

SUJET / SUBJECT	TITRE / TITLE	SOURCE	FORMAT	DESCRIPTION
Poids santé Healthy Weight	<i>Poids santé – une question de style de vie</i>	Programme de la santé du cœur de Timiskaming Timiskaming Heart Health Program	Dépliant /Brochure 8.5 x 11 4 pages	Offre des renseignements ainsi que des trucs pour atteindre et maintenir un poids santé. Inclue également une grille d'évaluation du poids santé, le guide alimentaire canadien pour manger sainement, le guide d'activité physique canadien ainsi qu'une liste des deux types de facteurs de risque. Provides facts and tips on achieving and maintaining healthy weights. Also includes a healthy weight chart, Health Canada's Physical Activity Guide and Food Guide as well as a list of both types of risk factors.
Lieu de travail sain Healthy Workplace	<i>Un lieu de travail sain c'est payant</i> <i>A Healthy Workplace is a great Investment</i> <i>Milieus de travail - Cœur en santé-Un guide du milieu de travail pour améliorer la santé du cœur des employés dans les districts de Sudbury et de Manitoulin .</i> <i>Heart Healthy Workplaces – Take it to Heart- A workplace guide to improve the heart health of employees in the districts of Sudbury & Manitoulin</i>	Programme de la santé du cœur de Timiskaming Timiskaming Heart Health Program Coalition Cœur en santé de Sudbury & Manitoulin Sudbury & Manitoulin Districts Heart Health Project	Dépliant/ Brochure Bilingue/Bilingual 8.5x 11 Guide en ligne à / On line at www.sdhu.com , ou composer 1-705-522-9200 poste 290	Présente les bénéfices d'un milieu de travail sain et sécuritaire pour les entreprises et invite les employeurs à obtenir plus de renseignements ou de ressources en prévention traitant de 17 différents sujets liés à la santé en cochant la case correspondant au sujet d'intérêt. Presents to employers the benefits of a safe and healthy workplace and invites them to obtain information or resources on prevention from a list of 17 different health related topics. Le guide Milieux de travail Cœur en santé a pour objet de vous aider à mettre en œuvre des programmes pour la santé du cœur c'est-à-dire : établir, au travail, des méthodes, des programmes et des politiques qui favorisent la santé du cœur des employés et de leur famille, au profit de leurs collègues et de l'employeur. The guide helps in implementing heart healthy activities in the workplace and highlights the many benefits to the individual, co-workers and the organization. Also helps establish heart healthy practices, programs and policies in the workplace to benefit the business. Employers may choose to implement a Heart Healthy Workplace Program to contribute to the health of employees in the workplace and their families, for the benefit of their co-workers or to promote a positive image of their organization.

SUJET / SUBJECT	TITRE /TITLE	SOURCE	FORMAT	DESCRIPTION
Politique municipale Municipal Policy	<i>Coalition Coeur en santé de Sudbury – Agir pour une vie saine</i>	Coalition Coeur en santé de Sudbury & Manitoulin Sudbury & Manitoulin Districts Heart Health Project	Affiche/Poster Bilingue/Bilingual	L'Organisation mondiale de la santé recommande aux municipalités d'avoir des politiques qui soutiennent l'activité physique tel que la « charte municipale du piéton » qui est présentée dans cette affiche. The World Health Organization recommends municipalities adopt policies that promote physical activity such as the "Municipal Pedestrian Charter" which is presented in this poster.
Manger sainement Healthy Eating	<i>MANGER SAINEMENT Conseils à suivre pour manger sainement</i>	Programme de la santé du cœur de Timiskaming Timiskaming Heart Health Program	Fiche de renseignements/ Fact Sheet 8.5 x 11	Offre des conseils pour faire des choix santé à l'épicerie et en cuisinant et offre aussi des trucs dans le but d'adopter de nouvelles habitudes et de favoriser une saine alimentation. Offers advice on making healthy choices at the grocery store, while preparing meal and offers tips on adopting different habits that can facilitate healthy nutrition.
Activité physique Physical Activity	<i>SOYEZ ACTIF – Conseils à suivre pour intégrer l'activité physique à votre quotidien</i>	Programme de la santé du cœur de Timiskaming Timiskaming Heart Health Program	Fiche de renseignements/ Fact Sheet 8.5 x 11	Offre aux parents des suggestions d'activités physiques à la maison, au travail et dans la communauté. Suggère également des loisirs qui impliquent l'activité physique. Offers parents ideas on physical activities they can engage in at home, at work and in the community. Also suggest recreational activities that involve physical activity.
	<i>L'HIVER ACTIF – Bougez pour vous réchauffer (adaptation de Winter Daze The Active Ways)</i> <i>La marche: Une panacée pour laquelle l'âge n'est pas une barrière</i>	Algoma Health Unit & Central West Public Health Activity Promotion Network Coalition Coeur en santé de Sudbury & Manitoulin Sudbury & Manitoulin Districts Heart Health Project	Livret d'activité / Activity booklet 5.75 X 8 Dépliant/ Brochure français/French 8.5x 11	Encourage l'activité physique durant les mois d'hiver en offrant des suggestions d'activités en plein air ainsi que des conseils de sécurité pour les activités à l'extérieur. Promotes physical activity during the winter months by offering ideas of outdoor activities and games and also provides safety tips. Promouvoit la marche et offre des conseils sur l'utilisation d'un pedomètre. S'adresse particulièrement aux personnes de 50 ans et plus. Promotes walking and offers advice on using a pedometer. Targets the aging population of 50+.



