

ACT NOW ... the best you can be!

Creative Wellness Solutions

Action Schools! BC

ACTive

Canadian Association for the Advancement of Women and Sports and Physical Activity

Association canadienne pour l'avancement des femmes du sport et de l'activité physique

Active Living Alliance for Canadians with a Disability/

Alliance de vie active des Canadiens/Canadiennes ayant un handicap

Active Kids, Healthy Kids (Nova Scotia)

Canadian Centre for Activity and Aging

Canadian Prenatal Nutrition Program (CPNP)/

Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP)

Go For Green/Vert l'action

Growing Food - Growing Futures (Gardengate Training Centre, Kamloops, B.C)

Health Canada/Santé Canada

Healthy Child Manitoba/Enfants en santé (Manitoba)

Healthy Eating in Store for You/Faites provision de saine alimentation

Healthy Living Network (Alberta)

ISO Actif (Québec)

Nunavut Food Guide/Guide alimentaire de Nunavut (Nunavut)

Ontario Mandatory Health Programs and Services Guidelines/

Lignes directrices pour les programmes et services de santé obligatoires de l'Ontario (Ontario)

P.E.I. Active Living Alliance (P.E.I)

Saskatoon / Saskatchewan in Motion (Saskatchewan)

Ticker Tom (Newfoundland and Labrador/Terre-Neuve et Labrador)

Yukon Active Living Strategy (Yukon)

ACT NOW ... the best you can be!

Creative Wellness Solutions

ACT NOW ... the best you can be is a program with a complete integrated approach to health and wellness based on four priorities: Healthy ACTIVITY (physical activity), Healthy APPETITE (nutrition), Healthy ATTITUDE (mental strength) and Healthy AIR (smoke-free living - first or second-hand).

The interactive program was developed by Creative Wellness Solutions who works in partnership with both private and public sector organizations. All programs are joint ventures between government and the private sector, and all the resource materials are developed in collaboration with teachers and healthcare professionals.

The *ACT NOW...the best you can be* program was developed to assist children, students and seniors, as well as private and public sector organizations, in understanding the positive impact of making healthy lifestyle decisions. The interactive health and wellness programs are delivered in three streams (*First Nations, School, Corporate*) across Ontario by a team of extensively trained Canadian Olympians and healthcare professionals. Each program is presented within the context of four priorities: Healthy Activity, Healthy Appetite, Healthy Attitude, and Healthy Air. All programs begin with a multimedia presentation designed to inspire and motivate audiences to live healthier lifestyles. Participating Olympians then join the stage to deliver core health messages and share their own personal health and wellness experiences. Healthcare professionals are there to provide credibility to the health and wellness messages. In the year that follows, the Olympians “adopt” the school/community and visit it a minimum of 5 times. They also stay in contact with participants by e-mail in order to provide guidance and sustain the momentum. Extensive resources, including the establishment of Internal and External Champions, are provided to the teachers and the community to assist in the sustainability of the program.

For more information, contact Laura Mikos. Phone: (905) 271-7882.

E-mail: lmikos@creativewellness.ca You also can visit the program’s website at:

www.actnowprogram.com.

ACT NOW ... the best you can be!

Creative Wellness Solutions

ACT NOW ... the best you can be est un programme offrant une approche complète et intégrée de santé et de bien-être fondée sur quatre priorités : l'activité saine (activité physique), l'appétit sain (nutrition), l'attitude saine (force mentale) et l'air sain (anti-tabagisme —tabagisme ou fumée secondaire).

Ce programme interactif a été élaboré par *Creative Wellness Solutions* avec la collaboration d'organismes des secteurs public et privé. Le gouvernement et le secteur privé mènent conjointement tous ces programmes. Tout le matériel documentaire a été préparé avec la collaboration d'enseignants et de professionnels de la santé.

Le programme *ACT NOW...the best you can be* vise à aider les enfants, les étudiants et les aînés ainsi que les organisations des secteurs privé et public, à comprendre les avantages de prendre des décisions compatibles avec un mode de vie sain. Les programmes interactifs de santé et de bien-être sont offerts sous trois volets (*Premières nations, écoles et entreprises*) partout en Ontario par une équipe de participants canadiens aux jeux olympiques et de professionnels de la santé. Chaque programme s'articule autour de quatre priorités : activité saine, appétit sain, attitude saine et air sain. Les programmes commencent tous par une présentation multimédia visant à inciter et à motiver l'auditoire à adopter des modes de vie sains. Les participants aux jeux olympiques envoient ensuite un message fondamental sur la santé et partagent leurs expériences personnelles de la santé et du bien-être. Des professionnels de la santé sont sur place pour renforcer la crédibilité des messages concernant la santé et le bien-être. Au cours de l'année, les participants aux jeux olympiques « adoptent » une école/collectivité, qu'ils visitent au moins cinq fois. Ils restent aussi en contact avec les participants au programme par courriel, afin de leur fournir des conseils et de soutenir leur enthousiasme. De vastes ressources, notamment des champions à l'interne et à l'externe sont mises à la disposition des enseignants et de la collectivité pour les aider à pérenniser le programme.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Laura Mikos,

par téléphone au. : (905) 271-7882,

par courriel : lmikos@creativewellness.ca

Vous pouvez également visiter le site Web du programme au www.actnowprogram.com.

Action Schools! BC

Action Schools! BC is a best-practice physical activity model designed to assist elementary schools in creating individualized school action plans to promote healthy living.

The program addresses multiple health benefits with a focus on improving overall health and well-being, and will also provide a documented link between a healthy child and healthy living. It contributes to the creation of a sustainable program that can be implemented on a wide scale. *Action Schools! BC* is primarily funded by the BC Ministry of Health Planning and represents a partnership between government, researchers, educators, and the health, recreation and sports sectors. The BC Ministry of Community, Aboriginal and Women's Services, and the 2010 Legacies Now Society are also providing financial support.

Schools in Vancouver and Richmond have been chosen to participate in the initial 18-month pilot of the *Action Schools! BC* program starting February 2003. An *Action School!BC* Team will be formed to assist schools in designing and implementing an Action Plan to support the increase of whole school and individual classroom physical activity opportunities.

For further information, contact Bryna Kopelow. Phone: (604) 737-3062.

E-mail: psap@jwspporta.ca You can also visit the program's website at:

<http://www.actionschoolsbc.ca/content/home.asp>

Action Schools! Colombie-Britannique

Le programme *Action Schools! BC* est un modèle des meilleures pratiques d'activités physiques visant à aider les écoles primaires à élaborer des plans d'action scolaires personnalisés pour la promotion d'un mode de vie sain.

Il portera sur les nombreux avantages d'une bonne santé, mettant l'accent sur l'amélioration de la santé et du bien-être global et fournira un lien documenté entre un enfant en santé et une vie saine. Il contribuera à la création d'un programme durable, qui pourra être mis en oeuvre à grande échelle. *Action Schools! BC* est principalement financé par le *Ministry of Health Planning* de la C.-B. Il constitue un partenariat entre le gouvernement, des chercheurs, des enseignants et les secteurs de la santé, des loisirs et du sport. Le *Ministry of Community, Aboriginal and Women's Services* de la Colombie-Britannique et le *2010 Legacies Now Society* subventionnent aussi ce programme.

Des écoles de Vancouver et de Richmond ont été choisies pour participer au projet pilote initial de *Action Schools! BC*, qui a débuté en février 2003. Une équipe de *Action School!BC* sera formée pour aider les écoles à élaborer et à mettre en oeuvre un plan d'action pour accroître les occasions d'activités physiques dans les écoles et dans les salles de classe.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Bryna Kopelow,
par téléphone au : (604) 737-3062,
par courriel : psap@jwsporta.ca

Vous pouvez également visiter le site Web du programme au:
<http://www.actionschoolsbc.ca/content/home.asp>

ACTive

Canadian Strategy For Girls And Women Through Physical Activity and Sport

ACTive, the Canadian Strategy For Girls And Women Through Physical Activity and Sport, is a national strategy focused on increasing physical activity and sport opportunities for girls and women in the areas of: participation development, access to facilities and services, leadership and decision making, excellence, awareness, and research.

The *ACTive* strategy was developed jointly by the Canadian Association for the Advancement of Women and Sport and Physical Activity (CAAWS), Sport Canada and Health Canada. Various stakeholders were asked for their input, including: multi-sectoral organizations from physical activity and sport, all levels of government, health, education, justice, social and community services, media, corporations, and urban planners/architects.

This successful partnership has governments and organizations at all levels, actively participating in *ACTive* through the development of individualized Action Plans that contribute to, and feed into, the overall strategy. The multi-sectoral approach ensures that all key stakeholder sectors are involved in the sustainable development, delivery and dissemination of physical activity and sport initiatives for girls and women.

The Canadian Association for the Advancement of Women in Sport is a national not-for-profit organization founded in 1981. CAAWS works in partnership with Sport Canada and with Canada's sport and active living communities to achieve gender equity in the sport community. CAAWS operates with a strong base of volunteers and a small team of effective and efficient staff.

