



# Mon petit



**cosmoSS**  
COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR  
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ  
— MRC de la Matapédia —

# Partenaire



Bulletin d'information de COSMOSS -9 mois à 30 ans de La Matapédia

Numéro 135 -> 12 février 2014



Rencontres de cette semaine 

13 février

Comité exécutif SIS

14 février

Saint-Valentin 

17 février

Comité -9 mois à 5 ans

18 février

Comité Psychomotricité, CAMEF

19 février

GT Journées de la persévérance scolaire

## JOURNÉES DE LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE

**Poursuivons  
nos efforts!**

MRC de La Matapédia

Cette semaine, rendez-vous sur :

[csmm.qc.ca/perseverance](http://csmm.qc.ca/perseverance)

**Ateliers durant la semaine de  
relâche / Service de garde  
Projet conciliation travail-famille**

**Du 3 au 7 mars 2014**

Date limite d'inscription  
le 19 février 2014



**En quoi ça consiste?**

Durant cette semaine, des ateliers thématiques sont organisées pour les jeunes afin de faciliter la conciliation travail-famille, sous forme de service de garde.

**À qui ça s'adresse?**

Aux jeunes qui ont entre 5 et 13 ans.

**Pour plus d'info?**

Visitez le site internet de Val-Brillant  
[www.valbrillant.ca](http://www.valbrillant.ca) ou contactez Julie au  
418-742-3212 ou [julie.tardif@valbrillant.ca](mailto:julie.tardif@valbrillant.ca)

**OPÉRATION  
PERSÉVÉRANCE**  
MRC de la Matapédia

Rebecca  
Robichaud  
20 ans,  
Val-Brillant



Présentement,  
j'étudie au CEGEP de  
Rimouski en  
Techniques Policières.  
Depuis maintenant 4 ans,  
je travaille à la Cantine La  
Paysanne de Val-Brillant.  
Je voudrais remercier Nadia pour m'aider  
à concilier mes études et mon travail. Je  
voudrais la remercier pour son ouverture  
et sa compréhension car elle me donne  
des congés quand j'en ai besoin, aussi  
pour son humour et son énergie.

# Nous aussi on veut notre BILAN DE L'ANNÉE 2013

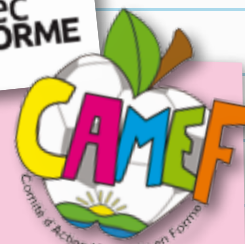
## 4<sup>e</sup> Partie



Vous trouverez dans les prochains bulletins un retour sur l'année 2013. Ce bilan présentera, à tour de rôle, **les sept orientations** au plan d'action COSMOSS et les actions réalisées au courant de l'année! Pour plus d'information : [cosmoss.qc.ca/matapedia](http://cosmoss.qc.ca/matapedia)

4.

### Favoriser le développement des saines habitudes de vie



- Des ateliers et diverses communications ont été menées par l'agente en saines habitudes de vie et l'équipe du CAMEF pour la **promotion des saines habitudes de vie** dans divers événements et activités, dont la Journée des Saines habitudes de vie en février. Aussi, la page Facebook est active et de plus en plus connue. Enfin, la promotion de diverses campagnes en saines habitudes de vie est faite : WIXX, Défi 5-30, Plaisirs d'Hiver, Défi Pierre Lavoie, etc.

- Réalisation et animation du **Camp d'hiver** "Les Journées qui gigotent" au Camp Sable Chaud. Celui-ci a été offert lors de la semaine de relâche, aux jeunes du service de garde de la CSMM.



- Dans les municipalités** : Participation à la réflexion menant à l'adoption de 10 Politiques Familiales Municipales dans notre MRC. Recensement et publication de l'offre municipale en infrastructures et activités dans le bottin téléphonique local, permettant d'inciter les familles à bouger! Un accompagnement de plusieurs municipalités dans l'exercice d'élaboration d'un plan de transport actif a lieu et mènera à des recommandations pour des aménagements futurs. Ce projet se fait en collaboration étroite avec l'agente en promotion et prévention des saines habitudes de vie du CSSS.

- Dans les écoles** : Au primaire, des activités scolaires ont lieu par les animatrices CAMEF. Aussi, le napperon *L'environnement de Clémentine* est distribué aux élèves de la maternelle. Des ateliers et des fiches de Clémentine sont donnés dans les écoles primaires. Enfin, une promotion auprès de tous les enseignants pour faire bouger les enfants 20 minutes le matin, avant de rentrer en classe, par le programme *Mon École s'Active* a été faite. Au secondaire : mise en place des *Ateliers du Frère Toc*, en collaboration avec les MDJ, qui vise l'autonomie et l'éducation à la saine alimentation des adolescents. Toujours en collaboration avec les MDJ, un midi par mois, une activité WIXX est animée dans les polyvalentes et comprend des tirages de différents objets promotionnels.



- Diverses **formations** sont offertes gratuitement aux partenaires soit : Environnements favorables aux saines habitudes de vie, La saine alimentation, Organismes Égale Action et Équilibre et Animation.

- Accompagnement des **concessionnaires de cafétérias** scolaires dans l'optique du respect de la politique alimentaire du MELS. Un accompagnement a aussi été offert à la cafétéria de l'aréna d'Amqui afin qu'elle améliore l'offre alimentaire de façon harmonieuse et gagnante, en collaboration avec la nutritionniste du CSSS.

- Collaboration dans la préparation et l'animation des **cuisines collectives** de Moisson Vallée et remise de coupons d'essence pour les gens qui participent et qui ne résident pas à Amqui.

- Supporté par le comité Gang ta santé : Utilisation d'une **trousse en saines habitudes de vie** pour organiser des activités auprès des 12-17 ans par les Maisons des Jeunes et les polyvalentes.

Gang ta santé!



- Participation au Grand Rassemblement Québec en Forme GR13 et présentation du projet de l'interdiction de vente de **boissons énergisantes** dans les infrastructures de loisirs municipales et la sensibilisation auprès de la population sur ce produit.

- Un **exercice de bilan annuel, de planification annuelle et un exercice de planification triennale** (2013-2016) ont eu lieu en comité de partenaires.

- Création d'un **comité en psychomotricité** qui accompagne 9 Responsables en service de garde et met en place des activités dans les services de garde scolaires.