SUJET / SUBJECT	TITRE / TITLE	SOURCE	FORMAT	DESCRIPTION
Tabagisme Tobacco	<i>SOYEZ NON-FUMEUR – Conseils pour vous aider à cesser de fumer</i>	Programme de la santé du cœur de Timiskaming Timiskaming Heart Health Program	Fiche de renseignements/ Fact Sheet 8.5 x 11	Offre des conseils et suggèrent différents sites web à consulter pour obtenir des ressources et des enseignements sur les programmes d'abandon du tabac. Offre également des renseignements concernant les impacts de la fumée secondaire sur la santé. Offers advice and recommends website resources on smoking cessation programs. Also talks about the impact of second hand smoke.
	<i>Les raisons de cesser de fumer ou de ne jamais commencer à fumer.</i>	Programme de la santé du cœur de Timiskaming Timiskaming Heart Health Program	Signet / Bookmark	Présente 20 raisons pour arrêter ou de ne jamais commencer à fumer. Lists 20 reasons to quit or not to start smoking.
Gestion du stress Stress Management	<i>GESTION DU STRESS – Protégez votre enfant contre le stress</i>	Programme de la santé du cœur de Timiskaming Timiskaming Heart Health Program	Fiche de renseignements/ Fact Sheet 8.5 x 11	Explique ce qu'est le stress, comment reconnaître les symptômes chez les enfants et présente également des moyens de protéger son enfant contre le stress. Explains what stress is, how to recognize the signs that a child might suffer from it and lists different ways to protect your child against stress.
Facteurs de risque Risk Factors		Programme de la santé du cœur de Timiskaming Timiskaming Heart Health Program	Fiche de renseignements/ Fact Sheet 8.5 x 11	Présente les facteurs de risque pour les maladies du cœur, les ACV, le diabète et le cancer. Les facteurs de risque sont présentés en deux catégories : ceux qui sont reliés aux gènes et qui ne peuvent pas être modifier et ceux que nous pouvons contrôler et que l'ont peut modifier. Risk factors for heart disease, stroke, diabetes and cancer are presented in 2 categories: those linked to genetics which we can't change and those we have control over and can change.
	<i>En 2006 - Essayez ce mélange santé</i>		Affiche /Poster Bilingue/Bilingual	Promouvoit la vie active, bien manger, être soi-même et vivre sans fumer. Promotes active living, healthy eating, being yourself and being smoke-free.



SUJET / SUBJECT	TITRE / TITLE	SOURCE	FORMAT	DESCRIPTION
AUTRE/OTHER Santé à l'école School Health		Oxford County Public Health	Série d'article sur la santé des enfants A series of articles on children' health	Divers articles ou fiches de renseignements portant sur les sujets suivants : <ul style="list-style-type: none"> • La sécurité sur la glace au printemps • Perçage corporel • Comment rehausser l'estime de soi de votre enfant • S'habiller en conséquence l'hiver • Conseils aux parents sur l'éducation sexuelle des enfants • L'intimidation • Prévenir la consommation de drogues et d'alcool • La santé des yeux • Les poux • Écoles sans arachides <p>Various articles and fact sheets on the following health topics :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Safety on ice during spring time • Body piercing • Improving your child's self-esteem • Dressing up for winter • Advice for parents on children's sex education • Bullying • Drug and alcohol prevention • Good vision • Lice • Peanut free schools
AUTRES / OTHER Activité physique Physical Activity	<i>Allez-y! Soyez actifs!</i> (à titre d'exemple seulement – sample only)	Coalition Cœur en santé de Sudbury & Manitoulin Sudbury & Manitoulin Districts Heart Health Project	Affiche pour kiosque 35.5"h. X 60.5" l. Table top display	Promouvoit l'activité physique et la santé du coeur. Utilisé dans les milieux de travail, les événements communautaires, activités de promotion de la santé, et en milieu scolaire. Promotes physical activity and heart health. The Displays are used at workplaces, community events, wellness fairs, and farmers' markets, and where appropriate in the school setting.

