

## SAINES ALIMENTATION POUR TOUS

Les Tables Bioalimentaires du Québec (TCBQ) accompagnent présentement la région pour voir aux possibilités d'implantation du projet **Petits ambassadeurs** qui vise à augmenter l'approvisionnement des CPE en produits locaux. La Mobilisation participera au comité de mise en oeuvre du projet. Vous connaissez des milieux ou des producteurs qui seraient intéressés? Contactez-nous.

Vivre en Ville vous propose un excellent webinaire sur les **infrastructures alimentaires de proximité** qui sont des composantes essentielles des territoires nourriciers. À visionner dès maintenant.

## MODES DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF

Le **28 janvier prochain**, la région vous présentera l'outil Référent en mode de vie physiquement actif via l'événement virtuel *On jase* de l'ULSCN. Cet outil facilite l'exploration des différents programmes visant le MVPA et offerts dans la région de la Capitale-Nationale. Un onglet COVID-19 a été ajouté. Restez à l'affût des inscriptions.

Le 25 novembre avait lieu la première rencontre régionale du Comité exploratoire sur le **jeu libre, le jeu actif et le jeu extérieur** au niveau de la petite enfance en collaboration avec la concertation *Grandissons tous ensemble*. Un premier pas motivant pour les suites ! Prochain rendez-vous à la mi-février. Vous aimeriez vous joindre ? N'hésitez pas à nous contacter.

Le projet d'évaluation **MA classe flexible** porté par la Mobilisation se poursuit. Bienvenue à Lisa Fournier qui vient compléter l'équipe d'évaluation dès janvier et qui viendra prêter main forte à Alix St-Aubin notre chargée d'évaluation.

Du 23 au 28 novembre avait lieu la semaine le **poids sans commentaire** et porte cette année sur les commentaires en lien avec le poids et l'apparence en contexte de pratique d'activités physiques. Une vidéo à visionner et à faire circuler.

## PRENDRE SOIN DE NOTRE MONDE

Le **8 décembre** de 13h à 14h aura lieu un webinaire avec le Laboratoire de l'hiver organisé par la Mobilisation pour discuter aménagement hivernal en contexte de pandémie et de milieu peu denses. Vous avez de l'intérêt ? Contactez-nous pour plus d'information.

Vous êtes en panne d'inspiration ? L'URLS de la Gaspésie-les-îles-de-la-Madeleine a publié récemment **35 idées d'aménagement** pour un hiver pas plate.

## COLLECTIF TIR-SHV

Le 14 octobre dernier avait lieu le lancement du collectif TIR-SHV.

Le Collectif TIR-SHV est l'allié privilégié qui catalyse les forces vives des milieux pour améliorer la santé et la qualité de vie des citoyennes et des citoyens. Il réunit 17 Tables intersectorielles régionales en saines habitudes de vie (TIR-SHV), distribuées partout au Québec dont la Mobilisation.

## TEMPS DES FÊTES

L'équipe de coordination fera relâche du 24 décembre au 3 janvier inclusivement. On vous souhaite de *Joyeuses fêtes* et de prendre soin de vous !