

# RAPPORT D'ACTIVITÉS

2020

RIVIÈRE-DES-PRAIRIES

FOND-ACTION SANTÉ COMMUNAUTAIRE BÉNISE NORMIL  
(FASCBN)





## 1- Mot du fondateur

L'année 2020 fût une année pleine de défis pour le Fond-Action Santé Communautaire Benise Normil sur le plan financier avec nos divers projets de restructuration en pleine crise de covid-19. Malgré notre volonté d'aider plus de personnes dans le besoin de nos services d'accompagnement et de prévention du diabète de type 2 et de l'hypertension, mais la situation dans laquelle nous étions, ne nous permettait pas de faire autrement que de changer notre stratégie d'intervention. Cette situation a poussé l'administration de FASCBN à prendre plusieurs décisions pour garder le FASCBN en vie. Cette pandémie a donné une occasion spéciale à FASCBN de faire preuve de créativité pour adapter ses interventions sur le terrain.

Le FASCBN a profité de cette crise pour implanter les changements en lien avec la restructuration du service. Avec notre maigre moyen financier, nous avons répondu avec efficacité au besoin des personnes vulnérables en matière de saines habitudes de vie. Afin de mener en bien sa mission de prévention des maladies chroniques, le FASCBN a mis en place le programme 100-T Éduquer qui a pour but de donner un service de distribution de kits de fruits et de légumes, de brochures, de diffusion d'une capsule d'information sur le web avec une nutritionniste et l'accompagnement individuel contre le stress. Grâce à ce programme, nous poursuivons notre engagement auprès de nos membres pour lutter contre le développement du diabète et de l'hypertension. En temps de crise ou en temps de paix, avec le soutien de nombreux bénévoles et des partenaires financiers, le FASCBN sera toujours en mesure de satisfaire les besoins de ses membres en matière de saines habitudes de vie.

Au nom du conseil d'administration

Pierre Reginald Azar, Directeur-Fondateur de FASCBN



## **2-Mission**

2.1-Éduquer et sensibiliser les jeunes défavorisés à risque du diabète de type 2 sur les enjeux de la malbouffe, de la sédentarité, de la consommation du tabac et de l'alcool par le biais de conférences, de présentations et de kiosques informatifs en milieu scolaire, ainsi que d'ateliers de cuisine santé dans le secteur de Rivière-des-Prairies.

2.2- Promouvoir la santé publique en encourageant et en facilitant le conditionnement physique général par le biais des ateliers de conditionnement aux jeunes défavorisés à risque du diabète de type 2 dans le secteur de Rivière-des-Prairies.

## **3-Vision**

Être un acteur clé dans le domaine de santé communautaire afin de diminuer le développement du diabète de type 2 chez les jeunes à risque de Rivière-des-Prairies pour qu'il puisse mener une longue vie en bonne santé.

## **4-Objectifs**

Diminuer la prévalence du diabète de type 2, en accompagnant et en sensibilisant les parents des jeunes défavorisés à risque de cette maladie chronique à faire des choix sains contre les enjeux liés à la malbouffe et à l'obésité.

## **5-CONTEXTE DU PROGRAMME 100-T ÉDUQUER**

Selon le Centre intégré universitaire de santé et des services sociaux de l'Est de l'île de Montréal, la prévalence du diabète est de 10.2% à Rivière-des-Prairies. L'obésité en perspective, Rivière-des-Prairies affiche un taux de 19.7% de personnes de 18 ans et plus qui sont obèses. À Rivière-des-Prairies, parmi ce pourcentage, la plupart des jeunes provenant d'une famille défavorisée de la communauté multiculturelle sont à risque du diabète de type 2 à cause des facteurs héréditaires et des facteurs de risques liés aux enjeux de la malbouffe et de la sédentarité, etc.

Les jeunes sont exposés aux risques de cette maladie chronique sans le savoir, car ils ne sont pas bien informés quant aux impacts de cette maladie. Contre le développement de l'obésité juvénile, les parents défavorisés diagnostiqués ou à risque ne sont pas bien outillés pour influencer leurs jeunes en matière d'une saine alimentation.



Le diabète de type 2 fait partie des bagages génétiques de ces jeunes de la communauté multiculturelle. Ce problème est entre autres attribuable aux anciennes générations qui ont influencées les habitudes de vie des générations actuelles. C'est pour cela que l'organisme met cette initiative en place pour aider les parents à mieux accompagner leurs jeunes en matière de saines habitudes de vie.

