

## PAQUETVILLE ET SON ENTOURAGE EN SANTÉ

### NOUVEAU-BRUNSWICK

#### INTRODUCTION

En 1999, la municipalité de Paquetville et son entourage en santé (PES) devenait membre fondateur du Mouvement Acadien des Communautés en Santé du Nouveau-Brunswick (MACS-NB). Largement séduite par l'approche véhiculée par le MACS-NB, la municipalité décide d'en intégrer les principes dans sa gestion municipale. Elle choisit également d'inclure les régions environnantes non municipalisées (Districts de services locaux) dans sa démarche en santé, celles-ci étant desservies depuis de nombreuses années par les services de la municipalité de Paquetville.

Milieu rural, composant avec des moyens assez limités, Paquetville et son entourage en santé s'engagent résolument en faveur de la santé et du mieux-être de leurs citoyens. Cet engagement s'incarne dans les modes de fonctionnements informels—axés sur la concertation et l'engagement bénévole—que l'on y retrouve entre ses acteurs. D'ailleurs, le dynamisme et le fort sentiment d'appartenance communautaire se révèlent des leviers d'action concrets en faveur de la santé. Les activités y suscitent une forte participation du milieu.

La réalisation de cette étude de cas s'inscrit dans un vaste projet de recherche pancanadien<sup>1</sup> visant à

<sup>1</sup> Ce projet de recherche Communautés en santé : Une approche pour agir sur les déterminants de la santé au Canada réunit le Réseau québécois de Villes et Villages en santé, la Coalition des Communautés en santé de l'Ontario, le BC Healthy Communities (Communautés en santé de la Colombie-Britannique) et le Mouvement Acadien des Communautés en Santé du Nouveau-

Fig. 1 – Région touchée par Paquetville et son entourage en santé



documenter comment l'approche Communautés, Villes et Villages en santé (CVVS) peut prévenir les maladies chroniques en agissant sur les déterminants de la santé. Plus précisément, les études de cas avaient pour objectifs de :

- décrire la vision des acteurs impliqués sur ce qu'est une communauté en santé;
- décrire les actions réalisées à l'échelle locale visant à favoriser la santé et le mieux-être;
- documenter comment les actions s'appuient sur les stratégies d'action de l'approche Communautés, Villes et Villages en santé;
- mettre en évidence les changements et les retombées perçues par les acteurs sur les plans individuel, organisationnel et communautaire.

Brunswick. Il s'inscrit dans le cadre du programme de Partenariat canadien contre le cancer : Connaissances et action liées pour une meilleure prévention (COALITION), dont Santé Canada, l'Agence de santé publique du Canada, ainsi que la Fondation des maladies du cœur du Canada se retrouvent comme partenaires fondateurs.

Les données ont été recueillies entre les mois de mars et de décembre 2011 au moyen d'une variété de méthodes de collecte des données soit :

1. la réalisation d'un portrait de la communauté (rendu possible par la tenue de trois rencontres auprès de 20 acteurs et citoyens de la communauté, ainsi que par la consultation de données secondaires : documents et statistiques);
2. le développement, par le MACS-NB, d'un journal de bord recensant les activités réalisées au cours des dernières années; et
3. la tenue d'une entrevue de groupe en décembre 2011 auprès de quatre citoyens participant entre autres à l'activité du Club de marche.

La présentation des principaux résultats, qui suit dans les prochaines pages, s'articule autour des constats du portrait de la communauté réalisé et en fonction des quatre objectifs qui étaient visés par cette étude de cas. Elle se termine sur les perspectives d'avenir qui se sont dégagées de l'analyse des données recueillies.

## CONTEXTE SOCIODÉMOGRAPHIQUE DANS LEQUEL INTERVIENT PAQUETVILLE ET SON ENTOURAGE EN SANTÉ<sup>2</sup>

Le village de Paquetville est situé à l'intérieur des terres dans la Péninsule acadienne, à 17 kilomètres au sud de la Baie des Chaleurs et à 22 kilomètres à l'ouest du golfe du Saint-Laurent, au nord-est du Nouveau-Brunswick. Contrairement à la plupart des autres municipalités de la Péninsule acadienne, Paquetville bénéficie avant tout

<sup>2</sup> Les informations sociodémographiques proviennent de sources variées telles : Statistique Canada, les sites Web d'Entreprise Péninsule, du Village de Paquetville et du Gouvernement du N.-B., ainsi que des documents de Paquetville et son entourage en santé et du MACS-NB.



**Participants – rencontre communautaire**  
Paquetville et son entourage en santé animée par le  
MACS-NB en 2011

des avantages provenant des eaux de ses deux rivières, plutôt que des avantages de la mer.

