



MÉMOIRE

# ÉLABORATION D'UNE STRATÉGIE NATIONALE DE PRÉVENTION EN SANTÉ 2025

*Appel à contribution pour identifier et prioriser les actions de prévention qui pourraient améliorer la santé et le bien-être de la population québécoise*

**Référence:** participation\_quebec-PART-2025-03-140

**Mémoire présenté au Ministère de la Santé et des Services sociaux**

**Soumis à titre personnel par :**

**Nadia Bujold, Dt.P.**

Diététiste-nutritionniste

CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

*(Les opinions exprimées dans ce mémoire sont celles de l'auteurice à titre personnel et ne reflètent pas nécessairement celles de son établissement d'attache)*

Avril 2025

BRANCHÉ SANTÉ

# INTRODUCTION

Ce mémoire, rédigé à titre personnel, s'appuie sur mon expérience professionnelle auprès des jeunes et des familles. J'y met en lumière une initiative locale prometteuse, **Branché santé** à laquelle j'ai contribué activement comme porteuse de projet, et j'y propose des pistes concrètes pour renforcer la prévention à l'échelle du Québec.

La montée de l'**obésité** et des **maladies chroniques** chez les jeunes est un enjeu majeur de santé publique. Elle entraîne des conséquences immédiates et à long terme sur leur santé physique (diabète, maladies cardiovasculaires, etc.) et psychologique (troubles alimentaires, image corporelle négative, anxiété). Ces problématiques touchent davantage les jeunes vivant en **contexte de vulnérabilité**.

Pour faire face à ces défis, il est essentiel de combiner **des actions de prévention ciblées** à des interventions de première ligne. Il faut aussi faciliter l'appropriation des contenus en santé par les jeunes et leurs familles. Une bonne santé globale est un levier fondamental pour permettre à chaque jeune d'atteindre son plein potentiel.

## PROPOSITION 1 MIEUX FAIRE RAYONNER LES INITIATIVES LOCALES EN PRÉVENTION

À travers le Québec, plusieurs initiatives en promotion de la santé ont déjà démontré leur efficacité et gagneraient à être mieux **reconnues, soutenues et diffusées** davantage.

Dans un contexte de ressources limitées, il est stratégique de s'appuyer sur ce qui fonctionne déjà sans repartir de zéro. Ces initiatives ancrées dans les milieux apportent des solutions concrètes, adaptées aux réalités locales. *Branché santé* en est un exemple inspirant.

Pour maximiser leur portée, la création d'un **répertoire provincial des programmes efficaces**, déjà implantés dans les établissements du réseau de la santé ou portés par des partenaires, permettrait de :

- **Briser le travail en silo** et optimiser les ressources ;
- **Offrir aux équipes locales** des modèles transférables, prêts à l'emploi ;
- **Valoriser et diffuser les pratiques gagnantes** à l'échelle du Québec.

Un tel répertoire favoriserait la circulation du savoir-faire, encouragerait l'innovation issue du terrain et contribuerait à une approche cohérente, durable et équitable en prévention.

# PROPOSITION 2 MISER SUR DES PROGRAMMES DE PROXIMITÉ POUR SOUTENIR LES SAINES HABITUDES DE VIE EN FAMILLE

## Branché santé, un modèle porteur

*Inspiré du programme britannique MEND et fondé sur les recommandations de l'INESSS (2012), **Branché santé** s'adresse **aux jeunes de 9 à 12 ans et à leurs parents**. Il vise à soutenir l'adoption de saines habitudes de vie, à développer une image corporelle positive et à créer des liens avec les ressources locales.*

Pour contrer la progression des maladies chroniques et de l'obésité chez les jeunes, la prévention doit s'ancrer là où ils vivent, apprennent et grandissent.

C'est dans cet esprit que le CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal, en partenariat avec La Fondation de l'Hôpital de Montréal pour enfants et le CIUSSS de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal a développé le **Guide d'animation du programme Branché santé**. Clé en main, il permet aux professionnels et aux intervenants jeunesse de planifier et animer des activités soutenues ou ponctuelles, en intégralité ou « à la carte ».

À travers 10 ateliers ludiques et interactifs, les familles explorent ensemble le plaisir de bouger, de cuisiner, et de réfléchir à leur mode de vie. Elles y trouvent un espace d'apprentissage collectif et de soutien mutuel.

## Les forces du programme incluent :

- Une **approche globale**, familiale et axée sur le plaisir ;
- Une **coanimation interdisciplinaire** (nutritionniste, kinésiologue, travailleur social) ;
- Une **structure adaptable** et clé en main ;
- Un **fort potentiel d'ancrage** communautaire ;
- Un **accès équitable** pour les familles vulnérables.

## Un programme à fort potentiel, mais sous-financé

Malgré sa pertinence, plusieurs milieux ne disposent pas des ressources nécessaires pour l'implanter. Même au sein du CCSTM, établissement développeur, le programme a été suspendu récemment à la suite de la fin du financement par le donataire et de l'abolition d'un poste clé dans le cadre de la restructuration budgétaire. Cette situation illustre **la vulnérabilité de certaines initiatives pourtant porteuses**, qui peinent à perdurer sans soutien structurel, même lorsqu'elles s'appuient sur des données probantes et répondent à des besoins bien documentés.

## Un programme aligné sur les priorités gouvernementales

À l'aube de la mise en œuvre d'une **Stratégie nationale de prévention en santé** et de l'élaboration du **prochain Plan national de santé publique**, il est essentiel de s'appuyer sur des programmes de terrain, transférables et alignés sur les priorités ministérielles.

*Branché santé* s'inscrit directement dans deux grandes orientations actuelles de la PNSP :

- **Orientation 1 : Développement des capacités dès le plus jeune âge**
- **Orientation 4 : Renforcement des actions de prévention**

Avec son approche globale et précoce, ainsi que son fort potentiel intersectoriel, *Branché santé* comble un vide important en matière de prévention de première ligne auprès des jeunes. Il s'agit d'une version actuelle, modulable et évolutive, qui peut facilement s'adapter à divers milieux et contextes.

*En consolidant ce modèle et en étendant sa portée à d'autres milieux ou groupes d'âge, Branché santé pourrait jouer un rôle encore plus structurant dans la promotion de saines habitudes de vie chez les jeunes et à la réduction des inégalités sociales de santé.*

## CONCLUSION

Innover en santé, c'est aussi prévenir. Dans un contexte de vieillissement de la population et de montée des maladies chroniques, miser sur la santé des jeunes est une **priorité incontournable**. *Branché santé* est une initiative concrète, ancrée dans les milieux de vie, qui soutient les familles et encourage une prévention active dès l'enfance.

La Stratégie nationale de prévention en santé représente une occasion à saisir pour donner un véritable élan à ce type de programme — à titre de projet pilote ou d'initiative structurante. Offrir des conditions favorables comme un financement stable, une diffusion élargie et une reconnaissance à la hauteur de leur impact, c'est investir dans des solutions déjà développées, alignées sur les besoins du terrain.

*Branché santé* est aussi un terrain fertile à l'innovation. Sa déclinaison en formats numériques – comme des capsules-vidéos, ateliers virtuel – ou son arrimage à d'autres initiatives pourraient élargir sa portée et renforcer son ancrage.

Ces pistes ouvrent la porte à une réflexion commune pour aller plus loin. **Et si on avançait ensemble, pour faire grandir ces solutions, là où elles peuvent vraiment faire une différence?**

**Envie d'en savoir plus ?** Rendez-vous sur [www.branchesante.ca](http://www.branchesante.ca)