1000 JOURS POUR SAVOURER LA VIE

Région concernée : l'ensemble du Québec

RESPONSABLE DU PROJET

Mélissa Kucbel-Saumier
514 849-3656, poste 5357
mksaumier@fondationolo.ca

PARTENAIRES

Avenir d'enfants

Québec en Forme

CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Extenso

Ordre professionnel des diététistes du Québec

Ministère de la Santé et des Services sociaux

Ministère de la Famille

CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue

OBJECTIF DU PROJET

Aider les familles, spécialement celles vivant en contexte de vulnérabilité, à adopter de saines habitudes alimentaires au cours de la période des 1000 premiers jours de l'enfant, soit de la grossesse jusqu'à la deuxième année de vie.

DESCRIPTION DU PROJET

Pour favoriser l'acquisition de saines habitudes alimentaires, trois comportements alimentaires considérés comme particulièrement importants sont ciblés par le projet : bien manger, cuisiner et manger en famille.

Au moyen d'un cadre de référence, de fiches d'aide à l'intervention et d'autres outils développés à cet effet, le projet propose des messages cohérents, complémentaires aux ressources déjà disponibles et harmonisés avec les plus récentes recommandations alimentaires touchant la période périnatale.

L'accompagnement des parents pendant la période des 1000 jours se fait par les intervenants du réseau de la santé et des services sociaux, de même que par les nombreux organismes des communautés qui œuvrent dans tout le Québec auprès des parents vulnérables.

PUBLICS CIBLES

- Les intervenants en périnatalité du réseau de la santé et des services sociaux.
- Les acteurs des organismes communautaires impliqués dans la saine alimentation et qui accueillent les parents de jeunes enfants.
- Les parents d'enfants de deux ans ou moins, surtout ceux vivant en situation de vulnérabilité économique.

PARTAGE D'EXPÉRIENCES

Depuis ses débuts, *1000 jours pour savourer la vie* a été développé avec un souci de rigueur, en se basant sur des données probantes, mais également avec un souhait de bien refléter la réalité du terrain.

Les consultations auprès d'intervenants du réseau de la santé et des services sociaux, dans l'avant-projet et pendant l'élaboration du cadre de référence, ont permis de valider les contenus développés par rapport à leur réalisme et leur pertinence pour le terrain.

Nous entamons maintenant les mêmes démarches auprès des organismes de la communauté en interpellant quatre regroupements locaux de partenaires du Québec.

Parmi les premiers constats du projet, l'insécurité alimentaire doit être au cœur de nos préoccupations dans le développement d'outils et de messages visant à encourager de sains comportements alimentaires chez une clientèle vulnérable. Il en est de même pour le niveau de littératie et les particularités des diverses communautés culturelles. Lors de consultations effectuées auprès de la clientèle la plus vulnérable, nous avons rapidement constaté le défi de les rejoindre en groupe, de les sonder par les moyens traditionnels de recherche marketing et de faire parler de façon générale les parents de jeunes enfants sur leurs habitudes alimentaires.

L'alimentation est un sujet émotif et très personnel. Pour de futures consultations, il pourrait être intéressant d'explorer d'autres approches (rencontres individuelles, consultations ad hoc lors d'activités parallèles, etc.).

PRODUCTIONS À PARTAGER

- Courtage de connaissances sur les meilleures pratiques quant à l'acquisition de saines habitudes alimentaires (rapport)
- Revue de littérature, articles en lien avec les trois comportements ciblés : bien manger, cuisiner, manger en famille (rapport interne)
- Cadre de référence *1000 jours pour savourer la vie* (www.fondationolo.ca/wp-content/uploads/2014/09/1000-jours-cadre-reference-vfinalecomplet.pdf)
- Fiches d'aide à l'intervention (www.fondationolo.ca/wp-content/uploads/2014/09/1000-jours-fichesvfinalecomplet.pdf)
- Sections du site de la Fondation OLO (www.fondationolo.ca) s'adressant aux femmes enceintes (Je suis enceinte) et aux parents (Je suis un parent).
- Articles du blogue de la nutritionniste de la Fondation OLO, Mylène Duplessis Brochu (www.fondationolo.ca/nouvelles/le-blogue-a-mylene/)
- Recettes illustrées de la Fondation OLO, peu coûteuses, faciles à réaliser (www.fondationolo.ca/je-suis-un-parent/cuisiner/recettes/)
- Menu et liste d'épicerie de la Fondation OLO pour favoriser la planification des repas (www.fondationolo.ca/wp-content/uploads/2014/09/2014-12-01bloc-notes-de-planificationrevise.pdf)
- Illustration de l'assiette équilibrée de la Fondation OLO pour présenter le concept aux familles (www.fondationolo.ca/je-suis-un-parent/bien-manger/assiette-equilibree/)

À venir : modules de formation, vidéos sur les comportements alimentaires et de techniques culinaires, de nouvelles recettes adaptées...

FACTEURS DE PROTECTION VISÉS

- Compétences physiques et saines habitudes de vie
- Attitudes parentales
- Pratiques parentales
- Mobilisation à l'égard de la petite enfance

1000 jours pour savourer la vie, c'est aussi la vision de la Fondation OLO d'une action élargie qui s'attarde davantage aux comportements alimentaires, à la période postnatale, aux pères et à la communauté. Cet élargissement se fait en toute cohérence avec l'intervention nutritionnelle OLO auprès des femmes enceintes, laquelle permet depuis plus de 20 ans d'aider les bébés à naître en meilleure santé.

- Élise Boyer, directrice générale de la Fondation OLO

Tous pour eux

AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES