes et voir comment on peut y remédier.

**Améliorer la sécurité alimentaire :** Souffrir de malnutrition et de faim c'est possible, même ici. À cet égard, plusieurs actions sont mises en place pour aider les personnes dans le besoin. Qu'on pense aux jardins communautaires implantés dans plusieurs municipalités, aux cuisines collectives et aux banques alimentaires, ce sont autant de moyens qui donnent accès à une meilleure alimentation.

**Protéger la santé des travailleurs :** Les programmes de santé offerts dans les entreprises visent à diminuer les risques à la source. Si un appareil est trop bruyant et qu'il est remplacé par un modèle plus silencieux, on diminue les risques de surdité chez les travailleurs. De même, si on installe un dépoussiéreur efficace sur une machine, les employés sont protégés des effets de la poussière sur leur santé.

**Offrir des condoms gratuitement :** Donner accès à des condoms gratuits est un excellent moyen de diminuer les risques d'infections transmises par les relations sexuelles, tant chez les jeunes que parmi les autres groupes.

**Contrôler les éclosions :** Agir vite et efficacement, dès qu'on a connaissance d'une situation susceptible d'être dangereuse pour la santé, permet de contrôler les éclosions, de les maintenir à un niveau acceptable et d'empêcher que la maladie se propage à toute la population.

**Établir des plans de chaleur accablante :** Lors des canicules, laisser les jeux d'eau et les piscines ouvertes plus longtemps, amener les personnes âgées dans des lieux climatisés une heure par jour et voir à ce que les personnes qui ont des problèmes de santé n'oublient pas de boire suffisamment, ça sauve des vies!



# Lanaudière :

## la région en un clin d'œil\*

### Lanaudière, c'est...

- Un paysage diversifié
- Des localités rurales et urbaines qui se côtoient
- Des territoires à usages divers : résidentiels, agricoles, industriels, récréotouristiques, forestiers
- 58 municipalités
- Une communauté autochtone où vivent 2 300 personnes
- Des différences démographiques et sociosanitaires : le nord plus rural, le sud plus urbain
- Environ 19 000 immigrants, surtout au sud de la région
- Des villes qui accueillent des réfugiés

### Une population jeune, mais vieillissante

- 509 800 personnes, 5<sup>e</sup> région en importance au Québec
- 101 300 enfants et adolescents
- 84 600 aînés de 65 ans et plus
- 57 275 familles avec des enfants de moins de 18 ans
- 21 740 familles monoparentales

### Des conditions économiques

- 9 % des Lanaudois vivent sous la mesure de faible revenu après impôt (44 100 personnes)
- 17 % des 25 à 64 ans sont sans diplôme d'études secondaires
- Un peu moins de 6 % des adultes vivent une situation d'insécurité alimentaire par manque d'argent (25 600 personnes)

### Les jeunes et les enfants

#### Les 0 à 11 ans

- Lanaudière compte 5 140 naissances en 2015
- Environ 8 mamans sur 10 choisissent l'allaitement à la naissance de leur enfant
- 23 % des enfants de la maternelle sont vulnérables dans un des cinq domaines de développement
- En 2<sup>e</sup> année, près de 9 élèves sur 10 ne prennent pas assez soin de leurs dents et 42 % présentent des caries
- Plus de 2 170 signalements retenus par la Direction de la protection de la jeunesse (DPJ) dont 37 % relèvent de l'abus physique et du risque d'abus physique

#### Les 12 à 17 ans

- Parmi les élèves du secondaire :
  - 8,7 % de fumeurs
  - 27 % ont consommé de la drogue
  - 69 % ne mangent pas la quantité de fruits et de légumes recommandée
  - 26 % ne font pas assez d'activité physique
- 20 % des élèves du secondaire ont un surplus de poids et 47 % sont insatisfaits de l'apparence de leur corps
- 9 % des jeunes du secondaire souffrent d'anxiété, 4 % de dépression et 16 % ont un diagnostic de Trouble du déficit de l'attention/hyperactivité (TDAH)

