Rapport et plan d'action
pour les équipes du Réseau mieux-être du Nord-Ouest
Suite aux Cafés du monde - 16, 18 et 19 novembre 2017

En novembre 2016, le Réseau mieux-être du Nord-Ouest invite les intervenants en mieux-être et la communauté à se rassembler autour de cafés du monde pour discuter des priorités et des initiatives à retenir pour améliorer l'accès aux activités et aux services favorisant le mieux-être dans chacune de leur région respective. Ensemble, ils ont imaginé l'avenir de leur Réseau et de leur communauté mieux-être, et ont listé des projets et des idées dont pourraient s'approprier leur équipe mieux-être régionale.

Ce bref compte-rendu ainsi que le plan d'action ont été préparés par Vanessa Haché Breau, de la firme VH Consultants, qui a également assuré l'animation des consultations publiques.

Trois cafés du monde ont eu lieu :

Madawaska Centre
Jeudi 16 novembre 2017 au Club de golf d'Edmundston de 12 h 30 à 16 h
83 inscriptions ; 55 participants

Haut-Madawaska
Samedi 18 novembre 2017 à l'école Ernest Lang de St-François de 9 h à midi
58 inscriptions ; 53 participants

La Vallée
Dimanche 19 novembre 2017 à la Polyvalente Thomas-Albert de Grand-Sault de 15 h à 18 h 30
37 inscriptions ; 26 participants

Pour un total de 178 inscriptions et 134 participants, soit une moyenne de 75,28 % des personnes inscrites qui se sont présentées lors des rencontres.

Chaque café a été organisé sensiblement selon le même agenda :

Accueil
Mot de bienvenue
Service de repas

Présentation de la Stratégie du mieux-être du Nouveau-Brunswick
Anne Cullihall/Marc Bossé

Présentation des données probantes mieux-être 2017 du profil communautaire de la région fait par le conseil de la santé du N.-B.
Michelina Mancuso

Consultation publique
Vanessa Haché Breau - VH Consultants

Les participants de chacun des cafés du monde a donc pu entendre les propos des conférencières et participer à la consultation publique reliée à leur plan d'action régional.

Quelques points retenus des deux conférences offertes dans le cadre des cafés du monde :

La Stratégie du mieux-être du N.-B. vise deux grands objectifs :
- Accroître le nombre de Néo-Brunswickois dotés de la capacité de soutenir un développement sain et le mieux-être
- Accroître le nombre d'environnements qui assurent des conditions favorables au mieux-être

Et c'est le rôle de tous de participer à l'atteinte de ces objectifs pour notre province !

Plusieurs données présentées par Michelina ont étonné, surpris ou impressionné, entre autres :
- Je suis surprise que notre région soit classée au top du N.-B. !
- La mortalité prématurée est à la baisse.
- Des résultats plus encourageants que je pensais… on lâche pas !
- Très heureuse de voir que les efforts mis en gestion du stress et santé psychologique semblent donner d'excellents résultats.
- L'impact de la prévention et du CAA dans la région.
- On se démarque malgré notre région rurale.
- J'ai été surpris de voir combien de gens de notre région n'ont pas leur diplôme d'études secondaires.
- Que les efforts en littératie 2e année font effectivement une différence ! (Programme CLEF)
- C'est de prendre conscience que nous sommes bien partis, mais qu'il faut surtout continuer !
- Il est bien de voir les améliorations depuis les dernières années. Nos efforts collectifs portent fruits et se reflètent sur la santé de mes enfants aussi.
- La force de la communauté comparée aux grands centres du N.-B.
- Je suis vraiment surprise et impressionnée du tableau présenté car c'est une fierté pour nous d'être parmi les meilleurs de la province
- J'ai été surprise de savoir que notre région s'améliore à travers toutes nos belles actions communautaires en mieux-être.
- La communauté est en santé, mais encore du travail à faire.
- Résilience, on s'améliore !
- Tellement beau et inspirant de voir que les jeunes et enfants de la région améliorent leur santé et leur résilience.
- Un pourcentage élevé des jeunes qui se sentent en dépression.
- De voir que les statistiques sont meilleures pour les jeunes que les adultes, on peut voir que les accès aux services que les jeunes ont fait une différence.
- Le taux d'obésité est à la baisse chez les enfants de la maternelle-5e année mais une augmentation chez les 6e à la 12e année.
- Surpris que les gens qui n'ont pas de diplôme d'études secondaires n'aient pas trop de difficulté à comprendre les prescriptions et les médicaments.