Le FASCBN a fait preuve de créativité pour mettre ce programme en place à cause les enjeux liés à la covid-19. Donc, ce programme qui vise à aider la famille vulnérable compte plusieurs activités : distribution de kit de fruits et de légumes 100-T éduquer; distribution de brochures 100-T éduquer; capsule web 100-T éduquer; remise de bourses 100-T éduquer et accompagnement individuel.

### **5.1- Distribution kit de fruits et de légumes 100-T Éduquer**

Dans le but d'aider les familles vulnérables à adopter une saine alimentation dans le contexte de la pandémie lié au covid-19, le FASCBN a distribué 120 kits de fruit et de légumes 100-T Éduquer avec le soutien du Maxi RDP. Plusieurs bénévoles ont mis la main à la pâte pour faciliter la préparation des kits et la distribution. Les membres dans le besoin ont été très contents de cette façon de faire afin de les sensibiliser contre les enjeux liés à la malbouffe. Ce kit sert de modèle pour pouvoir répéter le même geste auprès de leurs enfants en matière de consommation de plus de fruits et de légumes. Considérant le succès de cette activité, les membres sentent plus à l'aise à être conscientisés sur l'importance de manger sainement à moindre coût. Ainsi, cette activité aura un impact direct sur la santé des familles contre le développement du diabète de type 2.



