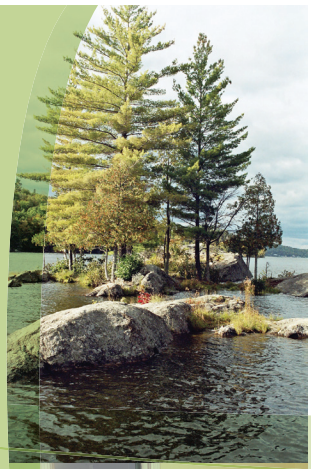
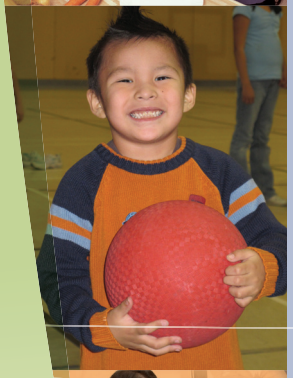
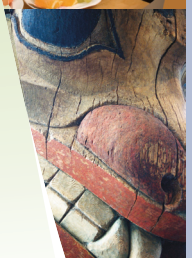
Santé Canada Health Canada

Votre santé et votre sécurité… notre priorité. *Your health and safety… our priority.*



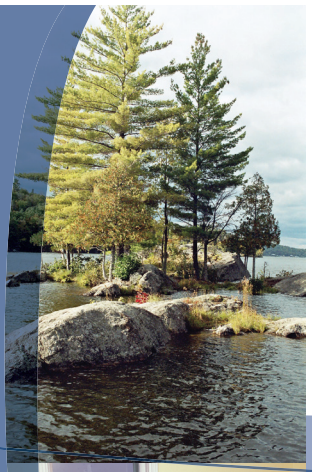


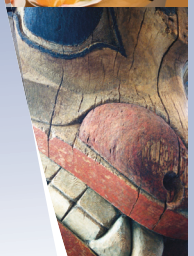


Communautés en action

INITIATIVE SUR LE DIABÈTE CHEZ LES AUTOCHTONES

Canada





Communautés en action

INITIATIVE SUR LE DIABÈTE CHEZ LES AUTOCHTONES

Santé Canada est le ministère fédéral qui aide les Canadiennes et les Canadiens à maintenir et à améliorer leur état de santé. Nous évaluons l'innocuité des médicaments et de nombreux produits de consommation, aidons à améliorer la salubrité des aliments et offrons de l'information aux Canadiennes et aux Canadiens afin de les aider à prendre de saines décisions. Nous offrons des services de santé aux peuples des Premières nations et aux communautés inuites. Nous travaillons de pair avec les provinces pour nous assurer que notre système de santé répond aux besoins de la population canadienne.

Publication autorisée par le ministre de la Santé.

Communautés en action – Initiative sur le diabète chez les Autochtones
est disponible sur Internet à l'adresse suivante :
http://www.santecanada.gc.ca

Also available in English under the title:
Communities in Action – Aboriginal Diabetes Initiative

La présente publication est disponible sur demande sous d'autres formes.

Pour obtenir plus de renseignements ou des copies supplémentaires, veuillez communiquer avec :
Publications
Santé Canada
Ottawa (Ontario) K1A 0K9
Tél. : (613) 954-5995
Téléc. : (613) 941-5366
Courriel : info@hc-sc.gc.ca

© Sa Majesté la Reine du Chef du Canada, représentée par le ministre de Santé Canada, 2011

La présente publication peut être reproduite sans autorisation dans la mesure où la source est indiquée en entier.

HC Pub. : 110099
Cat. : H14-56/2011 F
ISBN : 978-1-100-97189-6

Communautés en action est fondé sur une étude menée pour Santé Canada en 2008 par Barbara L. Paterson, IA, Ph. D., professeure, chaire de recherche du Canada de niveau 1 sur les maladies chroniques, et directrice, Chronic Illness Research Institute de l'Université du Nouveau-Brunswick.

Santé Canada aimerait remercier les communautés qui ont participé à cette recherche. Nous leur sommes reconnaissants de leur apport.

