

Mémoire pour le Plan de prévention de la santé publique au Québec

Organisme : Clubs 4-H du Québec

1. Quels enjeux de santé et de bien-être devraient faire l'objet d'actions de prévention en priorité?

Nous recommandons que les enfants et les familles soient au cœur des priorités. Le développement global des enfants, en particulier dans la petite enfance (0-5 ans) et la transition scolaire, doit être soutenu par la création d'environnements favorables aux saines habitudes de vie (SHV), notamment par l'entremise de l'éducation par la nature.

2. Quels groupes de la population la Stratégie devrait-elle viser en priorité?

Les enfants et leur famille devraient être ciblés en priorité afin d'agir tôt sur leur bien-être et leur santé, en particulier dans leurs milieux de vie quotidiens.

3. Quelles sont vos idées pour agir collectivement afin d'améliorer la santé et le bien-être de la population?

Le projet *Grandir en nature* rassemble des partenaires régionaux issus de divers milieux (communautaire, URLS, municipalités, écoles, services de garde éducatif, santé et services sociaux) pour implanter de façon durable l'approche de l'éducation par la nature dans les milieux de la petite enfance et au préscolaire.

Ce projet permet à plusieurs groupes d'enfants de vivre des sorties récurrentes en milieu naturel, favorisant leur développement global, leur sensibilité et leurs connaissances écologiques. Depuis 2019, les Clubs 4-H du Québec soutiennent ce projet à Laval et accompagnent aujourd'hui trois autres régions grâce à un financement : l'Abitibi-Témiscamingue, Lanaudière, et la Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine.

4. Quelles actions de prévention déjà en place devraient être poursuivies ou renforcées?

- Développer et déployer *Grandir en nature* à l'échelle du Québec
- Normaliser l'éducation par la nature à différents niveaux dans les milieux de vie des jeunes (milieux de vie, milieux de la petite enfance, milieux communautaires, milieux des camps et milieux scolaires écoles.)

- Intégrer l'approche dans les formations en éducation, dans les programmes des organismes communautaires, dans les camps de jour et de vacances.
 - Promouvoir la "prescription nature" comme outil de santé publique accessible à tous
-

5. Comment l'innovation pourrait-elle y contribuer?

- Créer une nouvelle approche en prévention par l'éducation à la nature
 - Réduire les inégalités sociales de santé en rejoignant les tout-petits dans leurs milieux
 - Offrir une alternative saine à la surutilisation des écrans
 - Soutenir les parents et faciliter l'accès au plein air de proximité
 - Améliorer la santé mentale et physique par le contact régulier avec la nature
 - Favoriser les saines habitudes de vie et le jeu actif (les enfants sont 2x plus actifs dehors)
-

6. Quels sont les principaux obstacles à surmonter pour mettre en œuvre ces actions? Comment pourrait-on y arriver?

Obstacles :

- Nouvelle approche non encore normée ni systématiquement financée
- Accès limité aux milieux naturels de proximité
- Normes sociales restrictives, craintes liées à la sécurité
- Manque de connaissance en écologie et nature
- Conditions climatiques perçues comme contraignantes

Solutions :

- Créer un mouvement national pour l'éducation par la nature.
 - Intégrer l'éducation par la nature dans les programmes éducatifs des milieux de la petite enfance et des milieux scolaires.
 - Normaliser et documenter les bienfaits du contact avec la nature pour les jeunes
-

7. Quelles sont les principales occasions à considérer? Comment pourrait-on les saisir?

- La tendance collective à vouloir reconnecter avec la nature
- Les enfants sont moins actifs et davantage exposés aux écrans
- Besoin généralisé de lien à la nature pour la santé mentale

Pour les saisir :

- Intégrer des approches basées sur la nature dans les politiques publiques
 - Soutenir des projets communautaires ancrés dans les milieux
-

8. Comment impliquer davantage les citoyens et citoyennes dans les actions de prévention en santé?

- Favoriser les partenariats avec différents organismes comme des organismes communautaires, des municipalités, des organismes de loisir, des organismes de conservation, etc. pour faciliter et encadrer l'utilisation des milieux naturels
 - Répondre aux enjeux de conservation par l'éducation à la biodiversité
 - Créer des outils d'information et de sensibilisation accessibles à tous
-

Conclusion

Depuis 1942, le Mouvement des Clubs 4-H du Québec sont un organisme national de loisir qui vise à développer l'intérêt et les connaissances des jeunes et de leur famille relativement à la forêt, la nature et l'écocitoyenneté ; par des activités ludiques et éducatives dans le respect de la devise Honneur, Honnêteté, Habileté et Humanité.

Les Clubs 4-H du Québec proposent une vision où l'accès à la nature, l'éducation par la nature et la mobilisation communautaire sont au cœur de la prévention en santé publique. En misant sur des actions structurantes comme *Grandir en nature*, nous contribuons à bâtir une société plus saine, plus équitable et plus résiliente.