En raison des particularités de la province du Nouveau-Brunswick, où une grande proportion de la population réside dans des Districts de services locaux (DSL)<sup>3</sup> et<sup>4</sup>, les communautés environnantes, même si elles disposent de quelques infrastructures, se tournent vers la municipalité de Paquetville pour répondre à plusieurs de leurs besoins économiques, de loisirs et de services. La population des DSL s'implique également au sein des différents comités et activités offerts par la municipalité. C'est donc dans une pensée inclusive que Paquetville a choisi dès le départ d'inclure les communautés environnantes dans sa démarche Communautés en

<sup>3</sup> Les Districts de services locaux (DSL) sont des territoires non incorporés en entités municipales, ne jouissant d'aucun pouvoir de gouvernance locale ou de taxation. MACS-NB. 2012

<sup>4</sup> Des comités consultatifs (formés de résidents des DSL) peuvent être créés pour travailler avec le personnel du ministère des Gouvernements locaux afin d'offrir des services locaux et fournir des conseils au Ministre. Ils n'ont toutefois aucune autorité. Le Ministre, par l'entremise du personnel, est chargé de l'administration du district, y compris de la prestation de services locaux, p. ex. protection contre les incendies, éclairage des rues, collecte et élimination des déchets solides et dépense des fonds publics. Site Web [gnb.ca/gouvernements\\_locaux](http://gnb.ca/gouvernements_locaux).

santé, d'où son appellation Paquetville et son Entourage en Santé. Ces communautés environnantes étant le Bas-Paquetville, Haut-Paquetville, Petit-Paquetville, Val-Doucet, Haut Rang St-George, Bas Rang St-George, Saint-Amateur, Trudel, Bois Blanc, Notre-Dame-des-Érables et Burnsville (voir Fig. 1).

Il faut dire que les particularités physiques (limites naturelles géographiques) et culturelles (population majoritairement francophone à 96,9 %) amènent tout naturellement les environs à se tourner vers le village de Paquetville. D'ailleurs, la vie sociale y est décrite comme une force du milieu. Que ce soit par leur chaleureux accueil, leur fierté envers leur patrimoine, leur culture et leurs gens, comme l'artiste de renommée internationale Édith Butler, ou encore par leur fort sentiment d'appartenance envers leur communauté, dans la région de Paquetville, on y sait cultiver l'art du vivre ensemble. La majorité du monde se connaît et s'entraide.

Le village de Paquetville et son entourage se caractérisent par leur ruralité. La population y est peu nombreuse (2 455 personnes), vieillissante (âge médian de 44,3) et lors du recensement de Statistique Canada en 2006, on y constatait un déclin de 7,2 % de la population (entre 2001 et 2006). Mais la tendance semble depuis se renverser, alors que l'on remarque que le nombre d'élèves augmente et que plusieurs jeunes familles choisissent de vivre dans cette région. Le recensement de 2011 confirme cette impression et indique qu'il y a eu une variation de +10 % depuis 2006. Tout comme ailleurs dans la Péninsule acadienne, on note cependant un exode des jeunes adultes vers le sud de la province et vers l'Ouest canadien, en raison des défis liés au peu d'emplois disponibles dans la région et au taux de chômage qui y est plus élevé que dans le reste du Nouveau-Brunswick. On remarque aussi que la population de la région de Paquetville est partagée entre deux niveaux de revenu avec d'un côté les mieux

nantis et de l'autre les gens se situant sous ou tout près du seuil de revenu minimal.

Néanmoins, Paquetville et son entourage sont reconnus comme une région dynamique qui progresse assez bien malgré des moyens restreints. C'est d'ailleurs dans cette région que l'on retrouve le seul centre de développement technologique en informatique dans la ruralité du Nouveau-Brunswick, nommé la Collectivité ingénieuse de la Péninsule acadienne (CIPA). C'est ici aussi que s'est installé le Réseau de développement économique et d'employabilité Nouveau-Brunswick (RDÉE-NB), organisme d'appui au développement économique communautaire acadien et francophone. Toujours sur le plan du développement économique, le village de Paquetville s'est doté de politiques et procédures pour soutenir les nouvelles entreprises. L'économie des communautés en question gravite autour d'emplois surtout saisonniers provenant de différents secteurs primaires et secondaires tels que les produits de l'érable, l'exploitation forestière, le travail dans l'industrie minière, la transformation du poisson, l'agriculture, la culture du bleuets, le textile et une variété d'entreprises dans le domaine de la construction et la fabrication. C'est à Val Doucet qu'on retrouvait plusieurs producteurs de couronnes de sapin, des commerces qui ont malheureusement cessé d'être en affaires depuis quelques années vu les contraintes du marché mondial et l'état de la ressource. On retrouve aussi dans la région de Paquetville plusieurs autres services que ce soit dans les secteurs de la santé, de l'éducation, de la sécurité publique ainsi que sur le plan des services communautaires, financiers, légaux, loisirs, hôtellerie et commerciaux. On remarque une présence particulière de nombreux restaurants de styles variés pour une si petite région, ceux-ci attirant des gens de partout dans la Péninsule acadienne et des régions voisines.