### Habitudes de vie des adultes et environnements favorables

- 22 % des adultes sont fumeurs
- 21 % des Lanaudois sont des buveurs excessifs
- 34 % des Lanaudois ne bougent pas ou ne font pas d'exercice physique
- 59 % des Lanaudois ont un surplus de poids
- 54 % des Lanaudois ne consomment pas assez de fruits et de légumes
- Parmi les travailleurs, 39 % se disent soumis à un stress quotidien élevé, 9 % à un bruit intense et 51 % restent debout à leur travail de façon prolongée
- Le tiers des décès par traumatismes non intentionnels a été provoqué par des accidents impliquant des véhicules à moteur
- 12 % des adultes sont atteints de problèmes de santé mentale
- 45 % des adultes souffrent d'une maladie chronique comme l'hypertension artérielle, le diabète, les maladies respiratoires (MPOC) ou le cancer
- Plus de 56 % des personnes âgées présentent au moins une incapacité physique ou mentale

\* Dernières données disponibles.

## Lanaudière : la région en un clin d'œil

Pour être en bonne santé, il faut bien manger, faire de l'exercice, ne pas fumer, ne pas trop consommer d'alcool et ne pas être trop stressé. Cela dit, ce n'est pas toujours facile à faire.

On a beau vouloir bien manger, quand on vit loin d'une épicerie et qu'on doit recourir aux dépanneurs, ça ne facilite pas la tâche. De même, faire du vélo sur des routes dangereuses n'est ni encourageant, ni souhaitable.

Cependant, quand les conditions autour de nous sont réunies pour nous aider à faire de bons choix de santé, c'est déjà plus facile! C'est ce qu'on appelle des environnements favorables à la santé et c'est ce qui nous encourage à changer nos habitudes de vie.

Par exemple, par ses connaissances sur ce qui a un impact sur la santé, la santé publique peut jouer un rôle d'influence auprès des gouvernements. L'adoption de la Loi contre le tabac en est un bon exemple. Cette loi permet de rendre notre environnement plus sain. Par cette loi, il y a de moins en moins d'endroits où on peut fumer. Cela encourage les fumeurs à cesser de fumer, tout en protégeant les non-fumeurs.

### Des maladies évitables par la vaccination

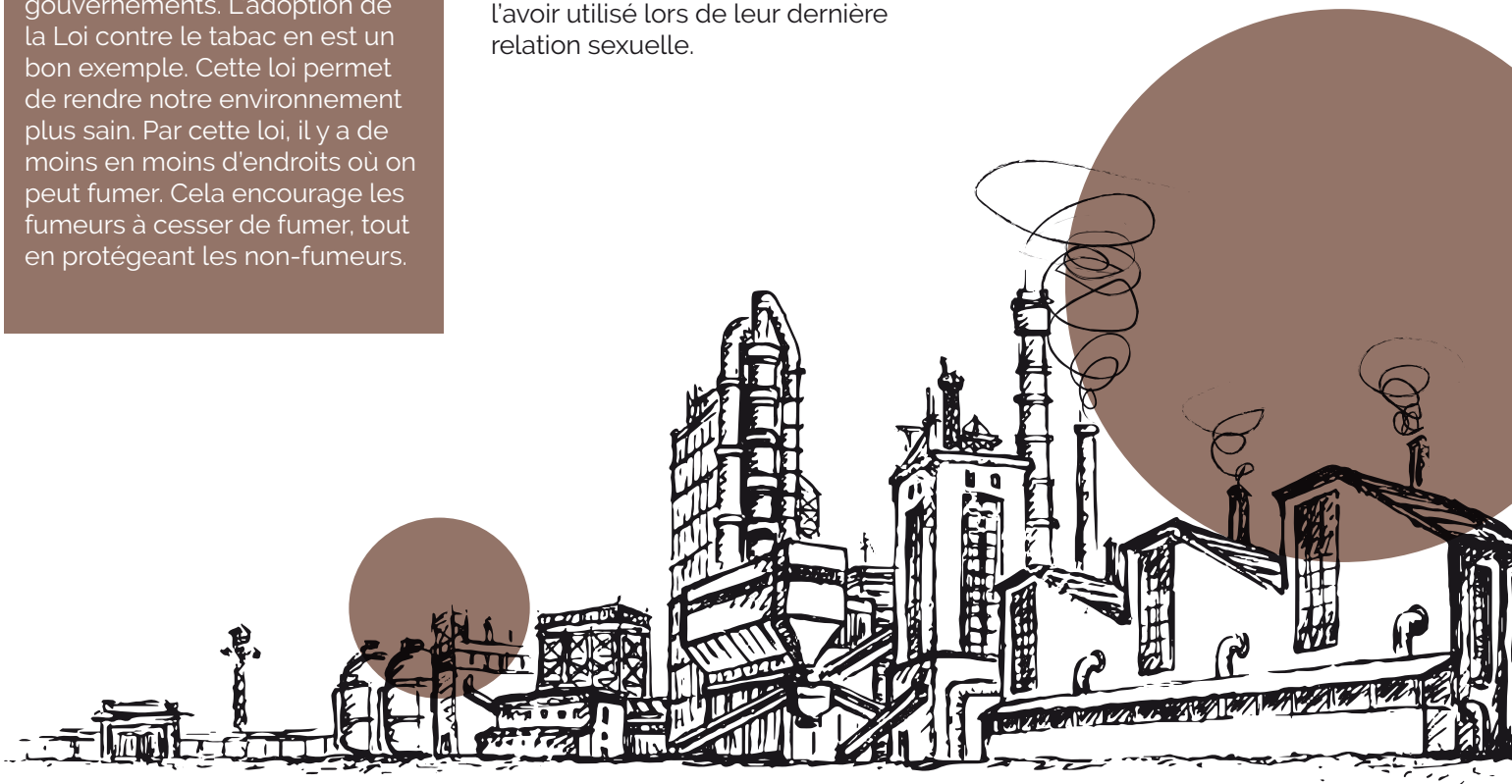
- 90 % des enfants de 2 ans ont reçu tous leurs vaccins.
- Seulement 66 % des adolescents présentent un carnet vaccinal complet.
- 55 % des personnes de 60 ans et plus sont vaccinées contre la grippe.