For further information, contact Karin Lofstrom. Phone: (613) 798-8029 E-mail: klofstrom@caaws.ca, or info@activestrategy.ca You can visit the program's website at: <http://www.caaws.ca/english/index.htm>

ACTive

Stratégie canadienne pour l'activité physique et le sport chez les filles et les femmes

ACTive, La stratégie canadienne pour l'activité physique et le sport chez les filles et les femmes est une stratégie nationale visant à offrir aux filles et aux femmes, plus d'occasions d'activités physiques et de participation à des sports en y favorisant leur participation, leur accès aux installations et services, le leadership et la prise de décisions ainsi que l'excellence, la sensibilisation et la recherche.

La stratégie *ACTive* a été élaborée conjointement par l'Association canadienne pour l'avancement des femmes du sport et de l'activité physique, Sport Canada et Santé Canada. Divers intervenants clés ont été invités à donner leur avis, notamment les organisations multisectorielles d'activités physiques et de sports, tous les échelons de gouvernements, la santé, l'enseignement, la justice, les services sociaux et communautaires, les médias, des entreprises et des urbanistes/architectes.

Ce partenariat, qui s'est révélé fructueux, a permis à des gouvernements et des organisations de tous les niveaux de participer activement au programme *ACTive*, en leur donnant l'occasion d'élaborer des plans d'action personnalisés qui contribuent à la stratégie globale et de tirer partie de celle-ci. Grâce à cette approche multisectorielle, tous les secteurs clés sont impliqués dans le développement durable, la mise en oeuvre et la diffusion de projets d'activités physiques et d'activités sportives à l'intention des filles et des femmes.

L'Association canadienne pour l'avancement des femmes du sport et de l'activité physique est un organisme national sans but lucratif qui a été fondé en 1981. L'Association collabore avec Sport Canada et avec les communautés sportives et de vie active au Canada à l'atteinte de l'égalité des sexes dans la communauté sportive. Elle fonctionne grâce à une base solide de bénévoles et une petite équipe efficace.

Pour plus d'information veuillez entrer en communication avec Karin Lofstrom.,
par téléphone au: (613) 798-8029,

par courriel: klofstrom@caaws.ca, ou info@activestrategy.ca

Vous pouvez également visiter le site internet du programme au <http://www.caaws.ca/english/index.htm>

Active Living Alliance for Canadians with a Disability

Networking Towards Inclusive Communities

Since 1988, the *Active Living Alliance for Canadians with a Disability* has built a seamless, multi-sectoral network of national, provincial, regional, and municipal organizations and agencies. Working in concert under one strategic plan, the Alliance network has been able to both motivate Canadians with a disability to become active while encouraging service providers to welcome all citizens into their programs no matter what level of ability. The Alliance network now has a community reach of 500,000 Canadians.

An inclusive community is one that values all citizens. It provides full access to all the community has to offer. The degree to which communities are healthy can be partly gauged by the degree to which people with disabilities are provided support to contribute to and be part of the community. It is not enough to build a ramp to a facility to make it accessible. Programs, services and facilities need to be welcoming and aware of the needs of all citizens.

Canadians with a disability need to be encouraged and supported to adopt an active lifestyle. While active living is important in the lives of all Canadians, it is an even more essential component in the lives of citizens with a disability.

The Alliance has diversified its partner base over the past decade to collaborate with many sectors of the population. It provides and supports many programs and services that enable the above organizations and networks to better serve the needs of Canadians with a disability.

For further information, contact Jane Arkell. Phone: 1-800-771-0663. E-mail: jane@ala.ca You can also visit the project's website at: www.ala.ca

Alliance de vie active des Canadiens/Canadiennes ayant un handicap

Réseautage dans le but de créer des communautés englobantes

Depuis sa création en 1988, l'Alliance de vie active des Canadiens/Canadiennes ayant un handicap a mis au point un réseau multisectoriel qui relie des organisations nationales, provinciales, régionales et municipales de façon transparente. Guidé par un seul plan stratégique, le réseau de l'Alliance a pu motiver les Canadiennes et Canadiens ayant un handicap pour qu'ils deviennent actifs, tout en encourageant les fournisseurs de services à accueillir tous les citoyens dans leurs programmes, quel que soit leur niveau de capacité. Le réseau rejoint maintenant une communauté de 500 000 Canadiens.

Une communauté englobante en est une qui apprécie tous les citoyens. Elle donne pleinement accès à tout ce qu'elle a à offrir. On peut mesurer en partie le degré de santé des collectivités en évaluant les aides qu'elles fournissent aux personnes ayant un handicap pour les aider à contribuer à leur collectivité et en faire partie. Il ne suffit pas de bâtir des rampes pour que des installations deviennent accessibles. Les programmes, les services et les installations doivent être accueillants et sensibles aux besoins de tous les citoyens.

Il faut encourager et aider les Canadiens ayant un handicap à adopter un mode de vie actif. Bien qu'une vie active revêt de l'importance dans la vie de tous les Canadiens, elle est un élément d'autant plus essentiel de la vie des citoyens ayant un handicap.

Au cours des dix dernières années, l'Alliance a élargi son réseau de partenaires à de nombreux secteurs de la population. Elle fournit et soutient de nombreux programmes et services qui permettent aux organisations et réseaux mentionnés précédemment de mieux répondre aux besoins des Canadiens ayant un handicap.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Jane Arkell,

par téléphone au : 1-800-771-0663,

par courriel à : jane@ala.ca

Vous pouvez aussi visiter le site Internet du projet au www.ala.ca

Active Kids, Healthy Kids

Nova Scotia

The Nova Scotia Physical Activity Strategy for Children, now known as *Active Kids, Healthy Kids*, was created by a working group of government and non-government organizations on behalf of the Minister responsible for the Sport and Recreation Commission. The three-year strategy, from 2002-03 to 2004-05, is supported and funded by the Sport and Recreation Commission, the Department of Health, Public Health Services, and the Department of Education, English Program Services. The strategy had wide input from a multitude of stakeholders and youth at community, regional and provincial levels.

The long-term goal of the *Active Kids, Healthy Kids* strategy is to increase the number of children and youth who accumulate at least 60 minutes of moderate or higher-intensity physical activity on a daily basis. The strategy envisions that in the year 2010, Nova Scotia will be known as a province that experienced a fundamental shift in its support for active, healthy lives for children and youth.

The *Active Kids, Healthy Kids* strategy is made of six components: Policy and Program development, Active Communities, Active School Communities, Active Community Environments, Public Education, and Evaluation and Monitoring. The strategy states that helping inactive children and youth become active is a priority. It also underlines the right for children to have daily access to fair and safe physical activity and play. It emphasizes the need for quality leadership and involving children in decisions. Based on evidence and best practices, *Active Kids, Healthy Kids* will build on existing services and infrastructures currently available in the communities. Finally, it states the need for a collaborative effort of government and non-government sectors to create and sustain physical activity opportunities for Nova Scotia's children and youth.

For further information, contact Mike Arthur. Phone: (902) 424-7960. E-mail: arturmh@gov.ns.ca You can also visit the project's website at: <http://www.gov.ns.ca/src/activekidshealthykids/index.htm>

Active Kids, Healthy Kids

Nouvelle-Écosse

Au nom du ministre responsable de la *Sport and Recreation Commission*, un groupe de travail composé d'organisations gouvernementales et non gouvernementales a défini une stratégie d'activités physiques de la Nouvelle-Écosse à l'intention des enfants et connue sous le nom de *Active Kids, Healthy Kids*. C'est une stratégie triennale pour la période 2002-2003 à 2004-2005, qui est appuyée et financée par la *Sport and Recreation Commission*, le *Department of Health, Public Health Services* et le *Department of Education, English Program Services*. Une multitude d'intervenants et de jeunes à l'échelle communautaire, régionale et provinciale ont contribué à l'élaboration de la stratégie.

Cette stratégie vise à long terme à accroître le nombre d'enfants et de jeunes qui font un total d'au moins 60 minutes d'activités physiques modérées ou intenses par jour. En fait, la stratégie envisage pour 2010 que la Nouvelle-Écosse sera connue comme une province ayant opéré un changement en profondeur en faveur du développement d'enfants et de jeunes menant une vie active et en santé.

La stratégie comprend six volets : le développement de politiques et de programmes, les communautés actives impliquant toute la communauté, le milieu scolaire, l'environnement, l'enseignement public et l'évaluation et la surveillance. La stratégie affirme qu'il est prioritaire d'aider les enfants et les jeunes inactifs à devenir actifs. Elle souligne le droit des enfants d'avoir accès quotidiennement à des activités physiques et des jeux équitables et sécuritaires. La stratégie met l'emphase sur le besoin d'un bon leadership et l'implication des enfants dans la prise de décision. Appuyée sur des preuves et les meilleures pratiques, *Active Kids, Healthy Kids*, tirera profit des activités et des infrastructures existantes dans les collectivités. En dernier lieu, la stratégie indique que la collaboration entre le gouvernement et le secteur privé s'avère le meilleur moyen de créer et maintenir des occasions pour les enfants et les jeunes de la Nouvelle-Écosse de faire de l'activité physique.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Mike Arthur,
par téléphone au: (902) 424-7960,
par courriel à: arturmh@gov.ns.ca

Vous pouvez également visiter le site Internet du projet à l'adresse :
<http://www.gov.ns.ca/src/activekidshealthykids/index.htm>

Canadian Centre for Activity and Aging

The *Canadian Centre for Activity and Aging* (CCAA) is affiliated with the University of Western Ontario, St. Joseph's Health Care of London, and Lawson Health Research Institute (LHRI). Its mission is to develop, encourage and promote an active, healthy lifestyle for Canadian adults that will enhance the dignity of the aging process. The CCAA is a research and national resource institution. It was incorporated in 1996 as a registered charitable organization, and is managed by a volunteer board of directors. In 2000, the CCAA took on the activities of The Centre for Activity and Aging (CCA), which was originally founded in 1989 as a joint cooperative venture between the University of Western Ontario (UWO) and St. Joseph's Health Care, London (SJHC).

