



# MIEUX VIVRE Î.-P.-É.

ensemble, nous le pouvons

Les Insulaires accordent de l'importance à leur bien-être et souhaitent vivre pleinement. Pour être et rester en bonne santé à l'Île-du-Prince-Édouard, nous devons travailler ensemble pour lutter contre les maladies et les blessures.

La plupart des affections physiques, des handicaps et des décès à l'Île-du-Prince-Édouard sont dus à quatre groupes de maladies chroniques : le diabète de type 2, la maladie cardiovasculaire, la maladie pulmonaire chronique (maladie pulmonaire obstructive chronique ou MPOC) et le cancer.

On prévoit que le nombre d'Insulaires vivant avec ces maladies chroniques augmente avec l'âge et l'accroissement de la population. Heureusement, beaucoup de ces maladies chroniques peuvent être évitées ou retardées par des habitudes de vie saines. Comme dans d'autres provinces et territoires du Canada, les données de l'Île-du-Prince-Édouard montrent que quatre comportements donnent de l'ampleur aux maladies chroniques :

## **l'absence d'activité physique • la mauvaise alimentation • la consommation de tabac • la consommation nocive d'alcool**

Le chemin vers le bien-être insulaire passe par un changement des habitudes et par une atténuation des risques pour la santé. Prendre des mesures en faveur du bien-être à l'Île-du-Prince-Édouard, c'est aussi se concentrer sur le bien-être mental.

Il a été démontré que trois approches aident les individus à faire des choix sains :

## **la POLITIQUES PUBLIQUES SAINES • l'action communautaire • la PRESTATION DE SERVICES PRÉVENTIF**

Pour une population en meilleure santé, le ministère de la Santé et du Mieux-être et le Bureau du médecin hygiéniste en chef de l'Île-du-Prince-Édouard travaillent sur un **plan d'action provincial quinquennal en matière de bien-être** sous la bannière de **MIEUX VIVRE Î.-P.-É.** Un objectif sur cinq ans a été fixé pour chacun des comportements de santé :

Comportement lié à la santé	Objectif provincial sur cinq ans
<b>MIEUX RESPIRER</b> Arrêter le tabac	Amener 6 000 Insulaires de plus à <b>MIEUX RESPIRER</b> en abandonnant le tabac
<b>MIEUX CHOISIR</b> Modérer sa consommation d'alcool	Encourager 7 000 Insulaires de plus à <b>MIEUX CHOISIR</b> et à réduire leur consommation d'alcool
<b>MIEUX MANGER</b> Manger sainement	Donner les moyens à 18 000 Insulaires de plus de <b>MIEUX MANGER</b> en prenant un virage santé
<b>MIEUX BOUGER</b> Faire de l'activité physique	Amener 20 000 Insulaires de plus à <b>MIEUX BOUGER</b> en atteignant le seuil recommandé d'exercice physique
<b>MIEUX SE SENTIR</b> Améliorer son bien-être mental	Permettre à 9 000 Insulaires de plus de <b>MIEUX SE SENTIR</b> en établissant des liens avec les ressources communautaires et en prenant des mesures personnelles pour améliorer leur bien-être mental

**Nous avons besoin de la rétroaction du public sur le plan d'action de MIEUX VIVRE Î.-P.-É.** qui aidera les Insulaires à atteindre leurs objectifs de bien-être. [Le document de réflexion](#) offre un aperçu du bien-être à l'Île-du-Prince-Édouard, établit des objectifs de bien-être provinciaux pour les Insulaires, propose des mesures pour atteindre les objectifs de bien-être et sollicite vos commentaires sur ces mesures et d'autres **mesures** à inclure dans le plan d'action de **MIEUX VIVRE Î.-P.-É.**

Nous voulons obtenir de la rétroaction sur les mesures proposées suivantes décrites dans le [document de réflexion](#).