## PORTRAIT DE SANTÉ<sup>6</sup>

Une analyse de données statistiques recueillies dans le cadre de l'exercice de priorisation et de recommandation du Forum de discussion du Centre de santé de Paquetville en collaboration avec la Régie de la santé d'Acadie-Bathurst (2005) a démontré que les gens de Paquetville et son entourage en santé font face à sept principaux problèmes de santé. Tous ces problèmes peuvent être considérés comme étant des maladies chroniques. On parle ici de problèmes cardiaques, cancers (poumon, sein, prostate, côlon et estomac), maladies respiratoires, hypertension, maux de dos, diabète et santé mentale.

Selon cette même analyse, cet état de santé serait la résultante de l'exposition à des déterminants de la santé qui sont plus significatifs pour les gens de Paquetville et son entourage en santé, à savoir les iniquités socioéconomiques (23 % des enfants y vivent dans la pauvreté, comparativement à 18 % au N.B.); le revenu inférieur à la moyenne provinciale et canadienne; la faible scolarisation (59 % ont un niveau inférieur au certificat secondaire); le vieillissement de la population (74,5 % de la population est âgée de 45 à 64 ans). Ces maladies permettent d'identifier dix principaux facteurs de risque qui touchent plus particulièrement les gens de la région de Paquetville : tabagisme, cholestérolémie, diabète, hypertension, embonpoint et obésité, sédentarité, dépistage tardif, faible estime de soi et faible résilience.

Tableau 1 : Caractéristiques socioéconomiques de Paquetville et son entourage en santé<sup>5</sup>

	Paquetville et son entourage en santé	N.B.
Population	2 455	729 995
Variation de la population entre 2001 et 2006	- 7,2 %	0,1 %
Variation de la population entre 2006 et 2011	+ 10 %	2,9 %
Âge médian (2006)	44,3	41,5
Revenu médian (2005)	35 093 \$	52 878 \$
% Faible revenu (2006)	19,9 %	13,5 %
Chômage (2006)	21,0 %	8,7 %
Aucun diplôme (2006)	49,7 %	29,3 %
Connaissance des deux langues officielles	25,6 %	33,4 %
Proportion de la population francophone	96,9 %	32,3 %

## PAQUETVILLE ET SON ENTOURAGE EN SANTÉ<sup>7</sup>

La municipalité de Paquetville et son entourage ont formé l'une des toutes premières communautés en santé à devenir membre du Mouvement Acadien des Communautés en Santé du Nouveau-Brunswick (MACS-NB), en 1999, ayant même contribué à la mise sur pied de ce réseau provincial francophone. Leur démarche en faveur de la santé et du mieux-être est connue sous le nom de Paquetville et son entourage en santé. C'est lors d'une réunion annuelle de l'Association francophone des municipalités du Nouveau-Brunswick, que des élus municipaux de Paquetville furent séduits par le concept des communautés en santé, car il encourage les acteurs locaux à mieux travailler ensemble par la concertation.

<sup>5</sup> Statistics Canada census data.

<sup>6</sup> Informations tirées de rapports de la Régie de la santé Acadie-Bathurst (aujourd'hui intégrée au Réseau de santé Vitalité).

<sup>7</sup> Informations recueillies auprès des membres et dans la documentation de Paquetville et son entourage en santé, ainsi que dans les dossiers et auprès de l'équipe du MACS-NB.

Il permet à la communauté de travailler ensemble, de mieux se concerter et surtout de faire du réseautage avec les autres communautés que ce soit au Nouveau-Brunswick via le MACS-NB, au Québec avec le Réseau Villes et Villages en santé et encore au niveau de toute la francophonie. (Propos d'un acteur local)

L'approche des communautés en santé s'observe d'abord et avant tout dans Paquetville et son entourage en santé par l'appropriation de ses stratégies d'action dans la philosophie de gestion municipale. Il n'existe donc pas de structures formelles à proprement dites — chargé de coordination de projet ou comité de concertation formel — mais une façon de travailler qui mise sur l'inclusion de son entourage et la concertation à l'échelle locale. Ce sont donc différents groupes d'acteurs locaux et de bénévoles connus dans la région qui se rassemblent selon les besoins et les projets mis de l'avant et ce, souvent à partir du leadership de la municipalité et de ses partenaires. Parmi ces 25 partenaires, une diversité de secteurs sont représentés : municipalité, santé, ministères (Mieux-être, Culture, et Sport; Éducation et Développement de la petite enfance; Santé), associations ou clubs sociaux (Âge d'or, marche, Richelieu), école et secteur scolaire, organismes communautaires, garderie, radios et journaux locaux, citoyens, entreprises privées, organisation religieuse, etc.