The CCAA's mandate is to investigate the interrelationship of physical activity and aging and to develop strategies, based on research, to promote the independence of older adults. The CCAA includes faculty, staff, fitness instructors, undergraduate and graduate students, volunteers and participants in the in-house exercise programs. The faculty is cross-disciplinary and includes members from various departments and schools of the UWO, and the LHRI. The CCAA presently operates four in-house research laboratories that specialize in cardiorespiratory physiology, muscle metabolism, neuromuscular physiology and cardiovascular health.

The CCAA works collaboratively with individual faculties at UWO such as Health Sciences, Medicine and Dentistry, and with the Lawson Health Research Institute (LHRI), the research arm of SJHC and the London Health Sciences Centre (LHSC). The CCAA is designated a Type IV research institute at UWO and receives funding from external sources to cover capital costs, salaries of the director and staff, and operating costs.

For further information, contact Gareth Jones. Phone: (519) 661-1604. E-mail: gareth@uwo.ca You can also visit the Centre's website at <http://www.uwo.ca/actage/index.htm>

Canadian Centre for Activity and Aging

Le *Canadian Centre for Activity and Aging* (CCAA) est affilié à l'Université de Western Ontario, au St. Joseph's Health Care de London et au Lawson Health Research Institute (LHRI). Il a pour mission d'élaborer, d'encourager et de promouvoir un mode de vie sain et actif chez les adultes canadiens, pour qu'ils puissent vivre dignement le processus de vieillissement. Le CCAA est un établissement de recherche et de ressources nationales. Il est une oeuvre de bienfaisance enregistrée, qui a été incorporée en 1996 et géré par un conseil d'administration bénévole. En 2000, il a assumé la gestion des activités du *Centre for Activity and Aging* (CCA), qui a été fondé initialement en 1989 conjointement avec l'université de Western Ontario (UWO) et St. Joseph's Health Care, à London (SJHC).

Le CCAA a pour mandat d'examiner les liens entre l'activité physique et le vieillissement et de définir, à la lumière de la recherche, des stratégies de promotion de l'autonomie des adultes âgés. Il comprend le corps enseignant, des instructeurs de conditionnement physique, des étudiants de premier et de deuxième cycle, des bénévoles et des participants à des programmes d'exercices internes. Le corps enseignant est multidisciplinaire, comprenant des membres de différents départements et écoles de l'UWO et de (LHRI). Le CCAA administre quatre laboratoires internes de recherche qui se spécialisent dans la physiologie aérobique, le métabolisme musculaire, la physiologie neuromusculaire et la santé cardiovasculaire.

Il collabore avec des départements de l'UWO, comme ceux des sciences de la santé, de la médecine et de la dentisterie et le LHRI. Il a été désigné comme établissement de recherche de type IV à l'UWO. Il utilise des fonds de sources provenant de l'extérieur pour payer les coûts d'immobilisation, le salaire du directeur et du personnel et les coûts de fonctionnement.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Gareth Jones,
par téléphone au: (519) 661-1604,
par courriel à: gareth@uwo.ca

Vous pouvez également visiter le site Internet du centre au <http://www.uwo.ca/actage/index.htm>

Canada Prenatal Nutrition Program

The *Canadian Prenatal Nutrition Program* (CPNP) targets those women most likely to have unhealthy babies due to poor health and nutrition. Over 95% of projects target pregnant women living in poverty, teens, or women living in isolation or with poor access to services. Other client groups targeted include women who abuse alcohol or drugs, live with violence, women with gestational diabetes, Aboriginal women, and immigrant and/or refugee women.

In 1994 the federal government announced the *Canada Prenatal Nutrition Program* to help improve birth outcomes by providing high risk prenatal women with nutritional support. Through the CPNP, high-risk pregnant women receive healthy food supplementation; prenatal nutrition and health information/counseling; and breast feeding support.

Through a community development approach, the *Canada Prenatal Nutrition Program* aims to reduce the incidence of unhealthy birth weights, improve the health of both infant and mother and encourage breastfeeding.

In 2001/02, over 44, 650 women participated in CPNP projects. In addition, close to 6,000 women were served by Health Canada-funded CPNP projects in Inuit and on-reserve First Nations communities.

For further information, please contact:

Anne Stenhouse,

Phone: (613) 957-8502.

E-mail: Anne_Stenhouse@hc-sc.gc.ca.

Lori Doran,

Phone: (613) 954-7757.

E-mail: Lori_Doran@hc-sc.gc.ca.

You can also visit the program's website at:

http://www.hc-sc.gc.ca/dca-dea/programs-mes/cnpn_main_e.html

Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP)

Le Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP) s'adresse aux femmes enceintes à haut risque d'avoir des bébés de petit poids dû à une santé déficiente et une carence alimentaire. Plus de 95% des projets PCNP visent les femmes enceintes vivant dans la pauvreté, les adolescentes et les femmes de régions éloignées ayant un accès limité aux services. Les autres bénéficiaires visées par le Programme incluent les femmes qui ont des problèmes de drogues ou d'alcool, les femmes qui sont victimes de violence, les femmes qui souffrent de diabète de grossesse, les femmes autochtones et les femmes immigrantes et/ou réfugiées.

En 1994, le gouvernement fédéral a annoncé la mise sur pied du *Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP)* afin d'améliorer l'issue des grossesses en offrant un soutien alimentaire aux femmes enceintes à risque. Grâce au PCNP, les femmes enceintes à haut risque reçoivent un supplément d'aliments sains, des services d'information et de counselling sur la santé et la nutrition prénatale ainsi qu'un service de soutien à l'allaitement maternel.

Au moyen d'une approche orientée vers le développement communautaire, le PCNP s'efforce de réduire le nombre des nouveau-nés ayant un poids insuffisant à la naissance, d'améliorer la santé à la fois des nouveau-nés et de leur mère et d'encourager l'allaitement maternel.

En 2001-02, plus de 44 650 femmes ont participé aux projets du PCNP. De plus, près de 6 000 femmes vivant dans des collectivités inuites et les communautés des Premières Nations ont été desservies par les projets PCNP financés par la DGSPNI de Santé Canada.

Pour de plus amples renseignements, veuillez entrer en communication avec Anne Stenhouse, par téléphone au: (613) 957-8502, par courriel à: Anne_Stenhouse@hc-sc.gc.ca

Lori Doran,
Téléphone : (613)954-7757
Courriel : Lori_Doran@hc-sc.gc.ca

Vous pouvez également obtenir des renseignements en ligne au site web suivant:
http://www.hc-sc.gc.ca/dca-dea/programs-mes/cnpn_main_e.html.

Go For Green

Go for Green is a national non-profit, charitable organization encouraging Canadians to pursue healthy, outdoor physical activities while being good environmental citizens. *Go for Green* aims to inform Canadians about healthy, active lifestyle choices, and nurtures commitment and action to improve citizens' health and the health of the environment. *Go for Green* has community-driven solutions that make a positive contribution to Canadian society.

Go for Green's vision is to nurture commitment and action that improves the health of Canadians and the health of the environment. Program objectives include partnerships to build local, regional and national alliances that help Canadians "*Go for Green*". They also include participation and education to provide opportunities for Canadians to experience, value, and learn to protect the environment while being active outdoors. Another objective is to create healthy, safe and accessible environments for outdoor physical activity. Active transportation alternatives are also promoted as a substitute to the growing reliance of Canadians on the automobile.

Since 1992, *Go for Green* has worked in close partnership with health, environment, transportation, recreation and community organizations across the country. It is also involved with progressive Canadian corporations, and governments at all levels. During this time, *Go for Green* has supported more than 3,000 initiatives to enhance personal and environmental health.

For further information, contact Francine Godin. Phone: (613) 748-1800, x109.

E-Mail: godin@goforgreen.ca. You can visit the program's website at: <http://www.goforgreen.ca>

Vert l'action

Vert l'action est un organisme caritatif national sans but lucratif qui encourage les Canadiens à pratiquer des activités physiques saines en plein air tout en faisant preuve d'écocivisme. Il a pour but d'informer les Canadiens des choix de modes de vie sains et actifs et de les inciter à s'engager et à prendre des mesures pour améliorer notre santé et la santé de l'environnement.

Il a pour vision d'encourager un engagement et des mesures en faveur de l'amélioration de la santé des Canadiens et de la santé de l'environnement. Le programme poursuit les objectifs suivants : nouer des partenariats et des alliances à l'échelle locale, régionale et nationale qui aideront les Canadiens « *vert l'action* ». Par leur participation et leur sensibilisation, les Canadiens pourront faire l'expérience d'activités qui touchent à l'environnement et qui les incitent à respecter l'environnement et à en apprendre davantage sur tout en étant actifs en plein air. Il a également pour objectif de créer un environnement sain, sécuritaire et accessible pour les activités physiques en plein air. Il encourage le transport actif comme solution de rechange pour réduire la dépendance croissante des Canadiens envers l'automobile.