(Ces commentaires ont été émis par le groupe rassemblé à Edmundston)

Le Réseau mieux-être du Nord-Ouest rassemble trois équipes régionales pour créer des initiatives de mieux-être pour leur communauté :
- Équipe du mieux-être Madawaska Centre
- Équipe du mieux-être Haut-Madawaska
- Équipe du mieux-être La Vallée

Grâce à l'information récoltée dans les cafés du monde et rassemblée dans ce document, chaque équipe a désormais son plan d'action relié à la stratégie du mieux-être, chapeauté par le Réseau mieux-être du Nord-Ouest.

- VOIR LE PLAN D'ACTION EN ANNEXE -

Prochaines étapes

Chaque équipe a désormais accès à un plan d'action rassemblant plusieurs pistes d'action sous trois grands volets :

1. Nos communautés sont actives et en santé
2. Nos communautés s'engagent, développent un fort sentiment d'appartenance et créent une culture de mieux-être
3. Notre réseau, et notre équipe, permettent le réseautage et l'accès à l'information

Les personnes présentes aux consultations ont ressorti beaucoup d'idées ; mais il serait difficile de tout faire en même temps ! Voilà pourquoi il est temps de choisir des projets prioritaires.

Chaque équipe mieux-être doit se pencher sur les idées ressorties et choisir celles qui sont le plus appropriées à inclure dans leur plan final d'action. Idéalement, il faudrait conserver que deux à trois actions par volet, qui peuvent être mises en oeuvre dans les prochains deux ans.

PREMIÈRE ACTIVITÉ - Faire le ménage dans les idées reçues

Les idées qui ont été soulevées par les personnes présentes au forum sont toutes très bonnes ; par contre, il est possible qu'il ne relève pas de votre réseau mieux-être, que votre équipe mieux-être n'est pas le groupe approprié pour s'occuper et prendre en main ce projet. Il est donc important de regarder aux idées proposées et se demander si elles sont reliées à notre mandat.

Pour chaque idée soulevée, se poser les questions suivantes :
- Est-ce qu'elle rejoint notre plan d'action et nous aide à atteindre notre objectif ?
- Est-ce que le Réseau / notre équipe mieux-être à un rôle à jouer pour la mise en place de cette activité, initiative ou orientation ? Est-ce que c'est dans notre mandat ?

Si on a répondu oui à ces deux questions :
- Quel rôle peut-on jouer en tant que Réseau / équipe mieux-être ? Quels moyens sont nécessaires pour l'accomplir ?

Si on a répondu non à l'une des deux questions :
- Est-ce que cette activité peut être proposée à l'un de nos partenaires ? À qui ?

Suggestion : faire cette activité en petits groupes, puis partager ensemble les idées retenues. Garder les activités retenues dans le tableau ; éliminer les autres. Voilà votre plan !

DEUXIÈME ACTIVITÉ - Déterminer l'échéancier et les partenaires

Pour chaque activité qui est retenue après l'activité précédente, déterminer un échéancier et identifier les partenaires :
- Pour quelle date veut-on accomplir cette activité ?
- Quelles sont les ressources nécessaires ?
- Qui sont les partenaires qui peuvent nous aider à accomplir cette activité ?

Information complémentaire

L'information rassemblée ici provient des discussions des gens rassemblés aux différents cafés du monde. Ces idées ont été utilisées et compilées pour mettre ensemble le plan d'action proposé.

Compilation des grandes idées retenues pour l'équipe Madawaska Centre

- Les enfants avant l'école (petite enfance) et les adultes avant d'être des aînés sont les deux secteurs à travailler maintenant - se concentrer sur ces deux aspects.
- Le vieillissement de la population, l'exode des citoyens (développer l'appartenance), la ressource financière des familles, sécurité alimentaire
- Développer des moyens et des ressources
- Ne pas oublier que tout le monde est différent (inclusion)
- Changer la culture vers une culture de mieux-être
- L'environnement est important
- Le manque d'équilibre travail-famille
- Activités gratuites, accessibilité
- Activités de masse
- Santé psychologique et santé mentale
- Accessibilité et disponibilité (soins de santé)
- Engagement des communautés (implication et motivation)
- Éducation et prévention des dépendances et comportements à risque
- Niveau socioéconomique (chômage, salaire minimum, travail à risque, insécurité alimentaire, transport)
- Amélioration du mieux être dans le milieu du travail
- Participation et collaboration communautaire
- Réseautage
- Aide et support financier
- Application du modèle CAA
- Marc - support administratif et ressource humaine
- Participation de la communauté et intergénérationnel
- Publicité et visibilité du Réseau
- Maintenir des consultations publiques périodiques