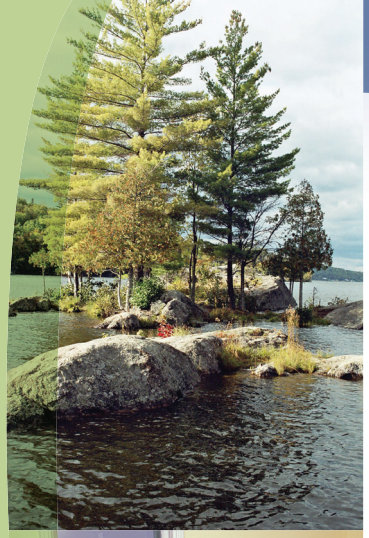
Les Premières nations et les Inuits du Canada travaillent en vue de prévenir ou de retarder l'apparition du diabète de type 2 chez les membres de leurs communautés. Ils travaillent également en vue d'aider les personnes vivant avec les complications de la maladie.

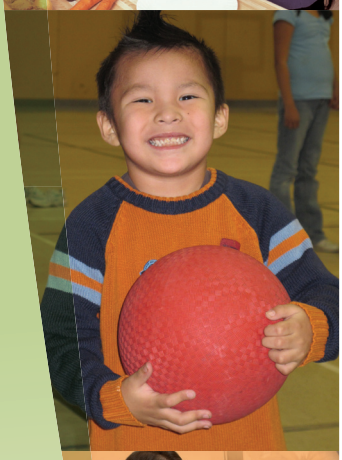
Chaque communauté est unique. Nous pouvons tirer profit des connaissances et des idées intuitives recueillies au cours de cet important travail, ainsi que des activités décrites dans le présent rapport.

Cet apprentissage partagé nous permettra de voir comment les communautés des Premières nations et inuites ont utilisé l'Initiative sur le diabète chez les Autochtones (IDA) pour améliorer la santé de leurs communautés.

TABLE DES MATIÈRES

Les peuples autochtones et le diabète 2
Communautés en action 3
Les communautés et ce qu'elles ont appris 3
Éléments communs 8
Les clés du succès 8
Mettre l'Initiative sur le diabète chez les Autochtones à exécution 9
Conclusion 14





LES PEUPLES AUTOCHTONES ET LE DIABÈTE

Les peuples autochtones sont trois à quatre fois plus susceptibles de contracter la forme la plus courante de diabète – type 2 – que d'autres Canadiens. Le diabète de type 2 se produit lorsque le corps a de la difficulté à utiliser l'insuline qu'il produit. L'insuline est importante parce qu'elle aide à convertir les aliments en énergie, mais lorsque le corps n'utilise pas l'insuline adéquatement, les taux croissants de sucre dans le sang peuvent entraîner de graves complications comme des lésions rénales, des maladies du cœur, une mauvaise circulation et la cécité.

Près de 20 p. 100 des membres de Premières nations vivant dans une réserve ont le diabète de type 2, et ce taux est d'environ 4 p. 100 chez les Inuits. Le diabète de type 2 a initialement été désigné sous le nom de « diabète de l'adulte », mais il a depuis été diagnostiqué chez des enfants autochtones âgés de seulement cinq ans. Le diabète s'est grandement répandu au sein des communautés autochtones. Avant les années 1940, il était presque inconnu.

Nombre de facteurs ont contribué à la hausse des taux de diabète de type 2 chez les Autochtones. Par exemple, les aliments traditionnels sont souvent remplacés par des aliments plus caloriques, moins bons pour la santé. Des changements dans le régime alimentaire, une réduction de l'activité physique, ainsi que d'autres facteurs, contribuent au taux plus élevé d'excès de poids et d'obésité, ce qui mène au taux accru de diabète de type 2.

Depuis 1999, dans le cadre de l'Initiative sur le diabète chez les Autochtones (IDA) de la Direction générale de la santé des Premières nations et des Inuits de Santé Canada, des fonds ont été octroyés aux communautés autochtones afin de combattre la progression du diabète de type 2. L'objectif principal de l'IDA est de réduire l'incidence du diabète de type 2 grâce à un éventail de services de promotion de la santé, de prévention, de dépistage et de traitement offerts par des fournisseurs de soins de santé qualifiés et des intervenants communautaires spécialisés dans la prévention du diabète.

L'IDA touche plus de 600 communautés autochtones partout au Canada. Elle met en œuvre des activités de promotion de la santé et de prévention de la maladie et offre des services de dépistage dans certains endroits ainsi que des programmes de formation et d'éducation.