Depuis 1992, *Vert l'action* a travaillé en étroite collaboration avec des organismes sanitaires, environnementaux, récréatifs, communautaires ainsi que de organismes de transport d'un bout à l'autre du pays. Il collabore aussi avec des sociétés commerciales progressistes au Canada et avec les gouvernements de tous les échelons. Il a depuis appuyé plus de 3 000 projets visant à améliorer la santé des gens et de l'environnement.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Francine Godin,
par téléphone au: (613) 748-1800, x109,
par courriel à: godin@goforgreen.ca.

Vous pouvez également visiter le site Internet du le site Internet du projet au <http://www.goforgreen.ca>

Growing Food - Growing Futures

Gardengate Training Centre, Kamloops, B.C.

In 1999, representatives from the B.C. Society of Training for Health and Employment Opportunities and the Kamloops Food Policy Council (KFPC) came together to discuss issues relating to hunger and poverty. After thorough discussion, the Gardengate Training Centre was launched. In 2000, the Ministry of Health leased two acres of land to the Gardengate Training Centre, and a greenhouse and an office/training building were built. Equipment needed for the maintenance of the garden was purchased as well. Over 25 businesses in the Kamloops area have since contributed their time and resources to assist in the construction of the site.

The primary goal of the Gardengate Training Centre is to give marginalized individuals direct access to nutritious food that is grown on-site. This goal is based on the belief that teaching people the art of growing their own food, in the long term, leads to greater self-sufficiency and reduces hunger. It also has many purposes. First, it is hoped that the centre will increase access to food and improve food security for individuals who are marginalized due to poverty or disability. Second, the centre aims to support individuals with disabilities to obtain horticultural training that will lead to paid employment.

The Gardengate Training Centre program consists of three phases of participant involvement: volunteer work in an organic production garden, food and employment-related skill training workshops, and horticultural training.

The KFPC is a coalition of several organizations that includes representatives from the Interior Health Authority, the Ministry of Agriculture, the Food Bank, the University College of the Cariboo, Kamloops Farmer's Market, the Organic Growers Association, the City of Kamloops, the Salvation Army, and community nutritionists. This partnership is further expanded by the participation of many organizations and individuals who have donated time, talent and funds to the Gardengate Training Centre project.

For further information, contact Laura Kalina. Phone: (250) 312-6220.

E-mail: laura.kalina@interiorhealth.ca

Growing Food - Growing Futures

Gardengate Training Kamloops, B.C.

En 1999, des représentants du *B.C. Society of training for Health and Employment Opportunities* et du *Kamloops Food Policy Council's* (KFPC) se sont réunis pour discuter de questions touchant la faim et la pauvreté. Après avoir discuté de ces questions à fond, il ont lancé un nouveau projet en vue de créer un centre intitulé *Gardengate Training Centre* (centre de formation Gardengate). En 2000, le *Ministry of Health* a loué deux acres de terres à ce centre. On y a construit une serre et un immeuble abritant des bureaux et des salles de formation. On a également acheté l'équipement nécessaire à l'entretien d'un jardin. Depuis lors, plus de 25 entreprises de la région de Kamloops ont consacré du temps et des ressources à la construction du centre.

Le but principal du centre est de donner aux marginaux un accès direct aux aliments nutritifs qui y sont cultivés. Ce but se fonde sur la croyance qu'en enseignant aux gens l'art de cultiver leur propre nourriture, ils pourront, à long terme, devenir auto-suffisants et seront moins confrontés à la faim. Le centre de formation Gardengate a de nombreux objectifs. Tout d'abord, accroître l'accès aux aliments par les individus marginalisés ou ayant un handicap, et accroître leur sécurité alimentaire. Deuxièmement, aider les personnes ayant un handicap à recevoir une formation en horticulture qui leur donnera accès à un emploi rémunéré.

Le programme du centre comprend trois phases d'implication des participants : le travail bénévole dans le jardin de production d'aliments biologiques, la formation professionnelle et des ateliers sur l'alimentation et les compétences d'emploi et la formation en horticulture.

Le KFPC est une coalition d'organisations, notamment *l'Interior Health Authority*, le ministère de l'Agriculture, la banque alimentaire, le collège universitaire de Cariboo, le marché des producteurs de Kamloops, l'association des cultivateurs biologiques, la ville de Kamloops, l'Armée du Salut et des nutritionnistes de la collectivité. Ce partenariat est élargi aux nombreux organismes et particuliers qui ont consacré une partie de leur temps, de leur talent et des fonds au projet de Gardengate

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Laura Kalina,
par téléphone au: (250) 312-6220,
par courriel à: laura.kalina@interiorhealth.ca.

Health Canada

SummerActive 2003

SummerActive is a major national, community-based communications campaign designed to increase awareness about the importance of physical activity, healthy eating and tobacco-free lifestyles to health. The annual campaign supports the efforts of provincial/territorial governments, national organizations and community agencies in their efforts to increase public awareness about the benefits of adopting an active lifestyle.

For further information, contact Joe Dorion. Phone: (902) 433-1550. E-mail: joe_dorion@hc-sc.gc.ca
You can visit the program's website at: <http://www.summeractive.canoe.ca>

Canadian Heart Health Initiative

The Canadian Heart Health Initiative is a countrywide multi-level strategy for the prevention of cardiovascular disease (CVD), the major cause of death, and one of the major causes of disability and rising health care costs in Canada. Since its inception in 1986, the Initiative created extensive networks and coalitions involving the ten provincial departments of health, the Heart and Stroke Foundation of Canada, and over 1,000 organizations in the public, private and voluntary sectors.

For further information, contact Leslie Lawson Flynn. Phone: (613) 957-8341.
E-mail: leslie_flynn@hc-sc.gc.ca You can visit the project's website at: <http://www.hc-sc.gc.ca>

Canadian Health Network

The *Canadian Health Network* (CHN) is a national, non-profit, bilingual web-based health information service. CHN's goal is to help Canadians find the information they're looking for on how to stay healthy and prevent disease. CHN does this through a unique collaboration - one of the most dynamic and comprehensive networks anywhere in the world. Among other features, CHN provides links to more than 12,000 web-based resources as well as high quality, national and regional health information on key topics including: disease and injury prevention, workplace safety, environmental health, and violence prevention.

For further information, contact Catherine Drew. Phone: (613) 954-8537.
E-mail: catherine_drew@hc-sc.gc.ca. You can visit the program's website at:
<http://www.canadian-health-network.ca>

Nutrition Labelling Education

New Regulations published on January 1, 2003, make nutrition labelling mandatory on most food labels. They also update requirements for nutrient content claims and permit, for the first time in Canada, diet-related health claims for foods. Improved nutrition labelling on most prepackaged foods, with science-based health claims and defined nutrient-content claims help consumers make informed choices about the foods they buy and eat.

For further information, contact Garima Dwivedi. Phone (613) 952-5733. E-mail:
garima_dwivedi@hc-sc.gc.ca. You can visit the program's website at:
www.healthcanada.ca/nutritionlabelling

Santé Canada

ÉtéACTIF 2003

ÉtéACTIF est une vaste campagne nationale de communication de type communautaire dont le but est de sensibiliser les gens à l'importance de l'activité physique, de bonnes habitudes alimentaires et d'une vie sans tabac pour la santé. La campagne annuelle appuie les démarches des gouvernements provinciaux et territoriaux et des organismes nationaux et communautaires qui veulent renseigner la population sur les bienfaits d'un mode de vie actif.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Joe Dorion,

par téléphone au: (902) 433-1550,

par courriel à: joe_dorion@hc-sc.gc.ca

Vous pouvez également visiter le site Internet du programme au <http://www.ÉtéACTIF.canoe.ca>

Initiative canadienne en santé cardiovasculaire

L'Initiative canadienne en santé cardio-vasculaire est à la base d'une stratégie nationale à plusieurs niveaux, qui vise à prévenir la maladie cardio-vasculaire, qui est la première cause de décès et l'une des principales causes de handicaps et de dépenses de santé au Canada. Depuis son lancement en 1986, l'Initiative a permis de créer de vastes réseaux et coalitions impliquant dix ministères provinciaux de la santé, la Fondation des maladies du coeur du Canada et plus de 1 000 organismes des secteurs publics, privés et bénévoles.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Leslie Lawson Flynn,

par téléphone au: (613) 957-8341, par courriel à: leslie_flynn@hc-sc.gc.ca.