**TABLEAU 2 : PORTRAIT SOMMAIRE  
PAQUETVILLE ET SON ENTOURAGE EN SANTÉ**

**Échelle de mise en œuvre**

Municipalité de Paquetville et deux Districts de services locaux (DSL)

**Milieu**

Rural

**Type d'organisation**

Informel

**Population cible**

L'ensemble de la population

**Partenaires**

- Municipalité de Paquetville, Centre de loisir et Brigade de pompiers
- Ministère du Mieux-être, Culture et Sport
- Clubs de l'Âge d'or (Paquetville et Notre-Dame-des-Érables)
- Ministère de la Santé du Nouveau-Brunswick
- Réseau santé Vitalité (centre de santé)
- Association canadienne de la santé mentale (organisme communautaire)
- Ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance (District scolaire 9)
- Journaux francophones l'Acadie Nouvelle et l'Étoile
- Garderie locale de Paquetville
- Comité du Club de marche
- Coopérative locale (alimentation)
- Radio communautaire CKRO
- Citoyens bénévoles (nutritionniste, entraîneur, représentants des jeunes)
- École communautaire Terre des jeunes
- Manoir Édith B. Pinet (résidence pour personnes âgées)
- Marchands locaux
- Entreprise Péninsule (organisme d'aide au développement économique)
- Caisse populaire Acadie (site de Paquetville)
- Comité de la patinoire
- Districts de services locaux (DSL) de Paquetville et de Notre-Dame-des-Érables
- Club Richelieu
- Comité Paroissial St-Augustin
- Mouvement Acadien des Communautés en Santé du Nouveau Brunswick (MACS-NB)

**Principales contributions des partenaires**

- Prêt en infrastructures
- Publicité gratuite
- Prêt en ressources humaines (entretien ménager, appui aux recherches, activités de formation et animation) ou temps bénévole
- Financement
- Circulation des informations (promotion des activités par l'entremise du journal du village la *Feuille de chou* et le Réseau-MACS et partage d'information par et entre les membres des organisations)
- Levée de fonds

## FONCTIONNEMENT SELON L'APPROCHE DES COMMUNAUTÉS EN SANTÉ<sup>8</sup>

Comme mentionné précédemment, depuis ses débuts Paquetville et son entourage en santé ne possède pas de structure de fonctionnement formelle, bien que la municipalité joue un rôle pivot de rassembleur. Or, la consultation des acteurs locaux organisée grâce à ce projet et pour l'élaboration du portrait de la communauté a donné lieu à leur mobilisation pour se doter d'une vision commune de leur démarche et d'un plan d'action comme communauté en santé. Ces rencontres, animées par le MACS-NB, ont été l'occasion de réfléchir sur la situation actuelle de leur milieu, de déterminer les actions prioritaires qui leur permettraient de mieux rencontrer les besoins de santé et de mieux-être de la population, ainsi que de coordonner leurs actions en ce sens. Cette activité a aussi permis aux membres de réaliser l'importance d'une planification à moyen et long terme pour le développement de leur communauté en santé. Enfin, ces rencontres ont redynamisé les troupes en donnant un nouveau souffle d'énergie aux régions environnantes qui se sont senties incluses dans le processus.

*Il y a un sentiment d'unité, c'est un nouveau départ et nous voyons de l'expansion dans le futur. (Propos d'un acteur local lors de la conception du plan d'action)*

Suite aux consultations, une mission a été adoptée par les acteurs, soit de « travailler en partenariat à l'amélioration et l'augmentation des services et des infrastructures, afin de mieux desservir la population de Paquetville et son entourage en santé, tout en assurant le développement économique de la région ».

De cette mission découlent cinq priorités d'actions à l'égard des environnements favorables à la santé et au mieux-être pour la prochaine année soit :

1. assurer une meilleure planification et organisation des activités sportives, culturelles et communautaires;
2. augmenter l'action bénévole;
3. développer l'intérêt face aux activités culturelles;
4. augmenter la participation des jeunes;
5. améliorer les Infrastructures et services.

