

## **Qu'est-ce que l'Initiative de prévention des maladies chroniques (IPMC)?**

L'IPMC correspond à l'Initiative de prévention des maladies chroniques. Il s'agit d'une initiative entreprise au niveau communautaire pour prévenir les maladies chroniques au Manitoba. Les Offices régionaux de la santé et le gouvernement fournissent la formation, le financement et l'appui mais les projets de l'IPMC sont initiés, planifiés et dirigés par la communauté.

Les programmes de l'IPMC abordent les trois grands facteurs de risques qui mènent à la maladie chronique : le tabagisme, la sédentarité et la mauvaise alimentation. L'IPMC encourage les gens à vivre sans fumée, privilégie l'alimentation saine et assure la promotion des modes de vie active. Les collectivités y prenant part élaborent des programmes pour contrer les facteurs de risque qui touchent leur communauté.

L'IPMC est un projet-pilote de cinq ans financé conjointement par Santé et Vie saine Manitoba et l'Agence de la santé publique du Canada jusqu'au mois de mars 2010. L'IPMC est mise en œuvre dans 10 offices régionaux de la santé au Manitoba, y compris 83 collectivités dont 21 communautés des Premières nations et 7 communautés métisses. Grâce à l'IPMC, on a pu atteindre environ 330 000 Manitobains.

## **Les projets de l'IPMC sont :**

**Communautaires** : Les membres de la communauté identifient, initient et dirigent les projets.

**Fondés sur des preuves** : On se fonde sur des preuves pour planifier et concevoir chaque projet et pour évaluer son efficacité.

**Intégrés** : L'IPMC s'enlign et s'harmonise avec des programmes existants afin de leur ajouter de la valeur et accroître leur portée.

**Ciblés** : Les projets ciblent des priorités ou des populations défavorisées telles qu'identifiées par les communautés.

**Durables** : Des partenariats et un engagement communautaires solides favorisent les effets durables.

## **Pourquoi miser sur la prévention des maladies chroniques?**

Les maladies chroniques dont le diabète, l'arthrite, le cancer, les maladies cardiaques et vasculo-cérébrales, les maladies du rein et des poumons sont des causes importantes de la maladie, de l'invalidité et de la mort au Manitoba. Six Canadiens sur dix vivent avec au moins une maladie chronique. Les maladies chroniques sont la cause principale des décès au Canada.

La prévention est notre meilleur outil dans la lutte contre la maladie chronique.

<http://www.gov.mb.ca/healthyliving/>

<http://www.healthincommon.ca/>

## Célébration et inspiration

La plupart des histoires dans ce livre ont comme origine des entrevues téléphoniques auprès des leaders ou participants de l'IPMC au Manitoba. Ces entrevues ont été transcrites et façonnées en histoires courtes puis retransmises au narrateur pour vérification et édition. Souvent, les histoires ont aussi fait le tour de bureaux, de superviseurs ou d'autres intervenants. Nous avons fait tout notre possible afin de respecter l'esprit de la narration et d'inclure tous les changements suggérés. Toutes les erreurs qui pourraient y figurer sont celles de l'éditeur et pour ces dernières, nous vous prions d'accepter nos excuses.

Pratiquement sans exception, Tous ceux à qui nous avons parlé ont dépassé les attentes et bon nombre d'entre eux étaient de généreux bénévoles qui n'ont gagné que du plaisir à aider leurs communautés en plus d'atteindre eux-mêmes une meilleure santé dans le processus. Ces bénévoles, et ces nombreuses personnes dynamiques et dévouées avec qui nous nous sommes entretenues et pour lesquelles l'IPMC fait partie de leur travail quotidien, nous ont inspiré à adopter un meilleur mode de vie – à manger des aliments plus sains et à devenir plus actifs.

En lisant ces histoires, soyez conscients que vous êtes en train de comparer des pommes et des oranges. En effet, les paramètres de l'IPMC encouragent une très grande variété de projets, pouvant varier selon leur type de gestion et leur nature. Chaque projet correspond aux besoins d'une communauté. Beaucoup d'entre eux sont nés de projets existants ou y ont été transformés, et ces partenariats sont encouragés par l'Initiative.

Certaines histoires sont fondées sur les expériences d'un groupe unique telles que celle d'un centre d'ânés dans un petit village qui a réussi à obtenir des fonds de l'IPMC. Il se peut qu'ils aient décidé de construire un terrain de fer à cheval qui est maintenant employé par les ânés à chaque semaine, ou bien plutôt de servir des collations saines à leur rencontre hebdomadaire pour rassembler le monde, leur permettre de socialiser, de créer une attitude positive face à la vie et

de se sentir mieux de corps et d'esprit. Parfois le comité n'est pas plus grand qu'une ou deux personnes déterminées qui vont cogner aux portes avec une vision d'une collectivité en meilleure santé.

Ensuite il y a les plus grands centres tels que Brandon, Flin Flon ou Le Pas, où le financement de l'IPMC vient s'ajouter aux programmes de l'Office régional de la santé et d'autres partenaires communautaires. Cela peut donner des centaines de personnes de plus qu'avant dans les milieux de travail prenant une marche comme exercice hebdomadaire ou une importante campagne de sensibilisation contre le tabagisme dans le district scolaire. L'effort de toutes ces personnes dévouées dans les comités des plus grands centres n'est pas moins valable et incroyable pour l'ampleur de l'appui qu'on y accorde.

Ces histoires ne sont pas placées ensemble pour faire l'objet de quelconque comparaison, mais uniquement pour être célébrées et servir de source d'inspiration. Laissez chacune de ces histoires vous inspirer à sa façon et vous remplir d'énergie, vous ou votre groupe, afin d'initier des projets qui apporteront une meilleure santé à votre collectivité.

Nous n'avons épargné aucun effort pour fournir de l'information de sources crédibles et fiables. Les sites Web apparaissant dans les sections Info-santé n'indiquent toutefois que la source de ces renseignements. Il s'agit de liens vers d'autre information et non une promotion par l'IPMC du contenu de ces sites.

Nous nous sommes senties honorées de faire partie de ce projet et nous espérons que les histoires serviront à atteindre notre objectif : de célébrer ce qui a été fait dans le cadre de l'IPMC et de fournir une énergie inépuisable envers la prévention des maladies chroniques au Manitoba.

Betty Kozak  
Dianne Hiebert  
Marj Heinrichs