### Des comportements sexuels à améliorer

- Il y a de plus en plus d'infections transmises sexuellement ou par le sang (ITSS) comme la chlamydia, notamment chez les adolescents. Ce constat s'explique par des comportements à risque, comme le fait de ne pas toujours utiliser de condom. On constate également que plusieurs jeunes ont leur première expérience sexuelle très tôt (avant 14 ans).
- Les jeunes adultes aussi n'utilisent pas toujours le condom. Selon une enquête, la moitié disent ne pas l'avoir utilisé lors de leur dernière relation sexuelle.

### Les menaces à la santé et les urgences sanitaires

- En 2015, il y a eu 119 déclarations d'eau potable en dehors des normes, ce qui a amené les municipalités à émettre des avis d'ébullition de l'eau.
- Chaque année, au moins un épisode de chaleur accablante est noté dans Lanaudière.
- Pour permettre aux villes et aux municipalités de bien se préparer en cas d'urgence, la santé publique peut les aider à identifier les industries disposant de produits chimiques dangereux.
- En 2015, il y a eu 159 cas de rougeole dans Lanaudière chez des personnes non vaccinées.
- En 2015, la région a connu une éclosion de 19 cas de légionellose.



# Un plan d'action régional de santé publique : le contexte

En décembre 2015, la ministre déléguée à la Réadaptation, à la Protection de la jeunesse, à la Santé publique et aux Saines habitudes de vie, madame Lucie Charlebois, procédait au lancement officiel du nouveau Programme national de santé publique (PNSP).

Ce nouveau PNSP 2015-2025 est en continuité avec celui de 2003 et avec sa mise à jour de 2008. Il poursuit les efforts déjà déployés pour maintenir et améliorer la santé des Québécoises et des Québécois.

Le PNSP rappelle à tous l'importance de travailler ensemble : les acteurs de santé publique, leurs partenaires et la population.

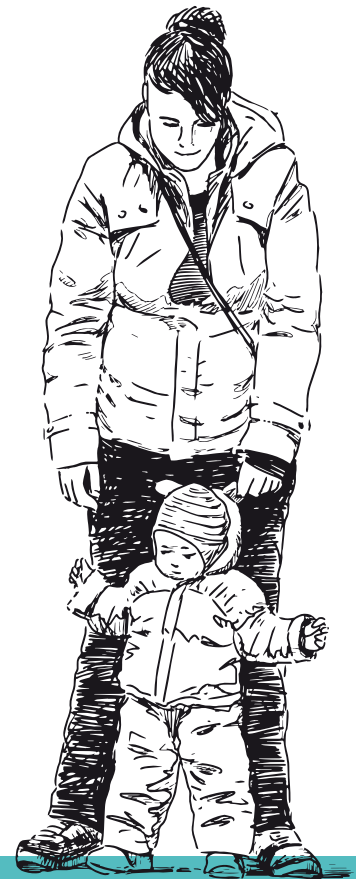
Le PNSP identifie également les principes qui doivent guider les actions de santé publique à mettre en place. Il rappelle qu'on doit miser sur une communication ouverte et transparente. Les actions retenues doivent impliquer les partenaires de la santé publique ainsi que la population. Il nomme l'importance de l'innovation et de l'excellence.

