

Cette brochure est une initiative des élus municipaux de Saint-Wenceslas et a été rendue possible grâce au soutien et à la participation financière d'Option-Santé et de Québec en Forme pour la promotion de saines habitudes de vie.

Les personnes ayant participé à la réalisation de cette publication méritent une reconnaissance particulière :

**Recherche et rédaction :** Chantal Dionne  
**Publicité et promotion :** Christine Tremblay  
**Photographies :** Léo LeBlanc et Karine Béliveau

**Sources d'informations :**

- Statistiques Canada ([www.statcan.gc.ca](http://www.statcan.gc.ca))
- Société d'aide au développement des collectivités de Nicolet-Bécancour (SADC)
- Réseau québécois de villes et villages en santé (Prendre soin de notre monde)



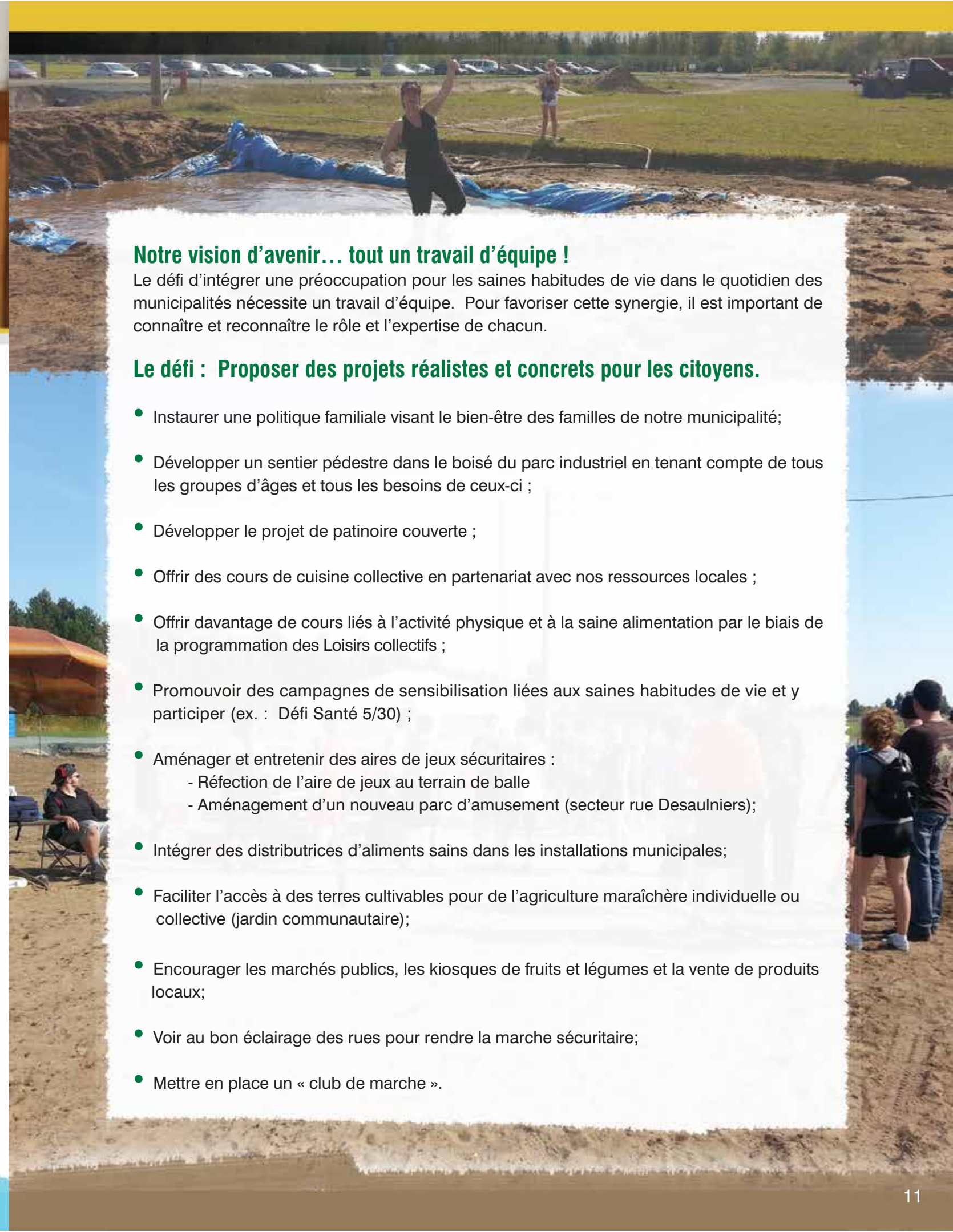
# Politique familiale

*Ensemble pour le bonheur municipal*



**ZONÉ**  
FIER





Option Santé BNY est heureuse de soutenir l'initiative de la municipalité de Saint-Wenceslas dans sa démarche engagée pour donner une orientation en faveur de saines habitudes de vie et de la qualité de vie pour ses citoyens et familles, car nous savons que, pour la première fois de notre histoire, la génération montante aura une moins bonne espérance de vie et sera en moins bonne santé que la génération actuelle. L'engagement des décideurs municipaux est primordiale pour que les milieux fréquentés par les familles leur permettent de bouger plus et de manger mieux.

À propos d'Option Santé Bécancour-Nicolet-Yamaska

Option Santé BNY regroupe des partenaires souhaitant favoriser l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie auprès des jeunes de 0-17 ans ainsi de leurs familles. Québec en Forme est heureux d'accompagner et de soutenir Option Santé Bécancour-Nicolet-Yamaska.

À propos de Québec en Forme

Québec en Forme accompagne des communautés mobilisées à la grandeur du Québec, collabore avec les acteurs régionaux et soutient des organismes nationaux afin que soient mises en place les conditions nécessaires pour que les jeunes bougent plus et s'alimentent mieux, tous les jours.

[www.quebecenforme.org](http://www.quebecenforme.org)



Kim Côté  
Coordonnatrice Option Santé Bécancour-Nicolet-Yamaska



## Notre vision d'avenir... tout un travail d'équipe !

Le défi d'intégrer une préoccupation pour les saines habitudes de vie dans le quotidien des municipalités nécessite un travail d'équipe. Pour favoriser cette synergie, il est important de connaître et reconnaître le rôle et l'expertise de chacun.