Comportement lié à la santé	Mesures proposées
<b>MIEUX RESPIRER</b> Arrêter le tabac	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mener la marche vers une génération sans tabac (POLITIQUES PUBLIQUES SAINES)</li> <li>2. Réserver la vente de tabac aux tabagies seulement (POLITIQUES PUBLIQUES SAINES)</li> <li>3. Prévenir l'initiation au tabac et au vapotage chez les jeunes (ACTION COMMUNAUTAIRE)</li> <li>4. Élargir le Programme d'abandon du tabac de l'Î.-P.-É. (PRESTATION DE SERVICES PRÉVENTIF)</li> </ol>
<b>MIEUX CHOISIR</b> Modérer sa consommation d'alcool	<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Renforcer la politique sur l'alcool à l'Î.-P.-É. en élaborant une stratégie provinciale en matière d'alcool (POLITIQUES PUBLIQUES SAINES)</li> <li>6. Mettre sur pied un réseau provincial de prévention des méfaits liés à l'alcool (ACTION COMMUNAUTAIRE)</li> <li>7. Promouvoir le dépistage, les interventions brèves et l'aiguillage (PRESTATION DE SERVICES PRÉVENTIF)</li> </ol>
<b>MIEUX MANGER</b> Manger sainement	<ol style="list-style-type: none"> <li>8. Limiter la publicité des boissons et des aliments malsains (POLITIQUES PUBLIQUES SAINES)</li> <li>9. Réglementer l'étiquetage des menus pour les aliments et les boissons (POLITIQUES PUBLIQUES SAINES)</li> <li>10. Mettre en place des normes en matière d'aliments sains dans les institutions publiques (POLITIQUES PUBLIQUES SAINES)</li> <li>11. Travailler avec des partenaires pour accroître l'accès à des aliments salubres, locaux et sains (ACTION COMMUNAUTAIRE)</li> <li>12. Lancer un programme de prescriptions de bonnes habitudes afin d'amener les Insulaires à mener une vie saine (PRESTATION DE SERVICES PRÉVENTIF)</li> </ol>
<b>MIEUX BOUGER</b> Faire de l'activité physique	<ol style="list-style-type: none"> <li>13. Renforcer les règles d'aménagement de la province et des municipalités (POLITIQUES PUBLIQUES SAINES)</li> <li>14. Accroître l'accessibilité des endroits où les Insulaires peuvent faire de l'activité physique (ACTION COMMUNAUTAIRE)</li> <li>15. Lancer un programme de prescription d'habitudes de vie saines pour pousser les Insulaires à bouger plus (PRESTATION DE SERVICES PRÉVENTIF)</li> </ol>
<b>MIEUX SE SENTIR</b> Améliorer son bien-être mental	<ol style="list-style-type: none"> <li>16. Collaborer avec l'Alliance pour le bien-être mental de l'Île-du-Prince-Édouard afin de faciliter la mise en œuvre de programmes de première ligne à l'intention des Insulaires vulnérables (PRESTATION DE SERVICES PRÉVENTIF)</li> <li>17. Faire participer les résidents de l'Île à l'innovation grâce à Navigapp (PRESTATION DE SERVICES PRÉVENTIF)</li> <li>18. Fournir un accès sur demande à un soutien en matière de santé mentale et de toxicomanie (PRESTATION DE SERVICES PRÉVENTIF)</li> </ol>

**Les mesures suivantes sont proposées dans le cadre de MIEUX VIVRE Î.-P.-É. Ces mesures fondamentales invitent au changement en ce qui touche tous les comportements liés à la santé de MIEUX VIVRE Î.-P.-É.**

- Former un comité d'action provincial pour **MIEUX VIVRE Î.-P.-É.**
- Créer la plateforme d'action communautaire en ligne de **MIEUX VIVRE Î.-P.-É. (ACTION COMMUNAUTAIRE)**
- Établir des réseaux communautaires (ACTION COMMUNAUTAIRE)
- Investir dans la sensibilisation du public aux maladies chroniques, aux facteurs de risque, aux déterminants sociaux de santé et à l'équité en santé (ACTION COMMUNAUTAIRE)
- Augmenter le financement de la subvention d'action communautaire **MIEUX VIVRE Î.-P.-É. (ACTION COMMUNAUTAIRE)**
- Améliorer la surveillance provinciale et communautaire des maladies chroniques et de l'équité en santé (ACTION COMMUNAUTAIRE)
- Mettre en place l'approche Santé dans toutes les politiques (SdTP) à l'Île-du-Prince-Édouard (POLITIQUES PUBLIQUES SAINES)

Vous pouvez donner votre avis sur les mesures proposées en remplissant le sondage de Mieux vivre Î.-P.-É. ou en soumettant des commentaires écrits à [livewellpei@ihis.org](mailto:livewellpei@ihis.org) (objet : Consultation de Mieux vivre Î.-P.-É.) ou au Bureau de la médecin hygiéniste en chef de l'Î.-P.-É. (Ministère de la Santé et du Mieux-être; 16, rue Fitzroy, C.P. 2000, Charlottetown [Î.-P.-É.]) d'ici le 5 juillet 2024. Veuillez écrire « Consultation de Mieux vivre Î.-P.-É. » sur l'enveloppe.