L'objectif du PNSP est de redonner aux personnes et aux communautés du pouvoir sur leur santé. En ce sens, les mesures et les actions qui en découlent doivent être adaptées aux besoins de notre région. Ceci veut dire de tenir compte du contexte de notre territoire. Il faut se préoccuper des caractéristiques de notre population avec ses différences. Il faut être sensible à la capacité de comprendre de tous et chacun. Les services de santé publique sont variés. Ils peuvent être offerts directement à la population, comme la vaccination, ou prendre la forme de soutien aux partenaires ou de collaboration. À cet égard, la santé publique collabore à plusieurs projets dans la communauté.

Issus du PNSP, des plans d'action regroupant tous les services de santé publique à offrir dans les différentes régions du Québec ont été élaborés conjointement par le ministère de la Santé et des Services sociaux, l'Institut national de santé publique et les directions régionales de santé publique. Ces plans d'action thématiques tripartites (PATT) couvrent cinq axes d'intervention ou thèmes :

- 1. Le développement global des enfants et des jeunes;**
- 2. L'adoption de modes de vie et la création d'environnements sains et sécuritaires;**
- 3. La prévention des maladies infectieuses;**
- 4. La gestion des risques et des menaces à la santé et la préparation aux urgences sanitaires.**

**Un cinquième axe d'intervention, plus large, concerne la surveillance de l'état de santé de la population.**



Si les PATT décrivent toutes les actions de santé publique, pourquoi alors produire un nouveau Plan d'action régional (PAR) 2016-2020?

Pour donner une couleur locale à ces actions, comme le PNSP nous invite à le faire! Le PAR permet donc d'avoir un plan d'action qui nous ressemble et nous rassemble.

Si les PATT nous informent du qui fait quoi, le PAR inspire le comment. Comment, nous, dans Lanaudière, désirons offrir les services de santé publique.

Beaucoup de choses ont été réalisées dans Lanaudière depuis 2003. On ne part pas de rien. Il faut donc poursuivre le travail déjà amorcé autour des actions sur les déterminants qui ont un impact sur la santé. Ce nouvel exercice nous permet de prendre un certain recul et de réfléchir à la santé et à la qualité de vie de la population lanauoise.

Soulignons enfin que dans la démarche de déploiement du PAR, une évaluation des services rendus est prévue afin d'ajuster le tir pour les années à venir.



# En marche vers le Plan d'action régional

## Dix enjeux se dégagent des échanges avec nos partenaires

Afin de donner une couleur locale à notre plan d'action régional (PAR), une démarche mobilisatrice d'échanges a été mise en place au printemps 2016, visant à aller chercher le pouls et à donner la parole.

C'est ainsi que sept rencontres ont été organisées, réunissant de nombreux partenaires, acteurs de santé publique, des milieux communautaire, municipal, scolaire, de garde éducative, privé et autres. Elles ont eu lieu dans chacune des six MRC de la région, la septième réunissant des organismes régionaux.

Des rencontres avec les députés, les préfets, les différents ministères, ainsi que les directions et le conseil d'administration du CISSS de Lanaudière se sont également tenues afin d'aller encore plus loin.

À tous, une même question a été posée :

## Comment peut-on faire mieux, autrement, et ensemble?

### Dix grands enjeux pour notre territoire ont ainsi été identifiés :

1. **Pauvreté;**
2. **Incapacité à bien lire et comprendre;**
3. **Transport difficile dans notre région;**
4. **Manque de temps pour prendre soin de notre santé et de celle de nos proches;**
5. **Accès parfois difficile aux services de santé et de services sociaux;**
6. **Financement des organismes communautaires;**
7. **Communication, dans son sens large, à améliorer;**
8. **Accompagnement (individualisé);**
9. **Services plus près de chez nous;**
10. **Conditions de partenariat à établir, à reconnaître et à respecter.**

Le CISSS s'engage à mobiliser ses partenaires autour de ces grands enjeux.

