

# CAMP DE JOUR

## CENTRE-DU-QUÉBEC OFFRE DE SERVICE

Saines Habitudes de Vie



- Animation de **formations virtuelles** sur la saine alimentation, l'activité physique et le bien-être pour les animateurs (ExplorAction TS et Avancée TS)
- **Outils d'animation** dynamiques et motivants pour les animateurs
- Offre de **concours** et **défis** pour dynamiser la programmation en SHV
- **Accompagnement** à distance pour des projets en SHV
- Formation continue sur les SHV pour les gestionnaires et coordonnateurs (**Sommet Tremplin Santé**)
- **Webinaires** sur les défis et concours TS pour les gestionnaires et coordonnateurs
- **Soutien financier** : Financement de projet SHV et bourses de vacances pour les milieux vulnérables



### **Activité physique**

Estelle Rioux  
418 446-3396

[erieux@treplinsante.ca](mailto:erieux@treplinsante.ca)

### **Saine alimentation**

Valentina Nieto  
418 648-6618

[vnieto@treplinsante.ca](mailto:vnieto@treplinsante.ca)



- Communication aux gestionnaires et coordonnateurs de camps pour adhésion ou renouvellement à TS
- Soutien financier pour l'achat de matériel actif via les appels de projets du **«Programme d'assistance financière PAFILR»**
- Promotion des formations et des outils de TS auprès des gestionnaires et des coordonnateurs
- Intégration, lorsque possible, du volet SHV à l'offre de formation camp jour de LSCQ
- Encourage l'intégration des formations de TS aux activités de **« formation-maison pré-camp »** offertes par les municipalités



### **Lorie Courchesne**

Responsable du dossier camp de jour  
819 817-4910

[loisir-sport@centre-du-quebec.qc.ca](mailto:loisir-sport@centre-du-quebec.qc.ca)

# CAMP DE JOUR

CENTRE-DU-QUÉBEC

## OFFRE DE SERVICE

Saines Habitudes de Vie



### KINÉSIOLOGUES

- Soutien de proximité pour de la formation et pour la planification de projets en mode de vie physiquement actif
  - Casse-têtes Gregrouille pour groupes de 4-5 ans
  - Jeu libre et créatif versus jeu structuré
  - Sécurité bien dosée
  - Concept d'intensité
  - Liste de matériel libre, etc.
- Accompagnement pour la mise en œuvre d'actions en activité physique suite aux formations TS
- Accompagnement pour l'utilisation des outils et défis de TS

#### MRC Bécancour et MRC Nicolet-Yamaska

Annick Chamberland

819 668-1357

[annick.chamberland@ssss.gouv.qc.ca](mailto:annick.chamberland@ssss.gouv.qc.ca)

#### MRC Drummond, MRC d'Arthabaska et MRC de l'Érable

Jean-François Lamoureux

819 474-2572 #33402

[jean-francois.lamoureux@ssss.gouv.qc.ca](mailto:jean-francois.lamoureux@ssss.gouv.qc.ca)



### NUTRITIONNISTES

- Soutien de proximité pour la planification et la mise en œuvre de projets et d'activités (ateliers culinaires, de jardinage, sur le gaspillage alimentaire, etc.)
- Accompagnement pour la mise en œuvre d'actions en saine alimentation suite aux formations TS
- Accompagnement pour l'utilisation des outils et défis de TS
- Soutien à l'amélioration et la diversification de l'offre alimentaire en facilitant l'intégration d'aliments locaux et régionaux au menu
- Liaison avec les partenaires en alimentation et acteurs clés selon les besoins des camps



**Gabrielle Plamondon**

819 386-4196

[gabrielle.plamondon@ssss.gouv.qc.ca](mailto:gabrielle.plamondon@ssss.gouv.qc.ca)