- Dans les communautés de Premières nations, le taux de diabète est près de quatre fois plus élevé que dans l'ensemble de la population canadienne.
- En raison du taux élevé des facteurs de risques tel que l'obésité, l'inactivité physique, et les habitudes alimentaires malsaines, on s'attend à une augmentation significative de l'incidence du diabète chez les Inuits.

COMMUNAUTÉS EN ACTION

Les communautés des Premières nations et inuites ont utilisé différents moyens créatifs de promouvoir les modes de vie sains et de réduire l'incidence du diabète de type 2 en utilisant les fonds fournis par l'intermédiaire de l'Initiative sur le diabète chez les Autochtones (IDA). Dans le cadre de l'IDA, une étude a été menée pour déterminer ce qui fonctionnait le mieux – et plus important encore, ce que les personnes dans les communautés pensent de ce qui fonctionne bien et pourquoi. Une équipe de chercheurs et de membres du personnel de l'IDA a sélectionné neuf communautés des Premières nations et inuites afin d'examiner leurs projets de l'IDA en tenant compte de l'approche de prévention du diabète adoptée par la communauté par rapport aux traditions et aux pratiques culturelles, aux partenariats et aux engagements communautaires, aux évaluations de programmes déjà en place et aux possibilités de soutien communautaire continu.

Les chercheurs ont visité les communautés et y ont interrogé le personnel de santé et les participants à des projets de prévention du diabète. Ils ont constaté que les activités variaient d'une communauté à l'autre, puisque l'une des exigences essentielles de réussite était de répondre aux besoins locaux. Conformément aux spécifications de l'IDA, les projets ont été conçus en fonction des circonstances uniques des différentes communautés et des personnes qui y vivent.

Le présent rapport vous informera au sujet de ces communautés et de ce qu'elles ont appris en mettant à exécution l'IDA. Vous prendrez connaissance d'une vaste gamme d'activités qui démontrent comment l'IDA a fonctionné. Vous verrez également quels sont les éléments communs qui en sont ressortis – les clés du succès.

Grâce au présent rapport, d'autres communautés des Premières nations et inuites qui souhaitent changer les choses en vue de réduire l'incidence du diabète et d'améliorer la santé de leurs membres, ont maintenant accès aux expériences et aux connaissances acquises par ces neuf communautés.

LES COMMUNAUTÉS ET CE QU'ELLES ONT APPRIS

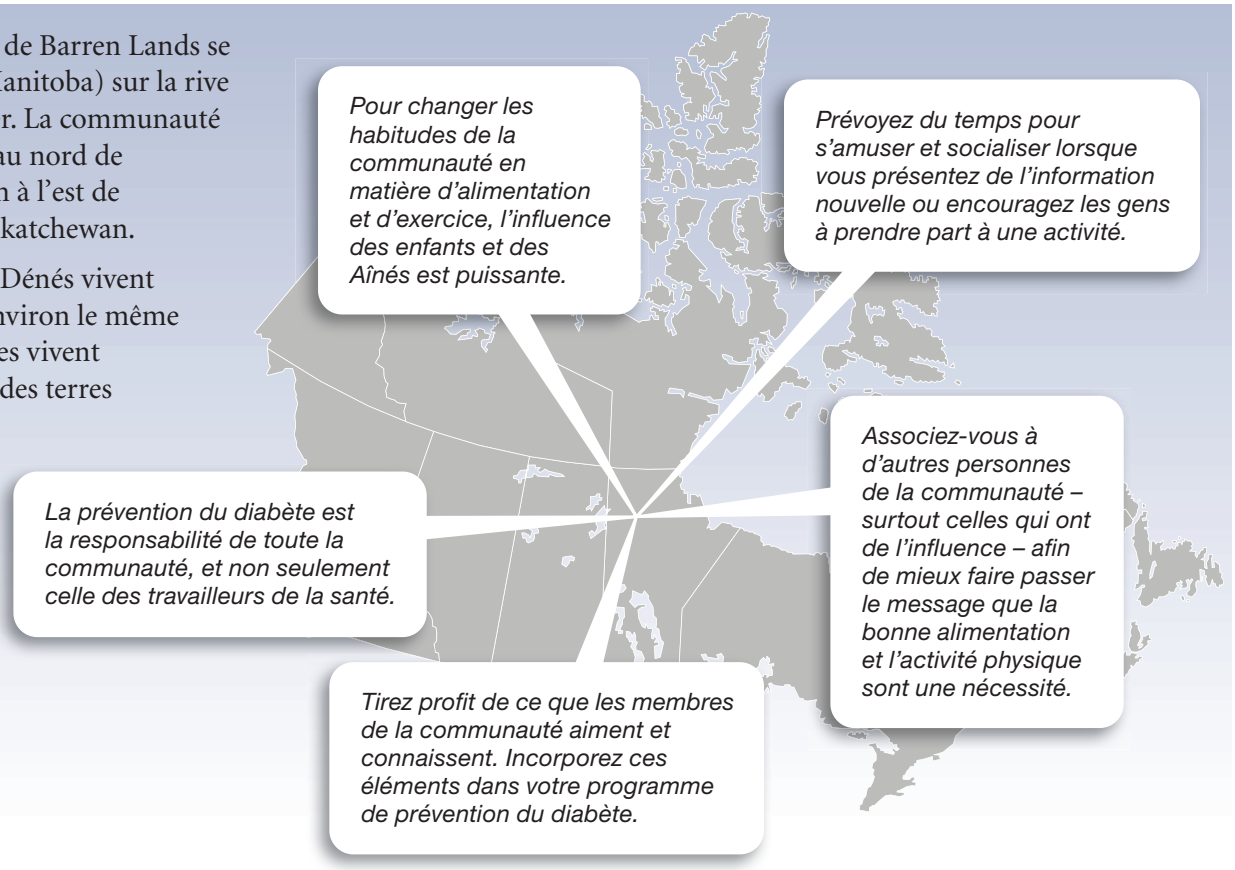
Chacune des neuf communautés des Premières nations et inuites sélectionnées pour cette étude approfondie a démontré sa volonté ferme de réduire l'incidence du diabète sur son territoire – communautés de partout au Canada allant de la Colombie-Britannique au Nouveau-Brunswick et du Sud de l'Ontario au Nunavut. Variant considérablement en taille, allant des petits hameaux aux grandes communautés et des zones rurales éloignées à celles à proximité de centres urbains, chaque communauté a également démontré comment l'utilisation efficace des fonds de l'IDA leur a permis de franchir des étapes importantes et innovatrices vers l'atteinte de cet objectif.