## Le défi : Proposer des projets réalistes et concrets pour les citoyens.

- Instaurer une politique familiale visant le bien-être des familles de notre municipalité;
- Développer un sentier pédestre dans le boisé du parc industriel en tenant compte de tous les groupes d'âges et tous les besoins de ceux-ci ;
- Développer le projet de patinoire couverte ;
- Offrir des cours de cuisine collective en partenariat avec nos ressources locales ;
- Offrir davantage de cours liés à l'activité physique et à la saine alimentation par le biais de la programmation des Loisirs collectifs ;
- Promouvoir des campagnes de sensibilisation liées aux saines habitudes de vie et y participer (ex. : Défi Santé 5/30) ;
- Aménager et entretenir des aires de jeux sécuritaires :
  - Réfection de l'aire de jeux au terrain de balle
  - Aménagement d'un nouveau parc d'amusement (secteur rue Desaulniers);
- Intégrer des distributrices d'aliments sains dans les installations municipales;
- Faciliter l'accès à des terres cultivables pour de l'agriculture maraîchère individuelle ou collective (jardin communautaire);
- Encourager les marchés publics, les kiosques de fruits et légumes et la vente de produits locaux;
- Voir au bon éclairage des rues pour rendre la marche sécuritaire;
- Mettre en place un « club de marche ».





## Prendre soin de notre monde

Au cours des années, la Municipalité de Saint-Wenceslas a fait face à plusieurs défis et a réalisé de nombreux projets. Ces derniers ont été réalisés notamment grâce à la participation des élus et des gens de la communauté qui ont mis à contribution leur temps et leur expertise.

De nos jours, les municipalités sont appelées à afficher une orientation claire en faveur de la qualité de vie et de saines habitudes de vie. Elles sont invitées à assumer au quotidien un leadership à cet égard.

Les élus et les employés municipaux sont des acteurs de premier plan pour favoriser la qualité de vie de leurs citoyens.

**85 % des Québécois croient qu'il est possible pour une municipalité de contribuer d'une quelconque façon à l'amélioration du niveau de bonheur de ses citoyens.**

En effet, les élus et les employés municipaux disposent d'une panoplie de moyens pour œuvrer au développement de l'économie locale et au développement durable, à la préservation de l'environnement, à la vie communautaire et à l'inclusion sociale.