Lors de la rencontre avec les partenaires  
du milieu de la MRC de L'Assomption.

Au total,  
126 représentants  
de nos partenaires  
du milieu ont pris  
part aux rencontres.  
**UN GRAND MERCI  
À TOUS!**



Sur une base volontaire, les participants aux rencontres étaient ensuite invités à se joindre au comité de soutien à l'élaboration du PAR de Lanaudière. Un peu plus de 20 personnes ont répondu à l'appel.

Deux rencontres du comité ont permis de préciser les principes qui guideront nos actions ainsi que nos stratégies d'intervention.

À la suite de ces rencontres, certains participants au comité de soutien ont manifesté le désir de présenter les travaux à leur organisme, lequel pourra alors adhérer à ces principes et à ces façons de faire.

## Mieux, autrement et ensemble!



# Des partenaires importants

Le réseau de la santé et des services sociaux à lui seul ne peut régler tous les problèmes de santé.

Il peut prévenir des maladies et des traumatismes. Il peut soigner. Il peut aider à se rétablir. Il peut aider à retrouver une vie après la maladie. Mais, à lui seul, il ne peut aider les personnes à se sortir de la pauvreté, de l'isolement, de l'ignorance. Il n'offre pas l'éducation permettant l'accès à un meilleur travail. Il ne peut changer les environnements pour les rendre plus favorables à la santé. Il n'a aucun pouvoir sur les aliments que l'on retrouve à l'épicerie. Il ne peut construire des pistes cyclables, ni des routes sécuritaires. Il ne peut empêcher la détérioration des logements. Il n'éteint pas des feux. Il ne prévient pas les inondations. Il n'offre pas des façons de faire alternatives qui soulagent, soutiennent et aident les personnes à défendre leurs droits.

Pourtant, la santé n'est pas seulement une absence de maladie. Comme le dit l'Organisation mondiale de la Santé, *la santé, c'est un état complet de bien-être physique, mental et social*. La santé doit nous permettre de nous épanouir.

Pour y arriver, le réseau de la santé et des services sociaux doit compter sur des partenaires essentiels.

Parmi ceux-ci, dans Lanaudière, il y a tout d'abord 177 organismes communautaires reconnus par le réseau de la santé. Il y a également les organismes non financés par le ministère de la Santé et des Services sociaux œuvrant auprès des familles, des femmes et des hommes ainsi que d'autres organismes communautaires qui ont un impact sur la santé des personnes.

Le réseau, à travers ses établissements, a des liens étroits avec le milieu. Ainsi, le CISSS de Lanaudière travaille étroitement avec le milieu des garderies. Le CISSS a des ententes avec les commissions scolaires et le Cégep régional de Lanaudière. Il travaille avec la table des préfets de la région faisant des MRC et des municipalités des partenaires incontournables. Le CISSS est aussi présent à la Conférence administrative régionale qui regroupe toutes les instances régionales des ministères. Plusieurs liens privilégiés se font aussi avec certains ministères et certains sont en développement avec les chambres de commerce et les entreprises privées. Les fondations sont également d'excellents partenaires.

De même, les médecins en clinique médicale et en GMF, les infirmières et les pharmaciens ont un important rôle à jouer en santé publique.

Enfin, toutes les personnes sont invitées à s'investir dans leur santé et à s'impliquer avec leurs voisins, dans leur municipalité, à l'école ou dans leur milieu de travail pour contribuer, à leur manière, à rendre leur environnement favorable à la santé.

**Faire mieux, autrement, ensemble!**

Lors de la rencontre avec les partenaires du milieu de la MRC de Montcalm.



# Ce qui guidera nos actions

## La population, la personne et le citoyen, au centre de nos actions



Déjà, Lanaudière est une région qui bouge. Elle se regroupe, elle discute, elle partage son point de vue, elle agit ensemble, elle se mobilise! Avec ce nouveau plan d'action régional de santé publique 2016-2020, nous voulons réaffirmer ce dynamisme et continuer de faire preuve de leadership.

Pour atteindre cet objectif, il faut davantage être à l'écoute de la population afin de mieux répondre à ses besoins. La santé publique y travaillera.