Apprenons donc à mieux connaître les communautés et les connaissances qu'elles ont acquises en mettant l'IDA à exécution.

PREMIÈRE NATION DE BARREN LANDS, MANITOBA

La Première nation de Barren Lands se trouve à Brochet (Manitoba) sur la rive nord du lac Reindeer. La communauté est située à 928 km au nord de Winnipeg et à 19 km à l'est de la frontière de la Saskatchewan.

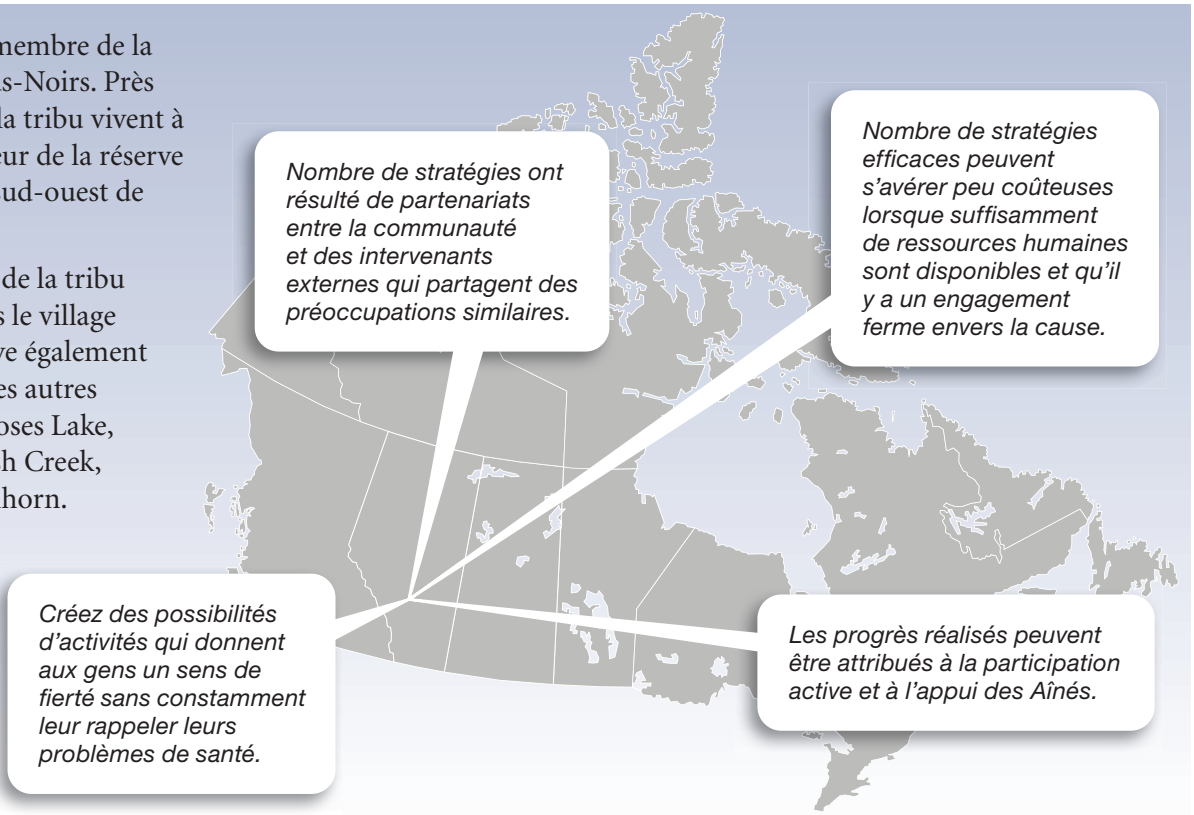
Environ 500 Cris et Dénés vivent dans la réserve, et environ le même nombre de personnes vivent hors-réserve ou sur des terres de la Couronne.