Ils prennent aussi des décisions d'aménagement du territoire et s'activent à la création et à l'entretien d'espaces verts, de sentiers pédestres et d'autres infrastructures de sports et de loisirs.

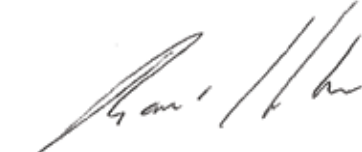
Toutefois, la mobilisation de la majorité des citoyens en vue d'une mission menant à la réalisation de projets structurants et répondant au réel besoin de la population est essentielle.

Ainsi, les acteurs municipaux deviennent des promoteurs en matière de saines habitudes de vie, en développant des environnements favorables pour encourager les citoyens à faire des choix santé.

Au-delà de la santé physique, il y a également la santé émotionnelle et mentale qui peut être grandement améliorée grâce aux activités sociales et culturelles.

C'est dans cette optique que je vous invite à faire la lecture de ce document de réflexion et de sensibilisation au « bonheur municipal ».



  
Réal Deschênes, Maire

- Promouvoir le programme musique-études à l'école Jean XXIII ;
- Promouvoir la bibliothèque municipale par la réalisation d'activités et d'animations;
- Soutenir les différents organismes communautaires de la municipalité;
- Promouvoir les ateliers de vitalité intellectuelle « Muscliez vos méninges », organisés par la Fadoq;
- Promouvoir la programmation diversifiée offerte par les Loisirs collectifs au niveau des cours à caractère culturel ou social :
  - Cours de danse country
  - Cours d'anglais
  - Cours de peinture à l'huile
  - Cours de guitare
  - Formation Accès D en collaboration avec Desjardins
  - Fabrication de savon à lessive et produits nettoyants
  - Ateliers de cuisine Les p'tits chefs (enfants 6 à 8 ans).





## L'importance des familles wencesloises

La famille, tout comme la société, évolue au rythme des générations. Elle constitue la cellule de base de notre société. Elle se veut un lieu privilégié de socialisation, d'apprentissage et surtout de transmission des valeurs. Il est important de favoriser son bien-être dans la vie de tous les jours.

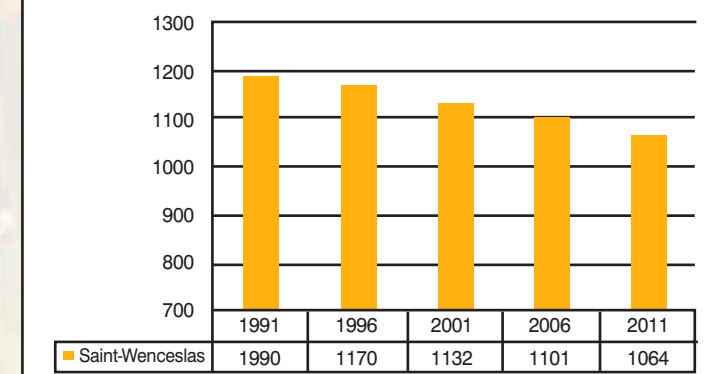
La municipalité a donc adopté sa politique familiale en y incluant le volet de saines habitudes de vie et d'activités physiques.

Afin de concevoir une politique familiale appropriée aux familles de Saint-Wenceslas, il est sans doute important de les connaître! Les chiffres dont nous disposons proviennent du recensement fédéral de 2011.

## Population

Depuis 1991, la population a diminué de 11 % ainsi 1064 habitants en 2011, dont 540 de sexe masculin et 524 de sexe féminin. En 2015, la municipalité de Saint-Wenceslas compte 1091 habitants.

### Évolution de la population totale



## Activités sociales et culturelles

S'il fut un temps où le loisir correspondait concrètement aux activités de terrain de jeux, de baseball, de hockey, de bingo et parfois de carnivals d'hiver, aujourd'hui il faut comprendre que, par le mot LOISIRS, on entend l'ensemble des activités de temps libres qu'elles soient sportives, musicales, sociales ou culturelles.