Vous pouvez également visiter le site Internet du programme au <http://www.hc-sc.gc.ca>

Réseau canadien de la santé

Le *Réseau canadien de la santé* (RCS) est un service national bilingue d'information Internet sur la santé. Il a pour but d'aider les Canadiens à trouver l'information qu'ils cherchent sur les moyens de rester en santé et de prévenir les maladies. Pour ce faire, il s'appuie sur une collaboration exceptionnelle qui en fait le réseau le plus dynamique et exhaustif au monde. Il offre notamment des liens électroniques à plus de 12 000 ressources Internet et à des informations régionales et nationales de qualité sur la santé, notamment sur la prévention des maladies et des blessures, la santé et la sécurité au travail, l'hygiène de l'environnement et la prévention de la violence.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Catherine Drew,

par téléphone au: (613) 954-8537,

par courriel à: catherine_drew@hc-sc.gc.ca

Vous pouvez également visiter le site Internet du programme au <http://www.reseau-canadien-sante.ca>

Éducation en matière d'étiquetage nutritionnel

En vertu de nouveaux règlements publiés le 1^{er} janvier 2003, l'étiquette de la plupart des aliments doit contenir de l'information nutritionnelle. Ces règlements sont une mise à jour des exigences concernant les déclarations sur la teneur nutritive. De plus, ils autorisent pour la première fois au Canada, des déclarations sur les bienfaits des aliments. Grâce à l'amélioration de l'étiquetage nutritionnel de la plupart des aliments préemballés, les consommateurs pourront faire des choix éclairés quant aux aliments qu'ils achètent et mangent.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Garima Dwivedi,

par téléphone au: (613) 952-5733,

par courriel à: garima_dwivedi@hc-sc.gc.ca

Vous pouvez aussi visiter le site Internet du programme au www.santecanada.ca/etiquetagenutritionnel

Healthy Child Manitoba

Manitoba

Healthy Child Manitoba (HCM) is a continuum of programs and services for children, youth and families provided by the government of Manitoba and community partners. Led by the Healthy Child Committee of the Cabinet, *Healthy Child Manitoba* bridges departments and governments and, together with the community, works to improve the well-being of Manitoba's children and youth. Healthy Child Manitoba focuses on child-centred public policy through the integration of financial and community-based family supports.

Healthy Child Manitoba works with families to support their children, to help them reach their potential within strong communities. Examples of programs include: Parent-Child Centred Approach, the Fetal Alcohol Syndrome Strategy, BabyFirst, Early Start, Healthy Schools, and Healthy Adolescent Development Strategy. Related initiatives in partner departments include: Child Day Care, Children's Special Services, and Education and Youth's Early Childhood Development Initiative.

Healthy Child Manitoba researches best practices and models and adapts these to Manitoba's unique situation. It strengthens provincial policies and programs for healthy child and adolescent development, from the prenatal period to adulthood. *Healthy Child Manitoba* then evaluates programs and services to find the most effective ways to achieve the best possible outcomes for Manitoba children, families, and communities.

For further information, contact Jan Sanderson. Phone: (204) 945-6707. E-mail: jsanderson@gov.mb.ca. You also can visit the program's website at <http://www.gov.mb.ca/hcm>

Enfants en santé Manitoba

Manitoba

Enfants en santé Manitoba (ESM) est un ensemble homogène de programmes et de services pour les enfants, la jeunesse et les familles, fournis par le gouvernement du Manitoba et des partenaires de la collectivité. Dirigé par le Comité ministériel sur les enfants en santé, *Enfants en santé Manitoba*, rapproche les ministères et les gouvernements et, ensemble avec la collectivité, travaille pour améliorer le bien-être des enfants et des jeunes du Manitoba. ESM concentre ses activités sur la politique publique centrée sur les enfants par l'intermédiaire d'une intégration des soutiens familiaux financiers et axée sur la collectivité.

Pour aider les enfants à atteindre leur potentiel, le programme *Enfants bien portants Manitoba* travaille avec les familles pour soutenir leurs enfants au sein de solides collectivités. Parmi les programmes existants, on y trouve, par exemple : Approche axée sur les parents et les enfants; Stratégie face au syndrome d'intoxication foetale à l'alcool; Priorité aux nouveau-nés; Intervention précoce; Stratégie de développement en santé des et auprès des adolescents et dans les écoles. Les ministères partenaires ont des initiatives connexes incluant, des Services de garde à l'enfance, Services spéciaux pour enfants, Initiative sur l'éducation et le développement de la petite enfance.

ESM étudie les meilleures pratiques et modèles et les adapte à l'unique situation du Manitoba. Il renforce les politiques et les programmes provinciaux pour le développement des enfants et de la jeunesse en santé, à partir de la période prénatale jusqu'à l'âge adulte. *Enfants en santé Manitoba* évalue ensuite les programmes et les services pour trouver les manières les plus efficaces d'atteindre les meilleurs résultats possibles pour les enfants, les familles et les collectivités du Manitoba.

Pour de plus amples renseignements, veuillez entrer en communication avec Jan Sanderson, par téléphone au: (204) 945-6707, par courriel à: jsanderson@gov.mb.ca
Vous pouvez également visiter le site Internet à <http://www.gov.mb.ca/hcm>

Healthy Eating in Store for You

Healthy Eating in Store for You (HESY) is a project that will help consumers make healthy food choices through better use of the nutrition information on the label of packaged foods. The program's ultimate goal is to help consumers make food choices that can lead to overall health and reduce the risk of developing chronic illness, including Type 2 diabetes. The Canadian Diabetes Association and Dietitians of Canada have joined forces to bring this program to consumers. Funding for the project was received from Health Canada through the Canadian Diabetes Strategy Prevention and Promotion Contribution Program.

Nine supporting organizations make up a National Advisory Committee, and are helping to guide all aspects of the project. These organizations include: the Canadian Council of Grocery Distributors, the Canadian Home Economics Association, the Canadian Public Health Association, the Consumers' Association of Canada, the Food and Consumer Products Manufacturers of Canada, the Heart and Stroke Foundation of Canada, Kraft Canada Inc; the National Institute of Nutrition, and the Shop Smart Tours Inc.

For further information, contact Sharon Zeiler. Phone: (416) 363-3373. E-mail: zeiler@diabetes.ca
You can also visit the program's website at: <http://www.healthyeatingisinstore.ca>

Faites provision de saine alimentation

Faites provision de saine alimentation (FPSA) est un projet qui aidera les consommateurs à faire des choix alimentaires sains grâce à une meilleure utilisation de l'information sur la nutrition et sur l'étiquetage des aliments emballés. Le but principal de ce programme vise à aider les consommateurs à faire des choix judicieux concernant leur alimentation les amenant vers une meilleure santé et réduisant d'emblée le risque de développer des maladies chroniques, incluant le diabète de Type 2. L'Association canadienne du diabète et les diététistes du Canada ont collaboré pour fournir ce programme aux consommateurs. Le financement de ce projet a été obtenu de Santé Canada à travers le programme de la stratégie canadienne de prévention du diabète et le programme de contribution à la promotion.

Il existe neuf organismes de soutien qui constituent le Comité consultatif national et aide à orienter tous les aspects du projet. Ces organismes sont : le Conseil canadien de la distribution alimentaire, l'Association canadienne d'économie familiale, l'Association canadienne de santé publique, l'Association des consommateurs du Canada, les Manufacturiers de Biens consommation et d'aliments du Canada, la Fondation des maladies de coeur du Canada, Kraft Canada Inc., l'Institut national de la nutrition et Shop Smart Tours Inc.

Pour de plus amples renseignements, veuillez entrer en communication avec Sharon Zeiler, par téléphone au (416) 363.3373, par courriel à: zeiler@diabetes.ca
Vous pouvez également visiter le site Internet du programme au www.healthyeatingisinstore.ca

Healthy Living Network

Alberta

In March 2002, a provincial forum with more than 150 stakeholders demonstrated Alberta's readiness and commitment to initiate a province-wide integrated approach to health promotion and chronic disease prevention. As a result, the *Alberta Healthy Living Network* (AHLN), an inter-sectoral coalition of government agencies, non-governmental organizations, community groups, universities, regional health authorities, and professional associations was created.

The AHLN was established as a provincial organizational structure that would coordinate and support integrated, preventive action on the risk factors of unhealthy eating, physical inactivity, and tobacco use. The preventive action is also aimed at the underlying determinants of health to reduce chronic diseases, namely cardiovascular disease, certain types of cancer, Type 2 diabetes and chronic pulmonary obstruction.

The activities of the *Alberta Healthy Living Network* have been focused on developing a framework for integrated action in healthy living by creating capacity through: strengthening partnerships and community linkages, supporting the development of healthy public policy, collecting and sharing best practices, addressing health disparities, establishing consistent and accurate public messaging and professional education, improving surveillance mechanisms, and collaborating on research and evaluation.

For further information, contact Judy Bader. Phone:(403) 943-0203. E-mail:

judy.bader@calgaryhealthregion.ca You can visit the project's website at:

<http://www.calgaryhealthregion.ca/healthycommunities>

Healthy Living Network

Alberta

En mars 2002, un groupe de discussion provincial avec plus de 150 intervenants ont démontré la réceptivité et l'engagement de l'Alberta d'introduire une approche intégrée dans toute la province pour la promotion de la santé et la prévention des maladies chroniques. Comme résultat, l'*Alberta Healthy Living Network* (AHLN), un front commun inter-sectoriel d'organismes gouvernementaux et non-gouvernementaux, de groupes communautaires, d'universités, de régies régionales de la santé et d'associations professionnelles a été créé.

L'AHLN a ensuite été établi comme une structure organisationnelle provinciale qui ferait la coordination d'actions intégrées et préventives sur les facteurs de risque de nutrition malsaine, de l'inactivité physique et du tabagisme. L'action préventive vise également les facteurs déterminants sous-jacents à la santé pour réduire les maladies chroniques, notamment les maladies cardio-vasculaires, certains types de cancer, le diabète de type 2 et l'obstruction pulmonaire chronique.