La collaboration et la concertation intersectorielle sont les façons de faire qui viennent tout naturellement entre la municipalité, les DSL environnants et les autres secteurs d'activités du milieu. D'ailleurs, les acteurs et les citoyens se tournent spontanément vers l'administration municipale pour assurer un leadership et impulser l'implantation d'activités en faveur des déterminants de la santé. Cette collaboration est facilitée par la présence de plusieurs leaders naturels dans la communauté et elle s'actualise dans la formation de comités ad hoc regroupant les forces vives du milieu et plaçant les besoins communautaires au cœur de leurs préoccupations. On observe à ce sujet une grande implication du maire (qui est retraité) qui participe à l'ensemble des actions au sein de son village et de sa région.

Selon les acteurs consultés, ce travail de collaboration et de concertation permet de renforcer la coordination des initiatives communautaires, ainsi que la mise en commun des ressources disponibles (accès à des infrastructures, à du financement de projets, à de multiples expertises rendues possibles par les ressources humaines dégagées par les partenaires). Il facilite également un meilleur réseautage entre les acteurs locaux, qui se connaissent mieux et qui sont en mesure de promouvoir les services disponibles dans la communauté. Conséquemment, l'information pour le recrutement des personnes aux activités tenues par les organismes locaux circule mieux par le bouche à oreille et l'utilisation des médias locaux.

<sup>8</sup> Idem à la note 7.



*Toutes ces activités nous aident à recruter et à maintenir nos membres. (Propos d'un acteur local consigné dans le journal de bord)*

La participation des citoyens dans le développement de leur communauté est une autre facette des façons de faire pour Paquetville et son entourage en santé. Celle-ci passe par l'entraide et l'implication bénévole. Cette valeur s'appuie d'ailleurs sur le fort sentiment d'appartenance que ressentent les personnes envers leur milieu, ainsi qu'en fonction de la proximité entre elles. Pratiquement tout le monde se connaît. De plus, la participation des personnes dans des activités offertes par les organismes locaux est utilisée comme un levier de renforcement de l'engagement bénévole, selon les forces et les expertises de ces personnes. Ainsi, la participation aux activités permet la constitution d'une banque de bénévoles potentiels dans le milieu, qui du coup met à profit les capacités et compétences de tout le monde.

*Les membres du club de marche sont en quelque sorte devenus une banque de bénévoles pour d'autres besoins dans la communauté, ce qui a développé le côté social pour plusieurs. (Propos d'un acteur local consigné dans le journal de bord)*

Néanmoins, le fait d'être situé en milieu rural isolé des grands centres entraîne pour le village de Paquetville et son entourage en santé des défis importants du point de vue de la participation citoyenne. L'un de ces enjeux concerne l'exode des jeunes et des travailleurs vers l'extérieur pour le travail, alors que l'autre concerne la surutilisation des mêmes personnes. Ici aussi, le syndrome des TLM (toujours les mêmes) existe bel et bien.

## **ACTIONS VISANT L'AMÉLIORATION DE LA SANTÉ ET DE LA QUALITÉ DE VIE<sup>9</sup>**

Au cours de la dernière année, Paquetville et son entourage en santé s'est particulièrement investi dans la mise en œuvre d'activités visant les saines habitudes de vie (bouger plus et manger mieux). Par le biais de la concertation, de la participation citoyenne, ainsi que le renforcement du pouvoir d'agir tant individuel que collectif, ces actions visent la création d'environnements favorables à la santé et au mieux-être des personnes et de la communauté dans son ensemble. À la lumière des données recueillies, il est aussi possible de dire que ces activités interviennent sur plusieurs autres déterminants favorisant la santé tels que le renforcement des réseaux de soutien social; l'amélioration des conditions sociales (inclusion, solidarité, sécurité alimentaire, liens intergénérationnels, etc.); le renforcement des compétences individuelles et communautaires; l'accès à des services; le soutien à l'économie locale.

### **Club de marche**

Mis sur pied en septembre 2006, le club de marche organisait initialement ses activités à l'extérieur sur l'anneau asphalté du village. Rapidement, cette activité devint plus qu'un club de marche, car il était évident qu'en hiver (rigueur du climat au Nouveau-Brunswick), elle ne permettait pas de maintenir la participation des personnes. Dans sa nouvelle formule, les gens sont incités, et ce tout au long de l'année, à se joindre au club de marche pour faire de l'exercice physique ou de la marche selon leur capacité, leur âge et leurs habiletés. Pour ce faire, le village a mis à la disposition du club de marche le centre communautaire où un circuit de 25 stations d'activités physiques (fabriquées en bois par un bénévole) à faire en 30 minutes est proposé gratuitement aux participants. Ces séances d'entraînement sont offertes trois fois par semaine,

<sup>9</sup> Idem aux notes 7 et 8.

sous la supervision d'un entraîneur bénévole qualifié et à la retraite. Un **livret d'information et registre d'activités** a été conçu afin que les participants puissent y inscrire leurs informations personnelles, activités, et progrès. De plus, une fois par mois, des séances d'information et de sensibilisation sont animées par différents organismes et agences gouvernementales de la région sur des thématiques liées à la santé et au mieux-être (exercices de respiration; liens entre l'activité physique, la saine alimentation et la santé mentale; etc.).

