



Saines habitudes de vie



Projet :

Site Internet « Bien entourés »



Initiative de DSP Montérégie

Description du projet:

Les Montérégiens se disent prêts à améliorer leurs habitudes de vie. Ils souhaitent changer leurs pratiques alimentaires et augmenter la fréquence de leur activité physique. Mais, sont-ils bien entourés pour y arriver?

Comment les aider à passer de l'intention à l'action? Il s'agit d'offrir des environnements propices à l'adoption de saines habitudes de vie. En étant bien entourés pour BOUGER PLUS, MANGER MIEUX, VIVRE MIEUX, les choix santé seront facilités pour les citoyens d'aujourd'hui et les générations de demain!

Vous trouverez sur ce site des « fiches actions » sur les différents projets et initiatives réalisables au sein du monde municipal afin de bouger plus, vivre mieux et manger mieux.

Le site s'adresse aux citoyens, au milieu municipal, au milieu scolaire, au milieu de vie des aînés et au milieu de travail.

FICHE ACTIONS SUR LES ENVIRONNEMENTS FAVORABLES

Bouger plus

Apaisement de la circulation
Déplacements actifs vers l'école
Infrastructure cyclable sécuritaire
Infrastructures piétonnières sécuritaires
Affiche potentiel déplacement actif
Grille d'analyse du potentiel de déplacements actifs (GAPDA)

Vivre mieux

Mixité, densité, connexité

Manger mieux

Aliments sains dans les concessions et les événements
Jardins communautaires collectifs
Marchés producteurs maraîchers
Eau potable, saine et gratuite

Pour en savoir plus :



<http://www.bientoures.com>