

Systeme :	Jeune			
Constat prioritaire :	Santé physique et bien-être			
Objectif :	Améliorer la santé physique et le bien-être des jeunes de 0 à 17 ans			
Sous-système : 0-5 ans		Transformation souhaitée : L'enfant choisit un aliment sain (haute valeur nutritive)		
Actions		Organismes	Coup de cœur	Courriel
Action 1	Développer une politique de quartier pour que les organismes et institutions du quartier offrent des collations saines aux enfants	Carrefour Parenfants	Sandy Smith	ssmith@direction.ca
Action 2	Offrir des ateliers de cuisine : <ul style="list-style-type: none"> ➤ Cours de purées; ➤ Cours de cuisine ethnique; ➤ Ateliers de cuisine parents/enfants 	La Cuisine Collective HM Entre-Mamans	Benoist de Peyrelongue Colette Casavant	direction@lacchm.com administration@entremamans.qc.ca
Action 3	Promouvoir la pratique de l'agriculture urbaine par des jardins collectifs			

Action 4	Ateliers de sensibilisation et d'éducation à l'alimentation des bébés : <ul style="list-style-type: none"> ➤ Conférence sur l'alimentation avec nutritionniste; ➤ Activités de promotion de l'allaitement; ➤ Activité d'intégration alimentaire par jeux dans les CPE, RSG et organismes; ➤ Activité avec des agriculteurs dans le quartier pour démystifier la production alimentaire (éducation) 	<p>La Maison des enfants</p> <p>La Cuisine Collective HM</p> <p>Halte-Répit HM</p> <p>Voix des parents</p>	<p>Chantal Tétreault</p> <p>Benoist de Peyrelongue</p> <p>Marie-Claude Langlais</p> <p>Cindy et Loubna</p>	<p>Ctetreault@lamaisondesenfants.qc.ca</p> <p>direction@lacchm.com</p> <p>halte-repit@bellnet.ca</p> <p>Cyndyleclair@hotmail.com</p> <p>Loubna542@hotmail.com</p>
Action 5	Utiliser les espaces sous les auvents du CCSE comme marché avec diversité et variété			

Système :	Jeune				
Constat prioritaire :	Santé physique et bien-être				
Objectif :	Améliorer la santé physique et le bien-être des jeunes de 0 à 17 ans				
Sous-système : 6-11 ans			Transformation souhaitée : Le jeune a du plaisir à bouger		
Actions			Organismes	Coup de cœur	Courriel
Action 1	Développer et consolider des liges communautaires sportives et culturelles dans les organismes loisirs du quartier pour les 6-12 ans		GCC La Violence	Lyne Perron	gcclaviolence@gc.aira.com

Système :	Jeune			
Constat prioritaire :	Santé physique et bien-être			
Objectif :	Améliorer la santé physique et le bien-être des jeunes de 0 à 17ans			
Sous-système : 12-17 ans		Transformation souhaitée : Le jeune développe des stratégies pour prendre soin de lui		
Actions		Organismes	Coup de cœur	Courriel
Action 1	Offrir un accompagnement personnalisé auprès du jeune dans le travail de milieu	GCC La Violence ABD/Carrefour Familial Hochelaga CJBV	Lyne Perron Barbara Jomphe Isabelle Dauplaise	gcclaviolence@gc.aira.com abd@carrefourfamilial.com direction@cjbv.com
Action 2	Ateliers « Kit de départ » (ex. : Hygiène corporelle, consommation, saines habitudes de vie, etc.)			

Système :	Jeune				
Constat prioritaire :	Santé physique et bien-être				
Objectif :	Améliorer la santé physique et le bien-être des jeunes de 0 à 17ans				
Sous-système : Famille			Transformation souhaitée : Le parent intègre un mode de vie sain et actif dans sa routine familiale		
Actions			Organismes	Coup de cœur	Courriel
Action 1	Créer un groupe d'achats dans les organismes géré par et pour les familles du quartier afin de réduire le coût des denrées		Chic Resto Pop YMCA HM	Maggie Lebeau Jonathan Alarie	mlebeau@chicrestopop.com jonathan.alarie@ymca.quebec.org
Action 2	Développer des jardins collectifs partagés entre plusieurs organismes communautaires pour éduquer les familles à la saine alimentation		CJBV	Isabelle Dauplaise	direction@cjbv.com
Action 3	Offrir des alternatives de financement aux familles à faible revenu pour l'achat de paniers de fruits et légumes comme le micro-crédit ou l'étalement en plusieurs versements				
Action 4	Proposer un programme de mentorat entre les adolescents et les enfants pour la pratique de l'activité physique				
Action 5	Offrir des activités parents/enfants pour la pratique de l'activité physique dans les organismes				

Système :	Jeune		
Constat prioritaire :	Santé physique et bien-être		
Objectif :	Améliorer la santé physique et le bien-être des jeunes de 0 à 17 ans		
Sous-système : Communauté		Transformation souhaitée : La communauté adopte et prône un mode de vie sain et actif	
Actions		Organismes	Coup de cœur
Action 1	Centralisation de l'information pour savoir où bouger : <ul style="list-style-type: none"> ➤ Site web; ➤ Ligne téléphonique; ➤ Inventaire des lieux et des ressources 	YMCA HM	Dominique Bilodeau dominique.bilodeau@ymcaquebec.org
Action 2	Développer un partenariat avec le club de soccer l'Impact pour des camps : <ul style="list-style-type: none"> ➤ Créer une Académie du soccer; ➤ Avoir accès à leurs installations; ➤ Avoir un camp d'entraînement 	Comité de parents Corporation d'animation des places publiques	Cindy Leclerc Jean-François Beaupré cindylelair@hotmail.com jfrancoisbeaupre@gmail.com

Action 3	Développer des partenariats avec l'Esplanade financière Sun Life et les piscines du quartier afin que les écoles et les services de garde aient accès à des cours de natation durant les cours d'éducation physique ou les périodes de service de garde			
Action 4	Donner l'accès aux cours d'école en dehors des heures scolaires			
Action 5	Ouverture d'une sportothèque	La MAPP Carrefour Parenfants Comité de parents	Franceska Hébert Sandy Smith Cindy Leclerc	franceska@lamapp.org ssmith@direction.ca cindylelair@hotmail.com
Action 6	Organiser des activités sportives ponctuelles, à faible coût, pour les adolescents (zumba dans les parcs, baseball, etc.)			
Action 7	Mettre à la disposition des usagers des parcs du matériel pour le jeu libre	Comité de parents	Cindy Leclerc	cindylelair@hotmail.com
Action 8	Améliorer le transport en commun et promouvoir le vivre sans sa voiture	Voix des parents	Cindy Leclerc	cindylelair@hotmail.com
Action 9	Favoriser l'accessibilité aux épiceries, notamment les produits locaux en agriculture, et à la nourriture de qualité dans certains secteurs d'Hochelaga-Maisonneuve, principalement dans les zones de désert alimentaire	Interaction Famille Entre-Mamans Carrefour Parenfants	Jessie Pierce Colette Casavant Sandy Smith	interactionfamille@videotron.ca administration@entremamans.qc.ca ssmith@direction.ca

Action 10	Meilleure visibilité du mois de la nutrition auprès de la population			
Action 11	Mettre en place plus de cuisines collectives	La Voix des parents	Cindy Leclerc	cindylelair@hotmail.com
Action 12	Mettre en place des ateliers citoyens en environnement et de jardinage	Voix des parents	Cindy Leclerc	cindylelair@hotmail.com
Action 13	Sécuriser les pistes cyclables			