PREMIÈRE NATION DE LA TRIBU DES BLOOD, ALBERTA

La tribu des Blood est membre de la Confédération des Pieds-Noirs. Près de 10 000 membres de la tribu vivent à l'intérieur ou à l'extérieur de la réserve de 1400 km^2 située au sud-ouest de Lethbridge, en Alberta.

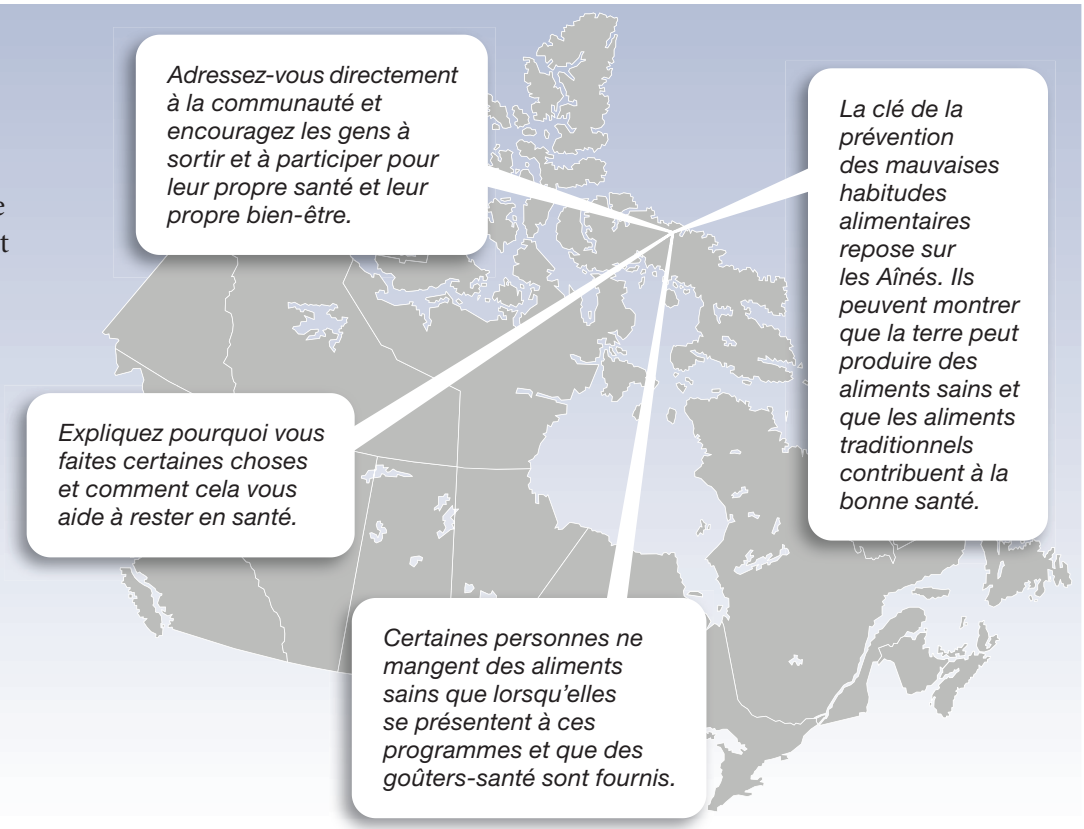
Le centre administratif de la tribu des Blood est situé dans le village de Standoff, où se trouve également le Service de la santé. Les autres communautés sont : Moses Lake, Levern, Old Agency, Fish Creek, Fort Whoop-Up et Bullhorn.