Le club de marche est administré par un comité composé de quelques personnes représentant la population, ainsi que des organismes du milieu tels que municipalité, Âge d'or, centre de loisir et centre de santé. Ce comité se réunit sur une base mensuelle pour discuter de la mise en œuvre des activités (par exemple, pour préparer le calendrier du mois). Ce comité voit aussi à l'organisation d'activités physiques avec l'école et le foyer de soins local et organise des levées de fonds pour financer les activités du club de marche. Il a aussi l'avantage de pouvoir compter sur le soutien et l'encouragement du médecin du centre de santé qui leur réfère des gens.

Depuis ses débuts, le club de marche remporte un vif succès au sein de la population de Paquetville et son entourage en santé. Au début, on pouvait compter une dizaine de personnes aux sessions d'activités physiques, mais ce nombre a grimpé graduellement. En effet, en moyenne, de 45 à 60 personnes, âgées entre 33 et 85 ans, participent à chacune des séances offertes. Le club compte d'ailleurs 125 membres après seulement cinq ans d'opération.

Aux dires des personnes rencontrées dans le cadre de cette étude de cas, plusieurs retombées ont été identifiées comme bienfaits découlant du club de marche. C'est d'abord au niveau de la conscientisation que des participants nous ont parlé du fait qu'ils ont réalisé

l'importance et le plaisir qu'ils ont à bouger. Ils nous rapportent aussi les aspects positifs qu'ils en retirent pour leur santé.

*Cela fait plus de quatre ans et cela m'a permis de mieux respirer. Je fais de l'asthme, je peux maintenant éteindre les chandelles lors du test d'asthme.*

*J'ai découvert le plaisir de marcher dans le bois.*

*Je monte les escaliers au lieu de prendre l'ascenseur.*

(Propos de participants au club de marche)

La participation au club de marche contribue, toujours selon les participants, à modifier les habitudes de vie en faveur d'activités qui permettent de bouger davantage. Cela a permis aux gens du milieu d'accorder une plus grande importance à la santé, ce qui semble du coup avoir une influence sur le sentiment d'appartenance au groupe qui s'y développe et, en conséquence, renforce la participation.

*Il y a plus de monde qui bouge à l'extérieur, on voit plus de monde dehors.*  
(Propos d'un acteur local)

*Quand les gens nous voient, ils nous disent Allô les sportifs! Allô les actifs! Des fois, on dirait que les gens sont gênés s'ils ne font pas partie du club.* (Propos d'un participant au club de marche)

D'autres retombées sont identifiées comme contributions au développement de la communauté, par exemple une plus grande capacité du milieu d'agir en fonction de ses besoins, tout en renforçant le pouvoir d'agir de ses membres. Une autre retombée est reliée à l'ensemble des ressources que le club permet de rassembler afin de répondre à d'autres besoins qui surviennent dans la collectivité. En effet, les participants



au club de marche sont largement reconnus comme étant un groupe à qui l'on peut demander d'être bénévole, et ils sont appelés souvent à le faire. À titre d'exemple, ils ont récemment aidé à faire le grand nettoyage de l'église. Le club de marche de Paquetville et son entourage en santé est aussi devenu un modèle de réussite pour d'autres régions de la Péninsule acadienne et du Nouveau-Brunswick. Grâce au soutien de l'instructeur bénévole et par le développement d'un système de transport qui rend maintenant cette activité mobile, deux autres clubs similaires ont vu le jour dans la Péninsule acadienne. Enfin, le fait que le club s'adresse à différents clientèles permet d'observer un rapprochement entre les différentes générations qui peut se traduire par de l'entraide (enfants, parents, grands-parents, école et communauté, etc.).

*Nous allons au Manoir pour faire participer les aînés. Plusieurs d'entre eux sont en chaise roulante et ne peuvent pas faire beaucoup d'activités autonomes à l'extérieur, alors notre rôle est d'aller les chercher pour les aider à faire des activités à l'extérieur. (Propos d'un participant au club de marche)*

En 2007, Paquetville et son entourage en santé se méritait une mention spéciale pour son initiative Paquetville en action! lors de la remise des Prix Soleil du MACS-NB.