Les activités de l'*Alberta Healthy Living Network* ont été axées sur le développement d'un encadrement pour des actions intégrées pour la vie saine en créant une capacité par le biais de : renforcement des liens de partenariats et des liens communautaires, soutien du développement d'une politique publique sur la santé, recueil et partage des meilleures pratiques, traitement des anomalies de la santé, établissement de messages publics cohérents et précis et d'éducation professionnelle, amélioration des mécanismes de surveillance et d'une collaboration avec la recherche et l'évaluation.

Pour de plus amples renseignements, veuillez entrer en communication avec Judy Bader,
par téléphone au: (403) 943-0203,
par courriel à: judy.bader@calgaryhealthregion.ca

Vous pouvez également visiter le site Internet à : www.calgaryhealthregion.ca/healthy/communities

ISO Actif

Québec

In 2002-2003, the City of Québec and Chaudière-Appalaches Association régionale du sport étudiant [City of Québec and Chaudière-Appalaches Regional Student Sports Association] (ARSEQCA) will continue the original school enrichment program, *ISO Actif*, to boost schools' level of commitment in the fight against inactivity among young people. *ISO Actif* is an enrichment program for a healthy, active lifestyle at school.

Numerous facets of student life are involved, including physical activities and sports, nutrition, tobacco use and sports ethics. ARSEQUCA is able to launch this program thanks to the financial cooperation of the Secrétariat au loisir et au sport. The program reaches all 350 elementary schools and 85 secondary schools in the City of Québec and the Chaudière-Appalaches region.

A number of criteria are taken into consideration in order to determine an institution's *ISO Actif* level. Participation in various aspects of this pilot project including: the school's policies on sports and physical activities, intramural programs, special projects and many more.

Schools are awarded a standing of Bronze, Silver, Gold or even Excellence, according to their level of commitment. A special placard allows a school to proudly display its *ISO Actif* level in addition to being posted on the ARSEQCA Internet site.

For further information, please contact Gilles Lepine. Phone: (418) 657-7678.

E-mail: glepine@arseq.qc.ca. You can visit the program's website at:

http://www.arseq.qc.ca/gym_en_forme/indxforme.htm

ISO Actif

Québec

L'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches (ARSEQCA) poursuit en 2002-2003, le programme original de valorisation des écoles *ISO Actif* pour stimuler le niveau d'engagement des écoles dans la lutte à la sédentarité chez les jeunes. *ISO Actif* est un programme de valorisation d'une vie saine et active à l'école.

Le programme touche plusieurs facettes de la vie étudiante y inclut les activités physiques et sportives, l'alimentation, le tabagisme et l'éthique sportive. C'est grâce à la collaboration financière du Secrétariat au loisir et au sport du Québec que l'ARSEQCA peut lancer ce programme. Le programme est diffusé à l'ensemble des 350 écoles de niveau primaire et au 85 institutions de niveau secondaire de la région de Québec et de Chaudière-Appalaches.

Plusieurs critères sont considérés afin de déterminer le niveau *ISO Actif* des institutions. La participation de l'école aux différents volets du présent projet-pilote tels : les politiques de l'école en sport et en activités physiques, le programme intra-muraux, les projets spéciaux et plusieurs autres.

Les institutions se mériteront une mention Bronze, Argent, Or ou même Excellence selon leur niveau d'engagement. Une affiche spéciale permet à l'institution d'afficher fièrement son niveau *ISO Actif* en plus de se retrouver affichée sur le site Web de l'ARSEQCA.

Pour plus de renseignement veuillez entrer en communication avec Gilles Lepine, par téléphone au: (418) 657-7678, par courriel à: glepine@arseq.qc.ca

Le site internet du programme est situé à: http://www.arseq.qc.ca/gym_en_forme/indxforme.htm

Nunavut Food Guide

Nunavut

The modern diet of the Inuit, which account for 85% of Nunavut's population, is made up of a combination of traditional (country) foods and market foods. The *Nunavut Food Guide* is culturally appropriate and acknowledges the reality of the Inuit diet which combines Inuits foods, such as bone marrow for calcium, fat for vitamin A, and food available at the market. The food guide was developed collaboratively with the Government of Nunavut and various Inuit and community groups.

The development of the *Nunavut Food Guide* included employing current scientific data in combination with input from people in Nunavut. Nutrition professionals from the three Nunavut regions and community members were involved in developing the food guide.

There were some unique issues behind the development of the *Nunavut Food Guide*. There is a high intake of foods with little nutritional value in Nunavut. As well, the usual diet among most Inuit is a combination of market and traditional foods, and the traditional Inuit diet contained limited amounts of fruits and vegetables and grain products, and very limited amounts of milk products. It is also important to know that the cost of food is high in Nunavut.

Over several years of development, the *Nunavut Food Guide* evolved to incorporate four key concepts demonstrated graphically to encourage positive daily food choices for people in Nunavut: Variety, Proportionality, Moderation, and Active Living. The *Nunavut Food Guide* presents a selection of familiar foods available in Nunavut. It also presents relative amounts of food groupings. It emphasizes the need for Nunavut residents to avoid too many high fat and high sugar foods. Finally, it encourages an active lifestyle by encouraging activities accessible to people in Nunavut.

For further information, contact Amy Caughey. Phone: (867) 975-5729. E--mail at acaughey@gov.nu.ca

Guide alimentaire du Nunavut

Le régime alimentaire moderne des Inuits, qui comptent pour 85% de la population du Nunavut, est constitué d'une combinaison d'aliments traditionnels et du marché. En conséquence, il a fallu élaborer un guide alimentaire qui renforce cette réalité. Le *Nunavut Food Guide* est approprié sur le plan culturel et met en évidence la réalité du régime alimentaire qui associe les aliments inuits, tels que la moelle osseuse comme apport en calcium, le gras comme apport en vitamine A et la disponibilité des aliments sur le marché. Le guide alimentaire a été élaboré en coopération avec le gouvernement du Nunavut et divers groupes inuits et communautaires.

Le développement du *Nunavut Food Guide* comprend l'emploi de données scientifiques actuelles associées aux commentaires du peuple du Nunavut, à la fois, de professionnelles de la nutrition provenant des trois régions du Nunavut et de membres des groupes communautaires.

Il y a eu certaines questions particulières derrière le développement du *Nunavut Food Guide*. En fait, il existe une prise élevée d'aliments avec peu de valeur nutritive (« autres aliments ») au Nunavut. De même, le régime normal au sein des Inuits est une combinaison d'aliments traditionnels et du marché et le régime traditionnel inuit contient un nombre limité de fruits, légumes et produits céréaliers et un nombre très limité de produits laitiers. Il est également important de savoir que le coût des aliments au Nunavut est élevé.

Au cours des quelques années de développement, le *Nunavut Food Guide* a évolué pour introduire quatre concepts clés démontrés à l'aide de graphiques au peuple du Nunavut, les choix alimentaires journaliers positifs : variété, proportion, modération et vie active. Le *Nunavut Food Guide* présente une sélection d'aliments réguliers disponibles au Nunavut. Il présente également des portions relatives de groupes alimentaires. Il souligne la nécessité pour les résidents d'éviter les aliments à haute teneur en gras et en sucre. Finalement, il promeut un style de vie active en encourageant des activités accessibles au peuple du Nunavut.

Pour de plus amples renseignements, veuillez entrer en communication avec Amy Caughey, par téléphone au (867) 975-5729, par courriel à: acaughey@gov.nu.ca

Ontario Mandatory Health Programs and Services Guidelines

Chronic Disease Prevention (CDP), Shiftwork like Clockwork
Ontario

The Ontario Mandatory Health Programs and Services Guidelines define the minimum requirements for fundamental programs and services all boards of health in Ontario must provide. These Guidelines outline public health requirements for boards of health as they pertain to healthy living. Through these standards, boards of health seek to enable residents of the community to realize their fullest health potential. They do this by promoting improved health, preventing disease and injury, controlling threats to human life and function, and facilitating social conditions to ensure equal opportunity in attaining health for all. These standards reflect broad aspirations for the health of all Ontarians and the important role of the boards of health in providing and/or ensuring relevant programs and services.

Chronic diseases are the leading cause of death in Ontario. They are a modern epidemic in terms of premature death, disability and health care costs. Common chronic diseases include heart disease, stroke, cancer, chronic lung diseases, diabetes, osteoporosis and many others. The control of chronic diseases has three main components: prevention, early detection and treatment.

Although there has been considerable progress in the treatment of cardiovascular and many other chronic diseases, it has shown only limited potential for reducing the incidence and overall burden of these diseases. Early detection of disease is an important means of reducing morbidity and mortality.

While treatment and early detection efforts are important, it is the *Chronic Disease Prevention (CDP)* program which has the greatest potential to reduce the significant burden of chronic diseases and increase the overall level of the population's health. To address this challenge, it is necessary to implement comprehensive multiple risk factor strategies to reduce the risk of heart disease, lung cancer, stroke, diabetes, osteoporosis and many other chronic diseases.

Another program of the Guidelines, *Shiftwork like Clockwork*, addresses nutrition, physical activity, mental stress, alcohol and substance abuse. It consists of an employee handbook, facilitators guide with modules and workplace assessment. It is available to work sites, health units, occupational health and safety committees, unions and others. *Shiftwork Like Clockwork* is a worksite wellness program for shiftworkers. The purpose is to optimize the health of shiftworkers. Workshops were held across Ontario in the late 1990's to hundreds of public health, occupational health, human resources, union and service personnel. Use of this innovative best practice is widespread.