**Plusieurs études l'ont démontré : la majorité des municipalités rurales qui se sont distinguées ont réussi grâce à la mobilisation de leur communauté, souvent dans des projets à caractère récréatif, sportif, culturel ou social.**

## Des idées pour AGIR :

- Offrir une programmation d'activités diversifiées au niveau culturel :
  - Bistro littéraire
  - Conférence avec une auteure à la bibliothèque
  - Conférence sur l'horticulture
- Offrir une programmation d'activités diversifiées au niveau social :
  - Cabane à sucre
  - Pique-nique musical
  - Soirée « cinéma-camping »
  - Fêtes de St-Wen
  - Fête d'Halloween
  - Soupers thématiques (sushis, mexicain, etc...)
  - Soirée « Boîte à chanson »
  - Fête des enfants (Noël)



## Activité physique

La création d'environnements favorables aux saines habitudes de vie représente un investissement durable pour la population et pour la municipalité.

De plus, des citoyens actifs et en santé dynamisent la vie sociale et développent un sentiment d'appartenance et de sécurité.

L'engagement communautaire des citoyens est aussi un indicateur de la vitalité de la communauté.

## Des idées pour AGIR :

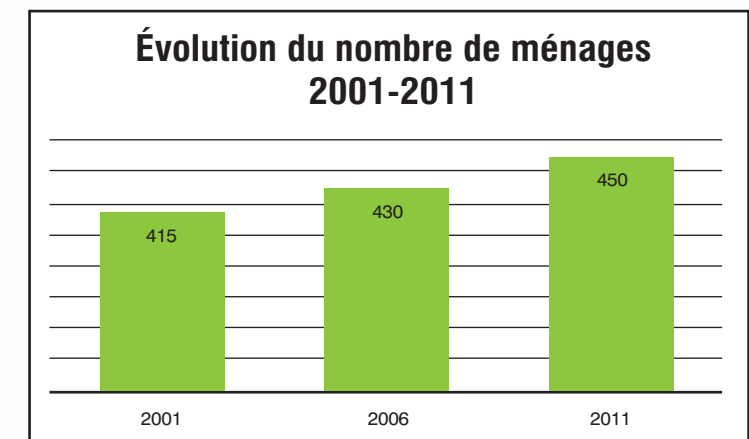
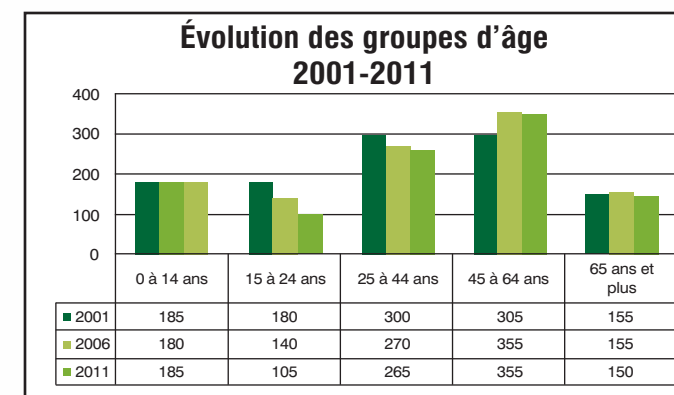
- Organisation d'activités sportives gratuites :
  - La « Côte de St-Wen » ;
  - La Conquête du bois de St-Wen ;
  - Randonnée de vélo lors des Fêtes de St-Wen ;
  - Tournoi de hockey.
- Prêt de raquettes aux organismes et individus de la municipalité ;
- Soutien aux organismes locaux qui oeuvrent dans le champ de saines habitudes de vie (pétanque, croquet, balle, etc...) ;
- Conclusion d'ententes pour rendre les installations sportives et récréatives accessibles :
  - Prêt du stade Robert-Lessard pour tournois de balle organisés par les citoyens ;
  - Prêt de la patinoire pour zumba extérieur ;
- Amélioration des infrastructures sportives :
  - Rénovation de la cabane à balle ;
  - Réfection des clôtures du terrain de balle ;
  - Achat de haut-parleurs pour le terrain de balle ;
  - Achat de nouveaux buts plus sécuritaires à la patinoire ;
  - Réfection de la structure de la patinoire sportive à l'extérieur (tournoi de balle, etc...)
- Programmation diversifiée offerte par les Loisirs collectifs au niveau de l'activité physique :
  - Cours de zumba
  - Cours de yoga
  - Cours de hockey cosom
- Camp de jour animé pendant l'été et la semaine de relâche ;
- Soutien financier offert par la municipalité sous forme de commandite pour la participation à des événements sportifs à l'extérieur (tournoi de balle, etc...)
- Remboursement d'une partie des frais de non-résidents pour les inscriptions au hockey mineur.