### **Programme Poids santé**

Le programme Poids santé est né dans la foulée des activités du club de marche et d'un désir des personnes du milieu d'être mieux informées sur la nutrition et d'avoir accès à un suivi personnalisé pour la perte de poids. Sous la supervision de deux diététistes bénévoles de la Régie de santé Vitalité, ce programme offre des rencontres individuelles hebdomadaires au Centre de loisir. Ces services sont offerts gratuitement, mais un montant symbolique de 2 \$ est demandé aux personnes afin de dédommager la bénévole pour ses frais de déplacement. Lors de ces rencontres, il est possible

d'obtenir des renseignements sur le poids santé, la nutrition et des recettes soutenant la perte de poids. Un partenariat est également établi avec la Coopérative d'alimentation de Paquetville qui met à la disposition du groupe les aliments santé en vedette qui sont à rabais, afin que les recettes santé proposées aux participants soient à moindres coûts. Cet aspect particulier du programme est particulièrement intéressant en ce sens qu'il favorise un meilleur accès à de la nourriture à la fois abordable et de qualité. De plus, il mise sur l'achat local, qui lui contribue à renforcer l'économie; déterminant largement reconnu comme contribuant à la santé des personnes.

*Les commentaires sont très positifs et les gens apprécient la recette de la semaine basée sur les aliments vedette en vente à la coopérative locale. Les gens réalisent qu'ils peuvent bien se nourrir à un prix abordable. (Propos d'un acteur local)*

### **Projet des boîtes à fleurs**

Suite à des échanges entre les gens de Paquetville et son entourage en santé, du professeur de technologie et des intervenants de l'école communautaire Terre des jeunes, l'idée est venue de demander aux élèves des 7<sup>e</sup> et 8<sup>e</sup> années de faire des boîtes à fleurs. Celles-ci devaient servir à l'embellissement de la communauté en prévision du Congrès Mondial Acadien de 2009, qui s'est tenu dans la Péninsule acadienne. Durant les ateliers parascolaires, les élèves ont construit les boîtes à fleurs et le projet a été utilisé en lien avec leur programme d'étude. À la suite de cette expérience, l'enseignant et ses élèves ont voulu poursuivre la collaboration dans le même sens avec la municipalité. Ils ont donc investi en construisant des bancs qu'ils ont installés dans plusieurs endroits du village comme le sentier du Lac à Prudent et le sentier multifonctionnel. Cette action rejoignait d'ailleurs un besoin exprimé par les randonneurs (notamment les personnes âgées ou à

mobilité réduite) qui souhaitent avoir accès à des endroits de repos lorsqu'ils pratiquent la marche.

Ce projet est un autre bel exemple du rapprochement possible entre les jeunes et les autres générations. Il permet à tous de jouer un rôle actif et productif dans leur communauté, tout en suscitant chez chacun et chacune un sentiment d'inclusion et de fierté. Contrairement à certaines autres expériences du passé, aucun vandalisme n'a été fait à ces œuvres de bois. Et c'est bien heureux, car les jeunes sont très fiers de leur accomplissement.

*Nos jeunes participants sont fiers de voir le message suivant inscrit sur chacune de leurs réalisations : Fabriqué par les élèves de l'école Terre des jeunes. (Propos d'un acteur local consigné dans le journal de bord)*

Cette initiative de partenariat entre l'école et la communauté s'est quand à elle méritée une mention spéciale lors de la remise des Prix Soleil 2010 du MACS-NB.

### **Carnaval d'hiver**

Comme évoqué précédemment, la rigueur des hivers acadiens et leur durée (près de six mois de froid) fait en sorte que les gens s'isolent davantage durant cette période. Afin de rassembler les gens de la communauté, de briser leur isolement tout en les amenant à apprécier davantage l'hiver, un carnaval est organisé depuis deux ans au mois de février. Un comité formé de différents partenaires organise l'évènement en collaboration avec un conseil étudiant du carnaval. Les activités sont majoritairement gratuites ou encore à prix réduit. Le conseil étudiant de l'école communautaire Terre des Jeunes, ainsi qu'un groupe d'élèves de la polyvalente Louis-Mailloux de Caraquet (que fréquentent les jeunes de la région de Paquetville) sont très impliqués dans l'organisation et le déroulement des activités de ce carnaval. Des activités telles que concours de bonhommes de neige, souper familial, tournoi de quilles, exposition de photos anciennes, rallyes extérieurs,

activités physiques, expo-science, journée communautaire au centre de loisirs, activités culturelles et spectacles sont au programme. Ces activités encouragent le dialogue entre les générations et misent beaucoup sur l'activité physique à l'extérieur.

Toujours selon les participants rencontrés pendant cette étude, le Carnaval d'hiver remporte un vif succès depuis ses débuts. Il suscite l'intérêt de plusieurs personnes qui s'y engagent bénévolement ou qui participent en grand nombre aux activités offertes. Plus de 125 participants ont eu le plaisir d'y participer cette année et ceci malgré une tempête de neige qui aurait facilement pu paralyser toutes les activités dans la région. Tant dans la formule de concertation que dans la participation citoyenne, l'accent pendant le carnaval est mis sur la contribution de gens de tous les âges, ce qui favorise la fraternité, l'inclusion sociale et les échanges intergénérationnels.