For further information, contact Helen Brown. Phone(416) 327-7380.

E-mail: helen.brown@moh.gov.on.ca. You can also contact Joanne Beyers. Phone: (705) 533-9200 x355.

E-mail at beyersj@shdu.com

You can visit the *Guidelines'* website at:

<http://www.health.gov.on.ca/english/providers/pub/pubhealth/manprog/manprog.html>

Lignes directrices pour les programmes et services de santé obligatoires de l'Ontario

Programme de prévention des maladies chroniques, un travail par quarts réglé comme un mouvement d'horlogerie

Les lignes directrices pour les programmes et services de santé obligatoires de l'Ontario définissent les exigences minimum en matière de programmes et services fondamentaux que tous les bureaux de santé de l'Ontario doivent fournir. Ces lignes directrices donnent un aperçu des besoins en matière de santé publique auxquels les bureaux de santé doivent répondre dans la mesure où ils sont reliés à une vie saine. Par le biais de ces normes, les bureaux de santé cherchent à donner aux résidents de la communauté les moyens de réaliser leur plein potentiel de santé. Ils y parviennent en faisant la promotion d'une meilleure santé, en prévenant les maladies et les blessures, en contrôlant ce qui menace la vie et les fonctions humaines et en encourageant des conditions sociales qui assurent une chance égale pour tous d'atteindre une bonne santé. Ces normes reflètent les grandes aspirations à la santé de tous les Ontariens et Ontariennes ainsi que le rôle important que joue les bureaux de santé pour procurer et/ou assurer des programmes et des services pertinents.

Les maladies chroniques sont la principale cause de décès en Ontario. Elles sont une véritable épidémie moderne en termes de mort prématurée, d'invalidité et du coût des soins de santé. Les maladies chroniques les plus répandues sont les maladies cardiaques, les accidents cérébro-vasculaires, le cancer, les affections pulmonaires chroniques, le diabète, l'ostéoporose et beaucoup d'autres. Le contrôle des maladies chroniques se fait à trois niveaux : la prévention, la détection avancée et le traitement.

Bien que des progrès considérables ont été accomplis dans le traitement des maladies cardio-vasculaires et dans beaucoup d'autres maladies chroniques, ces progrès ont aussi montré leur faible potentiel de réduction de l'incidence de ces maladies et du fardeau qu'elles représentent. La détection avancée des maladies est un moyen important de réduire la morbidité et la mortalité.

Bien que les efforts en matière de traitement et de détection avancée soient importants, c'est la prévention des maladies chroniques (PMC) qui montre le plus grand potentiel de réduction du fardeau important des maladies chroniques et d'accroissement du niveau global de santé de la population. Pour relever ce défi, il est nécessaire de mettre en place des stratégies multifactorielles détaillées visant à réduire les risques de maladie cardiaque, de cancer du poumon, d'accident cérébro-vasculaire, de diabète, d'ostéoporose et de bien d'autres maladies chroniques.

Un autre programme contenu dans les lignes directrices, le *Travail par quarts réglé comme un mouvement d'horlogerie*, traite de la nutrition, l'activité physique, le stress mental, l'abus d'alcool et de drogues. Il consiste en un manuel pour les employés, ainsi que d'un guide pour les animateurs, comprenant des modules et une évaluation du lieu de travail. Il est disponible pour les lieux de travail, les unités de santé, les comités de santé et de sécurité au travail, les syndicats et autres. Le *Travail par quarts réglé comme un mouvement d'horlogerie* est un programme de bien-être sur le lieu de travail destiné aux travailleurs et travailleuses qui travaillent sur des quarts. Des ateliers ont été dispensés dans tout l'Ontario, à la fin des années 1990, à des centaines de personnes travaillant dans les domaines de la santé publique, de la santé au travail, de la gestion des ressources humaines, des syndicats et des services. L'utilisation de cette meilleure pratique novatrice est largement répandue.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Helen Brown au (416) 327-7380, ou par courriel à : helen.brown@moh.gov.on.ca ou avec Joanne Beyers au (705) 533-9200 x355 ou à beyeresj@hdu.com Vous pouvez aussi visiter le site des lignes directrices à : <http://www.health.gov.on.ca/english/providers/pub/pubhealth/manprog/manprog.html>

P.E.I. Active Living Alliance

P.E.I.

PEI Active Living Alliance is a non-profit organization comprised of a multitude of organizations with an interest in the physical activity levels of Islanders. The *Alliance* promotes physical activity to residents of Prince Edward Island through a number of initiatives including Small Steps to Big Changes, PEI Stepping Out, presentations and displays, SummerActive Crew, Physical Activity Expos, Active Healthy Homes packages, school and workplace-based programs such as North American Adventure and many more.

PEI Active Living Alliance recognizes the important role that daily physical activity plays in the lives of people. Active living involves the whole person, body, mind and spirit. Active living is part of the total dynamic of life, in which individuals and environments interrelate and affect each other. Active living is for all people in all places.

PEI Active Living Alliance's goal is to make Islanders realize that physical activity is an important and integral part of daily life and that it has many benefits to health and well-being. It wants to foster, encourage and promote the putting of physical inactivity on the public and political agendas in Prince Edward Island. The *Alliance* aims to be the coordinating body for advancing active living in Prince Edward Island.

For further information, contact Meaghan Lister. Phone: (902) 569-7688. E-mail: meaghan@peiactiveliving.com You can also visit the program's website at: www.peiactiveliving.com

P.E.I. Active Living Alliance

Le programme *PEI Active Living Alliance* est un organisme à but non lucratif composé de plusieurs organisations intéressées au niveau d'activité physique des insulaires. Il fait la promotion de l'activité physique auprès des résidents de l'Île du Prince Édouard par la voie de plusieurs activités incluant : *Small Steps to Big Changes*, *PEI Stepping Out*, *SummerActive Crew*, *Physical Activity Expos*, *Active Healthy Homes packages*, écoles et activités en milieu de travail tels le *North American Adventure* et beaucoup d'autres.

Le *PEI Active Living Alliance* reconnaît l'importance de l'activité physique quotidienne dans la vie des gens. Une vie active implique le corps, la pensée et l'esprit des gens. La vie active est un élément de la dynamique d'une vie, dans la quelle interagissent les individus et l'environnement, tout en ayant un impact entre eux. La vie active est partout et pour tous.

Le but de *PEI Active Living Alliance* est de faire réaliser aux insulaires que l'activité physique est une partie intégrale de la vie quotidienne et qu'il y a beaucoup de bénéfices pour la santé et le bien-être. Il veut favoriser, encourager et promouvoir l'activité physique au sein de l'agenda public et politique de l'Île-du-Prince-Édouard. *PEI Active Living Alliance* se veut le point de rencontre de tous les efforts pour l'avancement de la vie active dans l'Île-du-Prince-Édouard .

Pour de plus amples renseignements, veuillez entrer avec Meaghan Lister, par téléphone au (902) 569-7688 par courriel à : meaghan@peiactiveliving.com

Vous pouvez également visiter le site Internet au : www.peiactiveliving.com

Saskatoon / Saskatchewan in Motion

Saskatchewan

Saskatoon In Motion is a health promotion strategy, with a focus on physical activity, being led by the Saskatoon Health Region in partnership with the City of Saskatoon, University of Saskatchewan and ParticipACTION. It is a comprehensive approach that uses targeted strategies to reach all corners of the community. The goal is to have all of the citizens in a community include regular physical activity into their daily lives for health benefits.

The *Saskatoon In Motion* health promotion strategy uses a comprehensive public awareness plan in combination with a targeted community-based approach that has proven to engage the public to increase their physical activity levels. There are four key components to achieving the *Saskatoon In Motion* vision: Building Partnerships, Building Awareness, Targeted Community Strategies, and Measuring Success.

The development of this revolutionary evidenced based program combines decades of research with more than 3 years of development and implementation and over \$2 million spent since the inception of the *Saskatoon In motion* health promotion strategy. Through evaluation, the level of awareness of *Saskatoon In motion* and the community strategy from its launch reached 60% after only two years. As well, there was a 13% increase in the number of Saskatoon residents who were physically active enough to receive optimal health benefits.

Saskatoon In motion has developed its strategy and resources into a product package that is available to other communities who are interested in improving the health of their community through a physical activity health promotion strategy. The Saskatchewan government recently announced \$5 million in funding for a province-wide In Motion program to build on the success of Saskatoon in Motion.

For further information, contact Linda Martin. Phone: (306) 655-8153.

E-mail: linda.martin@saskatoonhealthregion.ca You can also visit the program's website at: www.in-motion.ca

Saskatoon/Saskatchewan in Motion

Saskatoon in Motion est une stratégie de promotion de la santé qui mise sur l'activité physique menée par la Saskatoon Health Region en collaboration avec la ville de Saskatoon, l'University of Saskatchewan et ParticipACTION. C'est une approche globale qui utilise des stratégies ciblées pour atteindre tous les coins de la collectivité. L'objectif est que tous les citoyens de la collectivité intègrent des activités physiques régulières dans leur vie quotidienne pour bénéficier la santé.

La stratégie de promotion de la santé du *Saskatoon in Motion* utilise un plan de sensibilisation publique global en association avec une perspective communautaire ciblée qui a fait ses preuves pour engager le public dans l'amélioration de son niveau d'activité physique. Il y a quatre éléments clés pour respecter la vision du *Saskatoon In Motion* : bâtir des partenariats, développer une prise de conscience, des stratégies communautaires ciblées et une mesure du succès.

