

# POLITIQUE DE VALORISATION DES SAINES HABITUDES DE VIE

Camp de jour de Lac-des-Écorces



Considérant que le camp de jour municipal est un milieu de vie privilégié au sein de la communauté pour toute personne impliquée, la présente politique se veut un outil appuyant la réalisation de la mission et des objectifs généraux du camp de jour, tout comme une référence quant aux moyens choisis pour contribuer à la promotion et à l'adoption par la clientèle de saines habitudes de vie. Cette politique est communiquée à l'ensemble du personnel, responsable de son application.

## **Objectifs et engagements du camp de jour municipal en matière de promotion de l'activité physique, de la saine alimentation et du non-tabagisme.**

La mission et les objectifs généraux du camp de jour municipal présentent la raison d'être du programme et l'adoption de saines habitudes de vie réside au cœur de ses préoccupations.

### **Mission et objectifs généraux du camp de jour municipal**

La Ville de Lac-des-Écorces offre aux résidants de la municipalité un service de camp de jour de huit semaines situé à la salle communautaire. Elle offre une programmation et des services d'animation diversifiés, permettant à la clientèle de 5 à 12 ans de participer à des activités estivales de groupe se déroulant dans un environnement sécuritaire et de qualité. Nous souhaitons inciter les jeunes familles à s'établir dans un environnement sain et naturel où il fera bon de voir grandir leur enfant.

*Plus précisément, le programme de camp de jour vise à :*

- Offrir des activités stimulantes, diversifiées et enrichissantes adaptées à chaque groupe d'âge permettant aux jeunes un apprentissage dans un environnement amusant et sécuritaire
- Promouvoir des valeurs de respect et de bonne conduite entre les jeunes et envers son environnement
- Permettre à la clientèle de s'impliquer dans une vie de groupe et à la découverte de son milieu
- Contribuer au développement de l'autonomie, de l'estime de soi et de l'adoption de saines habitudes de vie

Engagée à réaliser sa mission et à atteindre ses objectifs en matière de promotion de l'activité physique, de la saine alimentation et du non-tabagisme, la direction du camp de jour municipal tient compte des éléments essentiels à intégrer à sa structure et ses activités afin de contribuer ultimement à la santé de sa communauté.

En plus de prendre part aux activités et campagnes de promotion des saines habitudes de vie mises en valeur par ses partenaires locaux, régionaux et provinciaux, la direction du camp de jour municipal s'engage à procéder systématiquement à une autoévaluation annuelle de l'état des saines habitudes de vie dans son camp de jour afin d'améliorer ses actions et de bonifier les divers moyens mis en œuvre pour atteindre les objectifs.

*Camp de jour de Lac-des-Écorces*

*Réf : Cadre de référence pour les camps de jour municipaux*

## **Moyens mis en œuvre pour atteindre les objectifs**

### **Activités de formation et transmission d'informations**

Afin d'outiller le personnel à favoriser l'adoption de saines habitudes de vie pour lui-même et chez la clientèle, des activités de sensibilisation sont organisées lors de la formation du personnel, spécifiquement conçues pour informer le personnel de la présente politique et des moyens pour promouvoir et valoriser les saines habitudes de vie.

La formation du personnel aborde les sujets suivants :

- les différentes dimensions des saines habitudes de vie : activité physique, alimentation, non-tabagisme et autres;
- le rôle de l'animateur en matière de promotion et de valorisation des saines habitudes de vie;
- la planification et la réalisation de l'animation sur les saines habitudes de vie dans le contexte du camp de jour municipal;
- les activités, les thématiques spéciales et les ressources disponibles.

Des présentations, des discussions et des activités dirigées sont organisées pour comprendre et explorer les possibilités d'applications du thème dans différents contextes susceptibles de survenir dans le cadre du déroulement des activités du camp de jour municipal.

### **Programmation et aménagement des lieux**

La programmation hebdomadaire du camp de jour municipal est diversifiée et adaptée aux intérêts de la clientèle afin de favoriser une participation accrue. On y retrouve une variété d'activités physiques ou sportives, et l'horaire quotidien en propose minimalement une période, d'une durée de 30 à 60 minutes, selon l'âge des participants. Les déplacements actifs, tels la marche et le vélo, sont favorisés dans le cadre des activités, et un support à vélos est accessible pour l'arrivée et le départ des participants et de leurs parents. De plus, lors d'activités spéciales ou en guise de récompense, les activités physiques sont favorisées par rapport aux activités sédentaires ou on offre une option pour ceux et celles qui souhaitent bouger.

Sur le(s) site(s) du camp de jour municipal, des aires de repas conviviales sont aménagées pour le bénéfice des participants et du personnel, et l'horaire quotidien prévoit une période d'arrêt des activités structurées d'au moins 30 minutes pour manger. Lorsque des aliments sont offerts par le camp de jour municipal lors d'activités spéciales ou en guise de récompense, les aliments santé sont privilégiés.

## **Moyens mis en œuvre pour atteindre les objectifs(suite)**

### **Informations transmises**

Avant le début des activités, des informations sont transmises aux parents/tuteurs et aux participants sur les saines habitudes de vie prônées au sein du camp de jour municipal. À cet effet, des idées sur la préparation de lunchs santé et de collations saines sont fournies.

Dans les locaux du camp de jour municipal, des affiches informatives et incitatives faisant la promotion des saines habitudes de vie sont installées à la vue de tous.

### **Application de la loi en vigueur et des règles internes du camp (réf. : Loi sur le tabac, code de vie et code d'éthique)**

Afin d'assurer un milieu de vie sain, le camp de jour municipal, entre autres, se conforme à la Loi sur le tabac. Ainsi, il est strictement interdit de fumer dans les espaces et lors des activités du camp de jour. Toutefois, dans la mesure où le personnel et les visiteurs manifestent leur intention de fumer, la direction du camp de jour municipal respecte les dispositions prévues par la Loi (à plus de 9 mètres de distance des accès) et s'assure que l'espace réservé à cet effet soit hors de la vue des enfants.

De plus, le code de vie du camp de jour municipal et le code de comportement prescrit à son personnel présentent tout deux des éléments contribuant à la promotion et à l'adoption de saines habitudes de vie chez les participants et le personnel, et dans le milieu.