### **LES RETOMBÉES OBSERVÉES**

En partant des principes d'action adoptés et des activités mises en œuvre dans le cadre des initiatives de Paquetville et son entourage en santé, les personnes interrogées dans le cadre de cette étude ont pu identifier de nombreuses retombées ou changements. Ces retombées ou changements sont observables autant sur les plans individuel (pour les personnes), organisationnel (pour les organisations partenaires) ou collectif (pour la communauté). Le Tableau 3 présente l'ensemble des retombées et changements observés.

### **LES LEÇONS APPRISSES<sup>10</sup>**

Certaines conditions de réussite et de contrainte se dégagent des données recueillies dans le cadre de cette étude de cas. Ces conditions permettent de tirer cinq principales leçons apprises de l'expérience de Paquetville et son entourage en santé.

<sup>10</sup> Voir les notes 7 et 8.

1. **L'adoption d'une vision commune et d'une planification des actions** permet d'arrimer les actions des différents partenaires. Il est néanmoins important de se tourner rapidement vers la réalisation d'activités concrètes qui suscitent la participation et l'engagement communautaire, pour en étendre la portée. L'importance étant de miser sur le plaisir d'être et de travailler ensemble!
2. **L'attitude des organisateurs et des acteurs (bénévoles) engagés**, leur flexibilité et leur habilité à susciter le renforcement des capacités et du pouvoir d'agir (*empowerment*) sont des éléments qui favorisent la participation aux activités et l'engagement bénévole.
3. **La clé du succès de l'engagement bénévole** réside dans le dynamisme contagieux des gens engagés. Or, dans un contexte d'exode de la population, il faut être prudent quant à une surutilisation des personnes et il faut miser sur le recrutement de nouveaux bénévoles.
4. **La gratuité des activités ou la réduction maximale des coûts** facilite la participation aux activités, notamment dans un contexte où il y a de la pauvreté.
5. **L'accessibilité des activités** (en termes de plage horaire ou d'organisation des infrastructures) est un facteur qui facilite ou contraint la participation de différents groupes de personnes. Par exemple, des activités physiques accessibles seulement durant le jour, ne permettent pas aux travailleurs d'y participer. Dans le même sens, des installations sportives non adaptées ne favorisent pas leur utilisation pour les personnes à mobilité réduite.

## PERSPECTIVES<sup>11</sup>

L'un des principaux enjeux pour Paquetville et son entourage en santé sera de se doter de mécanismes lui permettant d'assurer le suivi de la mise en œuvre de son plan d'action. Cette démarche de planification stratégique est cependant porteuse de succès, à court et à moyen terme, en ce sens qu'elle devrait permettre d'utiliser efficacement les ressources du milieu tout en favorisant la circulation des informations entre les différents acteurs et partenaires. Bien que cette planification puisse demander également un investissement de temps et parfois une logistique complexe, elle devrait permettre à la communauté d'aller plus loin dans ses actions en faveur de la santé et du mieux-être en poursuivant ses objectifs avoués, en particulier celui d'être plus inclusif avec ses régions environnantes.

---

<sup>11</sup> Perspectives identifiées par les membres de Paquetville et son entourage en santé, en concertation avec l'équipe du MACS-NB pendant les activités de planification stratégique.

Tableau 3 - Synthèse des retombées observées – Paquetville et son entourage en santé

Cibles de changement	Retombées observées
<b>Individuel</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Développement et mise à profit des capacités et compétences.</li><li>• Conscientisation et adoption de meilleures habitudes de vie (bouger plus et manger mieux).</li><li>• Amélioration de l'état de santé.</li><li>• Renforcement des capacités et du pouvoir d'agir (<i>empowerment</i>) : valorisation de soi.</li></ul>
<b>Organisationnel</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Appui entre partenaires (expertises, ressources humaines, monétaires et informationnelles).</li><li>• Meilleur réseautage entre partenaires et connaissance accrue des services réciproques offerts.</li></ul>
<b>Communautaire</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Renforcement des liens sociaux : accès à du soutien social, rapprochement intergénérationnel et inclusion sociale.</li><li>• Rayonnement et reconnaissance des bons coups de la communauté sur le plan régional et provincial.</li><li>• Renforcement du capital social (implication bénévole) et économique (incitation à favoriser l'économie locale, sécurité alimentaire), ainsi que de la cohésion régionale (collaboration entre municipalité et DSL).</li><li>• Engagement communautaire accru en faveur du mieux-être collectif.</li></ul>