Le développement de ce programme révolutionnaire fondé sur des preuves associe des décennies de recherche avec plus de 3 ans de développement et de mise en oeuvre et au-delà de 2 million \$ dépensés depuis la formation de la stratégie de promotion de la santé du *Saskatoon in Motion*. À l'aide d'évaluation, le niveau de prise de conscience du *Saskatoon in Motion* et de la stratégie communautaire depuis ses débuts a atteint 60% au bout de deux ans seulement. De plus, il y a eu une augmentation de 13% du nombre de résidents de Saskatoon, assez actifs physiquement pour obtenir les bénéfices optimaux de la santé.

Saskatoon in Motion a développé sa stratégie et ses ressources dans un ensemble de produits qui est disponible aux autres collectivité intéressées à améliorer la santé de leurs membres grâce à une stratégie de promotion de la santé par l'activité physique. Le gouvernement de la Saskatchewan a récemment octroyé \$5 millions en financement d'un programme provincial intitulé *In Motion* faiwsant suite au succès remporté par le programme Saskatoon in Motion.

Pour de plus amples renseignements, veuillez entrer avec Linda Martin, par téléphone au (306) 655-8153 ou par courriel à: linda.martin@saskatoonhealthregion.ca
Vous pouvez également visiter le site Internet du programme au www.in-motion.ca.

Ticker Tom

Summer Program and School Valentine Activity
Newfoundland and Labrador

Ticker Tom is an interactive program for children developed by Newfoundland Heart Health Coalitions, with the goal of improving health and reducing heart disease in the province. The program focuses on healthy eating, physical activity and being smoke-free.

The *Ticker Tom Summer Program* is a fun and interactive way to get the heart health messages to children and youth enrolled in summer recreation programs. Everyday throughout *Ticker Tom* week there are fun activities that focus on healthy eating, being active and staying smoke-free. At the end of the week the recreation group is encouraged to pull all *Ticker Tom*'s teachings together and create a celebration. The program consists of a Facilitators Workshop Manual along with a Recreation Leaders Manual. Promotional material to help reinforce *Ticker Tom*'s healthy living messages are also part of this program. Recreation Leaders attend an in-service organized by their Regional Heart Health Coalitions on how to run this week-long Heart Health program for children.

The *Ticker Tom Valentine Activity* is a fun and interactive school activity that builds on the grade four curriculum outcomes and incorporates Valentine's Day as a way to create interest in the healthy messages. This school activity consists of a lesson plan, healthy living information sheets, guides to healthy eating and active living for children, along with promotional materials to reinforce *Ticker Tom*'s healthy living messages.

For further information, contact Carol Ann MacDonald. Phone: (709) 729-3939.

E-mail: cmacdonald@gov.nl.ca You can also visit the program's website at:

<http://www.infonet.st-johns.nf.ca/providers/nhhp/docs/tickertom.html>

Ticker Tom

Programme d'été et activité scolaire de la Saint-Valentin
Terre-Neuve et Labrador

Ticker Tom est un programme interactif pour les enfants, développé par le Front commun pour la santé cardio-vasculaire à Terre-Neuve, avec comme objectif d'améliorer la santé et de réduire les maladies cardiaques dans la province. Le programme met l'accent sur une nutrition saine, de l'activité physique et d'un environnement sans tabac.

Le Programme d'été *Ticker Tom* est une façon amusante et interactive de transmettre les messages sur la santé cardio-vasculaire aux enfants et aux jeunes engagés dans des programmes d'activités d'été. À tous les jours au cours de la semaine de *Ticker Tom*, se déroulent des activités amusantes qui sont axées sur: manger sainement, faire de l'exercice et ne pas fumer. À la fin de la semaine, le groupe est encouragé à tirer profit et mettre ensemble tous les enseignements reçus de *Ticker Tom* et d'élaborer une commémoration. Le programme se compose d'un manuel d'atelier pour les animateurs ainsi que d'un manuel pour les moniteurs de loisirs. Le programme contient aussi du matériel promotionnel pour aider à renforcer les messages de *Ticker Tom* sur le mode de vie sain. Les moniteurs de loisirs reçoivent une formation sur place sur la façon d'animer ce programme sur la santé cardio-vasculaire destiné aux enfants et d'une durée d'une semaine.

L'activité de Saint-Valentin de Ticker Tom est une activité scolaire amusante et interactive qui repose sur les résultats du cursus de quatrième année et qui incorpore le jour de la Saint-Valentin pour donner un certain intérêt aux messages sur la santé. Cette activité scolaire consiste en un plan de leçon, des feuilles d'information sur un mode de vie sain, des guides pour les enfants sur comment se nourrir sainement et mener une vie active ainsi que du matériel promotionnel visant à renforcer les messages de *Ticker Tom* sur un mode de vie sain.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Carol Ann MacDonald, par téléphone au : (709) 729-3939, par courriel à: cmacdonald@gov.nl.ca

Vous pouvez aussi visiter le site Internet du programme à :

<http://www.infonet.st-johns.nf.ca/providers/nhnp/docs/tickertom.html>

Yukon Active Living Strategy

Yukon

The *Yukon Active Living Strategy* is implemented by the Recreation and Parks Association of the Yukon (RPAY). The *Yukon Active Living Strategy* provides opportunities and supportive environments related to life-long physical activity and healthy eating, among other things. Programs are currently in place to meet the *Yukon Active Living Strategy* recommendations and to create the physical, social, political and economic environments necessary to encourage Yukon people to incorporate physical activity into their daily lives. Programs such as the Active Script Goal Setting and Walking Program, the Active Yukon Schools Program, the Rural Active Living Coordinator program, and the Active Yukon Workplaces programs are some examples of activities aimed at improving health and quality of life for Yukoners. Two prime examples of these popular programs are Active Script and Rural Activity Living.

In the Active Script (Active Rx) program, medical practitioners prescribe active living to patients in need of more physical activity. Medical practitioners are provided with Active Prescription pads and information handouts. Participants are provided, free of charge, with a support session on goal setting and how to start a walking program. The success of this particular program is due to the intensive support and follow-up provided to participants by trained instructors.

The goal of the Rural Active Living program is to increase physical activity in rural Yukon communities and promote the Active Living message. Partnerships with local recreation facilities, schools, businesses, etc., are encouraged to make most of what the program can offer to the community. The program's success is due to the empowerment of community members in designing and implementing a program tailored specifically to their needs.

RPAY is a non-government organization committed to empowering Yukon's people and their communities to adopt healthy lifestyles. RPAY works in partnership with government agencies, other non-governmental organizations, service groups and individuals to promote and initiate active living and improve the quality of life through recreation opportunities.

For further information, contact Georgi Pearson. Phone: (867) 668-2328. E-mail: active@klondiker.com

Programmes Active Yukon Living

Le programme *Yukon Active Living Strategy* est mis en oeuvre par le Recreation and Parks Association du Yukon (RPAY). Le programme offre des milieux favorables à des activités physiques permanentes et une saine alimentation. Il a été institué en réaction aux recommandations formulées dans le programme *Yukon Active Living Strategy*. Il vise à créer les milieux physiques, sociaux, politiques et économiques qui sont nécessaires pour encourager les citoyens du Yukon à incorporer les activités physiques dans leur vie quotidienne. Parmi les activités menées dans le cadre des programmes *Yukon Active Living Strategy* en vue d'améliorer la santé et la qualité de vie des Yukonnais, mentionnons le programme *Active Script Goal Setting and Walking*, le programme *Active Yukon Schools*, le programme *Rural Active Life Coordinator* et les programmes *Active Yukon Workplaces*. *Active Script* et *Rural Activity Living* sont deux exemples de programmes qui sont prisés.

Dans le cadre du programme *Active Script* (Active Rx), des médecins prescrivent un mode de vie actif à leurs patients qui ont besoin d'adopter un tel mode de vie. Ces médecins reçoivent des tablettes pour les prescriptions de vie active et des documents d'information à distribuer. Une séance sur l'établissement d'objectifs et d'un programme de marche est offerte gratuitement aux participants. Ce programme particulier doit son succès au soutien intensif des instructeurs qualifiés et du suivi qu'ils ont fait auprès des participants.

Le programme *Rural Active Living* a pour but d'accroître l'activité physique au sein des collectivités rurales du Yukon et de promouvoir un message en faveur de la vie active. On encourage les partenariats avec, entre autres, les administrateurs d'installations de loisirs, les écoles et les entreprises des localités, pour que ces dernières puissent tirer le meilleur parti du programme. Ce programme connaît du succès parce que les membres des collectivités sont habilités à concevoir et à mettre en oeuvre des programmes adaptés à leurs besoins particuliers.

Le RPAY est un organisme non gouvernemental voué à habiliter les Yukonnais et leurs collectivités à adopter des modes de vie sains. Il collabore avec des organismes gouvernementaux et non gouvernementaux, des groupes d'aide sociale et des particuliers à la promotion et au lancement d'un mode de vie actif et à l'amélioration de la qualité de vie par le loisir.

Pour plus d'information, veuillez entrer en communication avec Georgi Pearson, par téléphone au : (867) 668-2328, ou par courriel à: active@klondiker.com