Compilation des grandes idées retenues pour l'équipe du Haut-Madawaska

- La communauté se prend en main
- Augmentation des relations intergénérationnelles
- Communauté amie des aînés
- Aide financière aux activités
- Manque de visibilité et promotion
- Offrir le service de mieux-être ailleurs que les écoles, bibliothèques et entreprises
- Services de transport pour personnes âgées à faible revenu et personne vivant une différence
- Centre communautaires de santé (guichet, point d'entrée unique pour informer les gens de tous les services de santé ou autres qui existent, conférences promotion de la santé, nutrition, HTA, diminution du stress, vaccination, transport pour personnes à besoins spéciaux et aînés)
- Accessibilité aux services et services abordables
- Réseautage

- Alimentation (cafétéria - écoles, banque alimentaire, livre de recettes)
- Exercices, conférences, activité physique, gym accessible
- Éducation / formation continue (finances, psychologie, endroit *stress free*, santé physique)
- Activité communautaire inclusive afin de sortir les gens de l'isolement (intergénérationnel, familial, besoin particulier, bibliothèque, bonnes habitudes de vie)
- Plus d'éducation à tous les niveaux
- Clinique sans rendez-vous et augmenter les services (ortho, ergo, physio, praticien, etc.)
- Conférences positives
- Financement pour transport (tests à l'hôpital pour personnes âgées)
- Groupe de soutien pour personnes en deuil
- Activités familiales gratuites
- Thérapeutes en santé mentale
- Éducation
- Aptitudes réceptives et accompagnement
- Développer des programmes familiaux
- Importance de se prendre en main
- Regroupement communautaire
- L'accès à des activités physiques
- Promotion et information des services et programmes disponibles
- Augmenter les services aux aînés
- Ouvrir les écoles à la communauté
- Service de boîte à lunch pour mieux se nourrir
- Communication et écoute
- Soutien et support psychologique, éducatif
- Avoir les statistiques disponibles
- Accès à plus d'activités
- Piste cyclable et pédestre
- Centre dé-stress, zoothérapie, ferme co-op, transfert d'énergie
- Devrait avoir des crédits d'impôt ou support financier pour les soignants naturels
- Promotion dans les milieux de travail et sport/loisirs, servir des repas santé

Compilation des grandes idées retenues pour l'équipe de la Vallée

- Mobiliser les ressources communautaires et humaines pour collaborer ensemble
- Ajouter un membre des conseils municipaux à notre équipe mieux-être
- Partage de connaissances par les aînés
- Session d'information pour savoir où aller chercher de l'aide
- Ateliers pour manger et dormir sans médicaments
- Continuer les clubs de marche, jeux de poche, pétanque, etc.
- Activités diversifiées, abordables et intergénérationnelles (piscine publique et abordable pour toutes les classes sociales)
- Endroit sécuritaire pour les cyclistes et piétons sur les chemins publics
- Utilisation de différents médias pour la visibilité des activités mieux-être pour recueillir l'intérêt et les besoins des gens
- Établir des activités annuelles pour mieux être (ex. marche en raquette les vendredis du mois de janvier)
- Cuisine communautaire
- Faire une différence, améliorer la qualité de vie des citoyens
- Publicité pour se faire connaître et faire la promotion
- Bâtir sur les forces de la communauté
- Mobilisation et réseautage des communautés et regroupements des associations déjà existants (faire un inventaire de ce qui existe)

- Répondre aux besoins pour chaque groupe d'âge
- Inclusion de tous !
- Conscientisation des différents volets
- Créer un sentiment d'appartenance en développement d'activités communautaires
- Développement d'un système de transport
- Unir les forces pour assurer le succès des programmes qui desservent les besoins régionaux
- Promouvoir les activités physiques disponibles pour les aînés (UTANO)
- Visiter des personnes qui vivent l'isolement, à leur résidence
- Aller chercher des personnes âgées pour faire partie du réseau pour développer un sentiment d'appartenance
- Créer un réseau intergénérationnel