En 2011, l'âge moyen des résidents était de 43,7 ans légèrement plus élevé que la moyenne provinciale de 41,9 ans.

## Évolution des ménages

Le nombre de ménages a augmenté de 5 % entre 2001 et 2011, passant ainsi de 415 à 450. On compte en moyenne 2,4 personnes par ménage à Saint-Wenceslas.





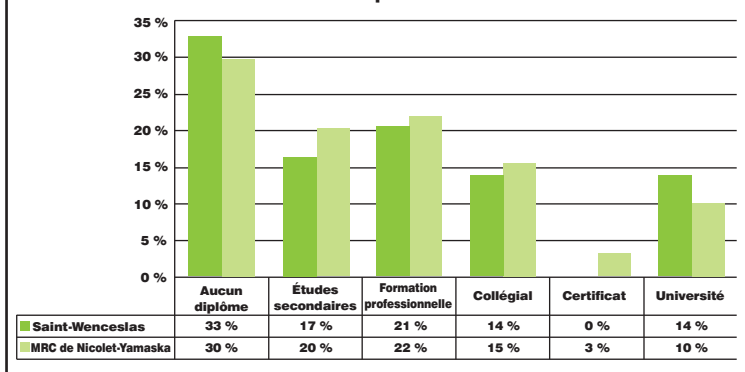
## Scolarité

Les personnes n'ayant aucun diplôme constituent le tiers (33 %) de l'échantillon. Ce taux est plus élevé que dans l'ensemble de la MRC (30 %) et de la moyenne québécoise (22 %).

Les personnes ayant comme plus haut niveau de scolarité une formation universitaire sont également plus nombreuses à Saint-Wenceslas (14 %) que dans l'ensemble de la MRC (10 %).

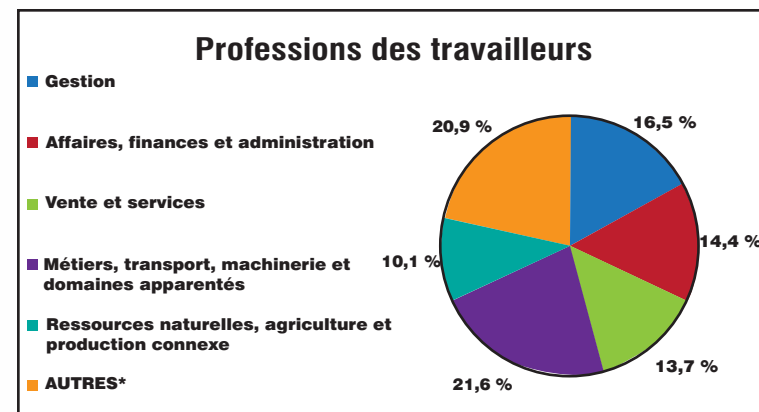


Scolarité de l'échantillon  
15 ans et plus - 2011



## Emploi et occupation

La répartition est très diversifiée entre les différents types de professions. Le secteur des métiers, transport et machinerie (22 %) est le plus important. Celui de la gestion (17 %) se place deuxième.



## Saines habitudes de vie

Pour les acteurs municipaux, il s'agit de mieux planifier les actions en intégrant les saines habitudes de vie et la santé en général dans ses politiques, ses actions et ses services.

**L'adoption d'un mode de vie actif et le choix d'une alimentation saine dépendent largement de notre environnement. Plus il y a d'offres, plus c'est tentant!**

## Des idées pour AGIR :

- Privilégier l'offre d'aliments sains lors des événements et activités de loisirs ;
- Mettre des fontaines d'eau à la disposition des gens dans le parc municipal ;
- Offrir une programmation diversifiée par les Loisirs collectifs sur différents cours liés à la pratique de saines habitudes de vie :
  - Conservation des aliments
  - Cours de cuisine
- Promouvoir la qualité de l'agriculture locale ;
- Encourager les services de traiteurs de notre municipalité ;
- Veiller à la qualité de l'eau potable et éviter le gaspillage ;
- Promouvoir les commerces locaux par le biais d'activités telles que :
  - Vins et fromages ;
  - Dégustation de sushis ;
  - Bières et saucisses ;
  - Balade gourmande.