Cela dit, il n'en demeure pas moins que toutes les activités prévues dans les plans d'action thématiques tripartites (PATT) seront à poursuivre ou à mettre en place. C'est ce que nous ferons, en ayant le souci de joindre l'ensemble des Lanaudoises et des Lanaudois, quels que soient leur condition de vie, leur origine, leur niveau d'éducation ou leurs limitations.

## Des façons de faire à notre image, c'est par exemple...

En tenant compte des ressources disponibles, organiser la vaccination en :

- écoutant les besoins exprimés;
- améliorant l'accès en termes de proximité et d'horaires;
- offrant de l'information claire et facile à comprendre;
- multipliant les moyens de communication pour faire connaître le service.

Les services de santé et de services sociaux offerts devront être diversifiés, pour répondre aux besoins de la population. Ils devront être évalués afin de s'assurer qu'ils sont accessibles à tous. De même, ils devront être mieux connus, qu'ils soient offerts par le CISSS, les organismes communautaires, les municipalités, le milieu de garde éducatif, le milieu scolaire ou les entreprises privées de soins.

Dans l'atteinte de ces objectifs, la communication sera très importante. Nos messages devront être clairs, crédibles, bien ciblés et diffusés de multiples façons. De même, nous devons partager nos bons coups.

Communiquer ouvertement nous permettra de mieux nous connaître et de mieux travailler ensemble.

Nous poursuivrons ainsi notre travail d'information, car être bien informé donne du pouvoir aux personnes : du pouvoir pour participer à la vie de leur communauté et pour faire de meilleurs choix pour leur santé.

Dans un contexte plus difficile financièrement, il faudra innover dans nos façons de faire et être créatif. Cela implique que nous partagions la même vision et que nous ayons les mêmes objectifs. Bref, il nous faudra tous ramer dans le même sens afin d'arriver à bon port.

Par ailleurs, être créatif, c'est aussi sortir des sentiers battus. Pourquoi alors ne pas s'asseoir, tous ensemble et discuter de nos grands enjeux afin de trouver des solutions?

Dans Lanaudière, nous sommes déjà très nombreux à nous préoccuper de santé publique. C'est une grande richesse. Il n'en tient qu'à nous de la faire fructifier.

# Les Lanaudoises et les Lanaudois s'occupent de leur santé!

Nous voulons tous être en santé! Mais parfois, nous acceptons la maladie, comme une fatalité. Y a-t-il des maladies ou des accidents que nous pourrions éviter ou retarder? **Oui!**

Il s'agit de plus de 79 maladies et accidents dont les 9 plus importants sont le cancer du poumon, les maladies du cœur comme l'infarctus, la dépression amenant au suicide, le cancer du côlon, les maladies pulmonaires (MPOC), le cancer du sein, les maladies cérébrovasculaires comme l'AVC, le diabète et les accidents de la route.

Mais comment peut-on les éviter ou les retarder?

En s'informant et en prenant soin de nous!

On ne le répètera jamais assez : bien manger, faire de l'exercice, ne pas fumer, boire moins et mieux, avoir moins de stress, aller à nos rendez-vous médicaux, écouter notre infirmière, notre médecin, notre pharmacien, c'est le secret d'une vie en santé.

Pourquoi n'écoutons-nous pas toujours les bons conseils?

Parce que ce n'est pas toujours facile et pas toujours à notre portée.

Parfois, il coûte cher de bien manger. Parfois, après une longue journée de travail et une grande perte de temps sur le chemin du retour, nous sommes trop fatigués pour aller faire une marche. Parfois, nous ne nous sentons pas en sécurité sur la route pour faire du vélo. Parfois, nous n'avons pas le choix de prendre un logement mal entretenu, car il coûte moins cher, et ce, même si cet appartement est situé à côté d'une usine polluante.

Il est donc important de travailler ensemble afin de rendre notre environnement plus sain et sécuritaire. Nous avons une responsabilité face à notre santé et face à la santé des autres.

## Mais il y a de l'espoir!

### Que chacun fasse sa part et ensemble, nous améliorerons notre santé!

## Publication :

**Direction de santé publique**

Avec la collaboration du  
Comité de soutien à  
l'élaboration du Plan d'action  
régional de santé publique  
de Lanaudière.

© Centre intégré de santé et de  
services sociaux de Lanaudière

Dépôt légal

Bibliothèque et archives  
nationales du Québec

4<sup>e</sup> trimestre 2016

ISSN : 2371-5642



Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Lanaudière

Québec 