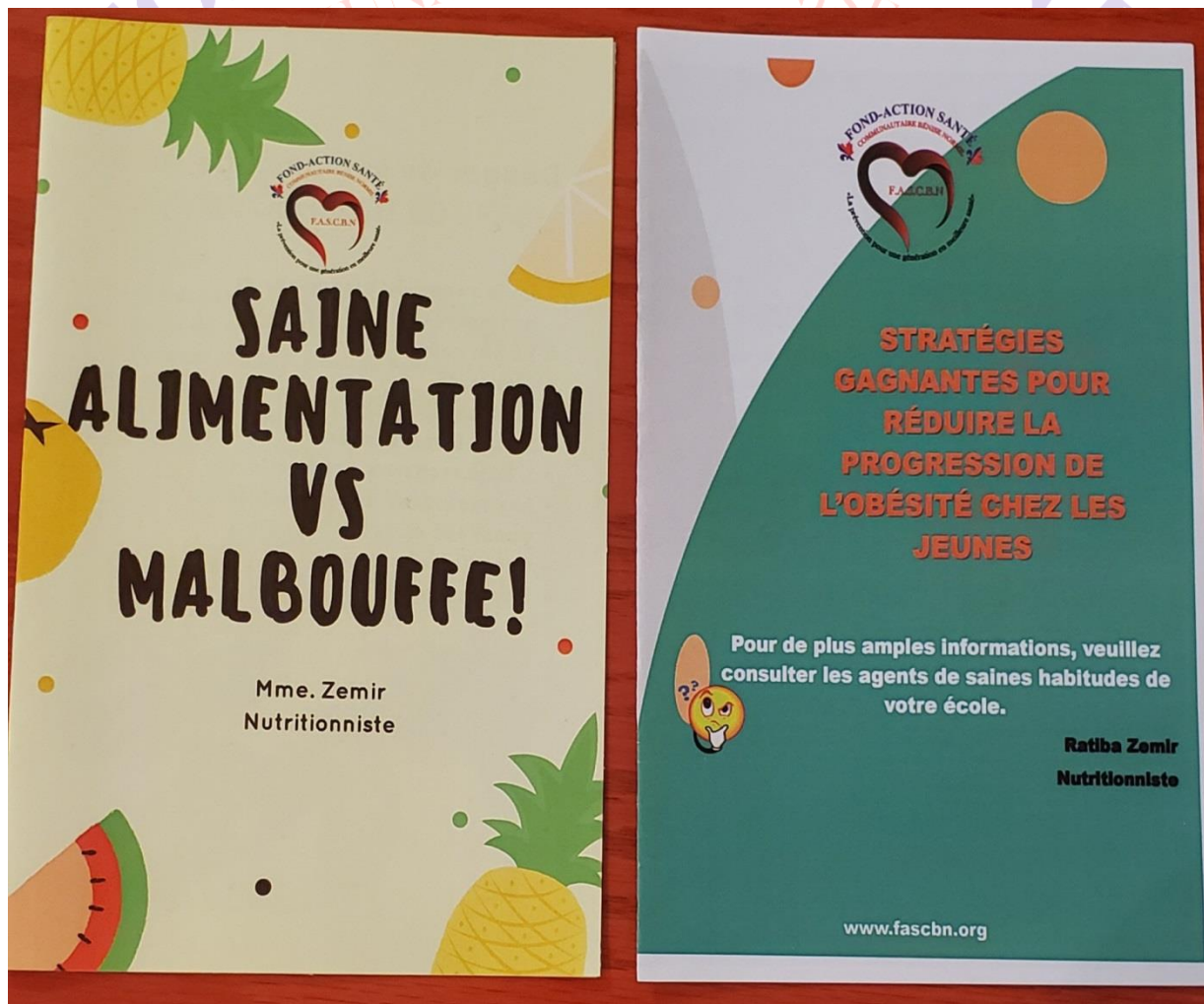
Crédit photo : FASCBN





## 5.2- Distribution de brochures 100-T Éduquer

En soutien avec les kits, notre nutritionniste a élaboré des brochures pour expliquer aux bénéficiaires du programme l'importance de manger des fruits et des légumes. Plusieurs sujets en lien avec les bons nutriments qui favorisent une bonne santé ; les fausses publicités ; l'impact de la consommation du sucre, du bon et mauvais gras sont présentés dans la brochure. Une bonne façon de faire comprendre les enjeux du diabète et de l'hypertension. Ainsi, le FASCBN tient les familles vulnérables informées sur les enjeux de la santé publique. De plus, le FASCBN a interpellé les citoyens à travers son mouvement rappel au citoyen sur le respect des mesures sanitaires afin de contrer la propagation de la covid-19 vu que ce virus est considéré comme un enjeu de santé publique.



Crédit photo : FASCBN



### 5.3- Diffusion capsule web 100-T Éduquer

Dans le contexte de la pandémie, le FASCBN a choisi de faire des interventions directes sur le web afin de sensibiliser ces membres et d'autres personnes dans le besoin de conseil nutritionnel pour adopter de saines habitudes de vie contre les maladies chroniques.



## 100-T ÉDUQUER

FOND-ACTION SANTÉ COMMUNAUTAIRE  
BÉNISE NORMIL · 21 visionnements · il y ...

Crédit photo : FASCBN



#### 5.4- Remise de bourse 100-T Éduquer

Le FASCBN a lancé cette année un concours de saines habitudes de vie pour remettre cinq (5) bourses d'une valeur de 200 \$ comme levier à cinq familles. Ces bourses sont une forme de soutien pour que les parents vulnérables puissent inscrire leurs enfants à un programme de conditionnement physique afin de lutter contre l'obésité juvénile. Considérant les mesures sanitaires en lien avec les rassemblements, le gala de la remise de bourse 100-T Éduquer a été reporté pour 2021.

#### 5.5- Accompagnement individuel

Le FASCBN est soucieux des besoins particuliers de ses membres en lien avec le stress dans la vie quotidienne. C'est pour cela qu'une douzaine de membres bénéficient de notre assistance avec la collaboration des autres partenaires afin de satisfaire leur besoin en lien avec le stress quotidien. Le FASCBN est conscient de l'impact du stress sur le métabolisme de ses membres en lien avec la prévention du diabète de type 2. Jusqu'à maintenant les membres sont satisfaits de notre service. Le FASCBN est toujours au rendez-vous pour répondre à leur appel. Ce service a permis aux membres de bien gérer leur état de santé contre le développement des complications du diabète de type 2 et de l'hypertension.





## 5-6- Campagne spéciale de sensibilisation (Mouvement rappel aux citoyens)

En lien avec l'évolution de la covid-19 à Rivière-des-Prairies et Montréal-Nord, l'organisme a reçu du soutien financier de ces partenaires afin de mener des activités contre le développement de la covid-19. Vu la mission de l'organisme de faire la prévention des maladies chroniques en promouvant les saines habitudes de vie, en conséquence, l'organisme a choisi faire une campagne sur le terrain afin de sensibiliser les gens sur le danger de la covid-19. À travers cette campagne, l'organisme a distribué des milliers de brochures pour inciter les gens à respecter les mesures sanitaires et à adopter de saines habitudes de vie étant donné que les personnes qui souffrent des maladies chroniques sont plus à risque de la covid-19. Plusieurs bénévoles se sont mobilisés pour réaliser cette initiative dans des lieux publics à Rivière-des-Prairies et Montréal-Nord. L'organisme a animé aussi une capsule web à propos dans le but de toucher plus de gens.

