



# Qu'est-ce que Le Mouvement du mieux-être?

Un effort collectif continu pour inspirer et soutenir la création de milieux favorables au mieux-être bénéficiant à tout le monde au Nouveau-Brunswick.

## Qui fait partie du Mouvement du mieux-être?

Si vous favorisez ou faites la promotion de la santé et du mieux-être au Nouveau-Brunswick, vous faites partie du Mouvement du mieux-être.

## Quel est notre but commun?

Créer ensemble des milieux favorables au mieux-être au Nouveau-Brunswick, où les gens auront l'occasion de vivre en santé et d'avoir une bonne qualité de vie, que ce soit à la maison, dans la communauté, à l'école ou au travail.

## Comment Le Mouvement du mieux-être contribue-t-il à la réalisation de ce but commun?

En offrant aux partenaires du mieux-être un point de rencontre pour collaborer, en inspirant les gens, et en les guidant vers des ressources qui favorisent et améliorent leur santé et leur qualité de vie.

**Le Mouvement du mieux-être mobilise la population générale en offrant :**

- des messages de sensibilisation et d'inspiration
- de l'information et des ressources
- des liens avec les réseaux et groupes qui peuvent leur permettre de réaliser leurs objectifs

**Le Mouvement du mieux-être mobilise les partenaires et champions du mieux-être en offrant :**

- une façon d'arrimer et rassembler notre travail et partager une vision commune
- une plateforme pour collaborer avec d'autres groupes travaillant à améliorer le mieux-être au Nouveau-Brunswick
- de l'appui pour les efforts de sensibilisation (ressources, matériel, promotion)
- une tribune pour promouvoir et partager des histoires de réussite, des ressources et des initiatives qui se déroulent dans les communautés

## Au travail

- De la nourriture saine est offerte dans les machines distributrices ou cafétérias
- Il y a une dynamique d'équipe positive et encourageante



## Qu'entend-t-on par des milieux favorables au mieux-être?

Ce sont les gens, les endroits et autres facteurs autour de vous qui favorisent votre qualité de vie et aident à rendre les choix sains plus accessibles.

Ces autres facteurs peuvent inclure des aspects tels que le développement de la petite enfance, l'éducation, le revenu et autres déterminants de la santé.

La Stratégie du mieux-être du Nouveau-Brunswick examine les facteurs qui influencent notre mieux-être de façon plus détaillée. Jetez-y un coup d'œil à [mieux-etrenb.ca/ressources/strategie-mieux-etre-nb/](http://mieux-etrenb.ca/ressources/strategie-mieux-etre-nb/).

## À la maison

- Une maison et une voiture sans fumée
- Du temps dédié pour préparer et manger les repas en famille



## À l'école

- De l'équipement de jeu sécuritaire et moderne dans la cour d'école
- Des comités ou groupes menés par les élèves

On retrouve des milieux favorables au mieux-être dans toutes les sphères de votre vie.



## Dans la communauté

- Des parcs, espaces verts et sentiers disponibles pour tous et toutes
- Des politiques municipales favorables à l'allaitement