**MOUVEMENT  
RAPPEL AUX CITOYENS**

**IMPORTANT DE MAINTENIR  
LES SAINES HABITUDES DE VIE**

**MANGER SAINEMENT & BOUGER PLUS  
DIMINUENT LES RISQUES DE DÉVELOPPER  
LES MALADIES CHRONIQUES  
(HYPERTENSION ET DIABÈTE) ET AINSI  
QUE DES COMPLICATIONS DE CES DERNIÈRES.**

**VOUS SEREZ MOINS VULNÉRABLE FACE AU VIRUS  
DE LA COVID-19 SI VOUS RESPECTEZ  
LES MESURES DE PRÉCAUTION ANNONCÉES.**

**Soyez disciplinés pour être victorieux:**  
1.- PORTEZ UN MASQUE EN PUBLIC;  
2.- LAVEZ LES MAINS RÉGULIÈREMENT;  
3.- RESPECTEZ LA DISTANCIATION SOCIALE;  
4.- MANGEZ SAINEMENT;  
5.- BOUGEZ PLUS SOUVENT.

**UNE INITIATIVE DU**  
  
**FOND-ACTION SANTÉ  
COMMUNAUTAIRE BÉNÉVOLES NORMILS**

**SUPPORTEZ PAR LE DÉPUTÉ  
MARC TANGUAY.**

**POUR DU SOUTIEN ET D'ASSISTANCE:  
514-424-3485 / WWW.FASCBN.ORG**

**PIERRE REGINALD AZAR  
FONDATEUR FASCBN**





## 6- Campagne de financement

Suite aux changements d'orientation réalisés, dorénavant, le FASCBN fait des sollicitations directes pour récolter des fonds afin de mener à bien sa mission. Sur ce, le Fond-Action Santé Communautaire Bénise Normil (FASCBN) tient à remercier ses membres actifs, ses collaborateurs et ses partenaires qui ont contribué généreusement à sa demande afin de soutenir cette noble cause. Leur geste a fait une grande différence dans la vie des jeunes, parents et enfants dans le besoin de nos services de prévention du diabète de type 2 et de l'hypertension.

### Nos partenaires financiers :



**MARC TANGUAY**  
Député de LaFontaine



**Bureau de circonscription**  
9094, boulevard Maurice-Duplessis  
Montréal (Québec) H1E 7C2  
Tél. 514 648-1007 Téléc. 514 648-4559  
marc.tanguay-lafo@assnat.qc.ca



### **NADJIB BENHAMED**

PHARMACIEN-PROPRIÉTAIRE

9101, Maurice-Duplessis  
Montréal  
(Québec) H1E 6M3  
Tél. : (514) 881-8808  
Fax : (514) 494-7212

Pharmacie Jacques Barakat et Nadjib Benhamed

Affiliée à



Rivière-des-Prairies  
Pointe-aux-Trembles

**Montréal** 





## 8-Activités vie associative & démocratique

En raison de la pandémie, le conseil d'administration de FASCBN s'est réuni une fois durant l'année 2020 de façon virtuelle. Puis, les membres du conseil sont réunis plusieurs fois de manière individuelle pour favoriser le bon déroulement des activités. Le conseil d'administration a pris des décisions favorables pour faciliter le bon fonctionnement de l'organisme. Ensuite, pour s'assurer de la participation des bénévoles, les membres du conseil d'administration ont soutenu les intervenants dans la réalisation de certaines tâches, comme l'emballage, la logistique, la représentation et la révision des documents.

## 9- Équipe de travail

L'équipe de travail de Fond-Action Santé Communautaire Bénise Normil est composée que des membres bénévoles : Six (6) administrateurs bénévoles : Directeur-Fondateur, président, secrétaire, trésorier, deux administrateurs et une dizaine de bénévoles en soutien. Les personnes impliquées comme bénévoles ont donné plusieurs heures de leur temps dans le but de maintenir l'organisme en vie sur le terrain. Vous pouvez-vous référer sur notre site internet pour voir nos bénévoles.