CLYDE RIVER, NUNAVUT

Ce hameau du Nunavut sur la côte nord-est de l'île de Baffin abrite quelque 1000 personnes (dont 98 p. 100 sont des Inuits).

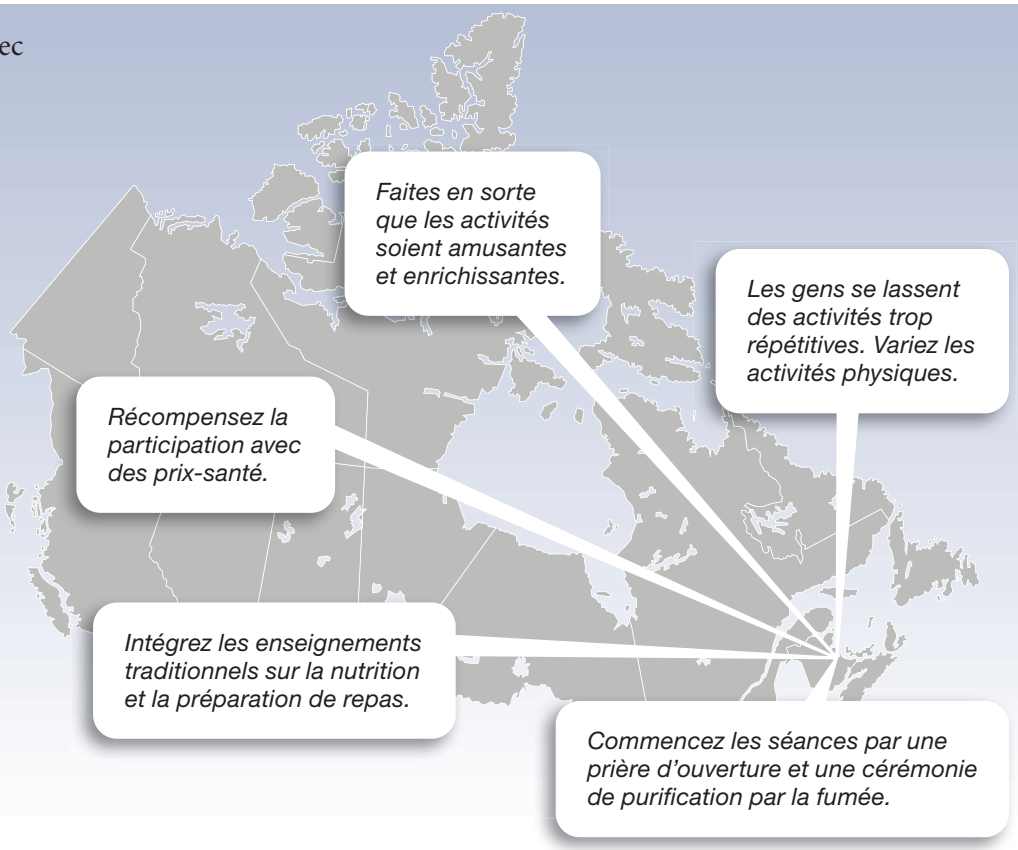
Les traditions de la culture inuite sont pratiquées quotidiennement par les résidents de Clyde River. Cela comprend le travail avec les peaux, la chasse à l'ours polaire, la pêche de l'omble arctique, la chasse au phoque et les expéditions en traîneau à chiens.



PREMIÈRE NATION D'ELSIPOGTOG, NOUVEAU-BRUNSWICK

La Première nation d'Elsipogtog, avec une population de 2800 habitants, est située sur une anse de la rivière Richibucto. Elle est la deuxième plus grande communauté micmac du Canada atlantique.

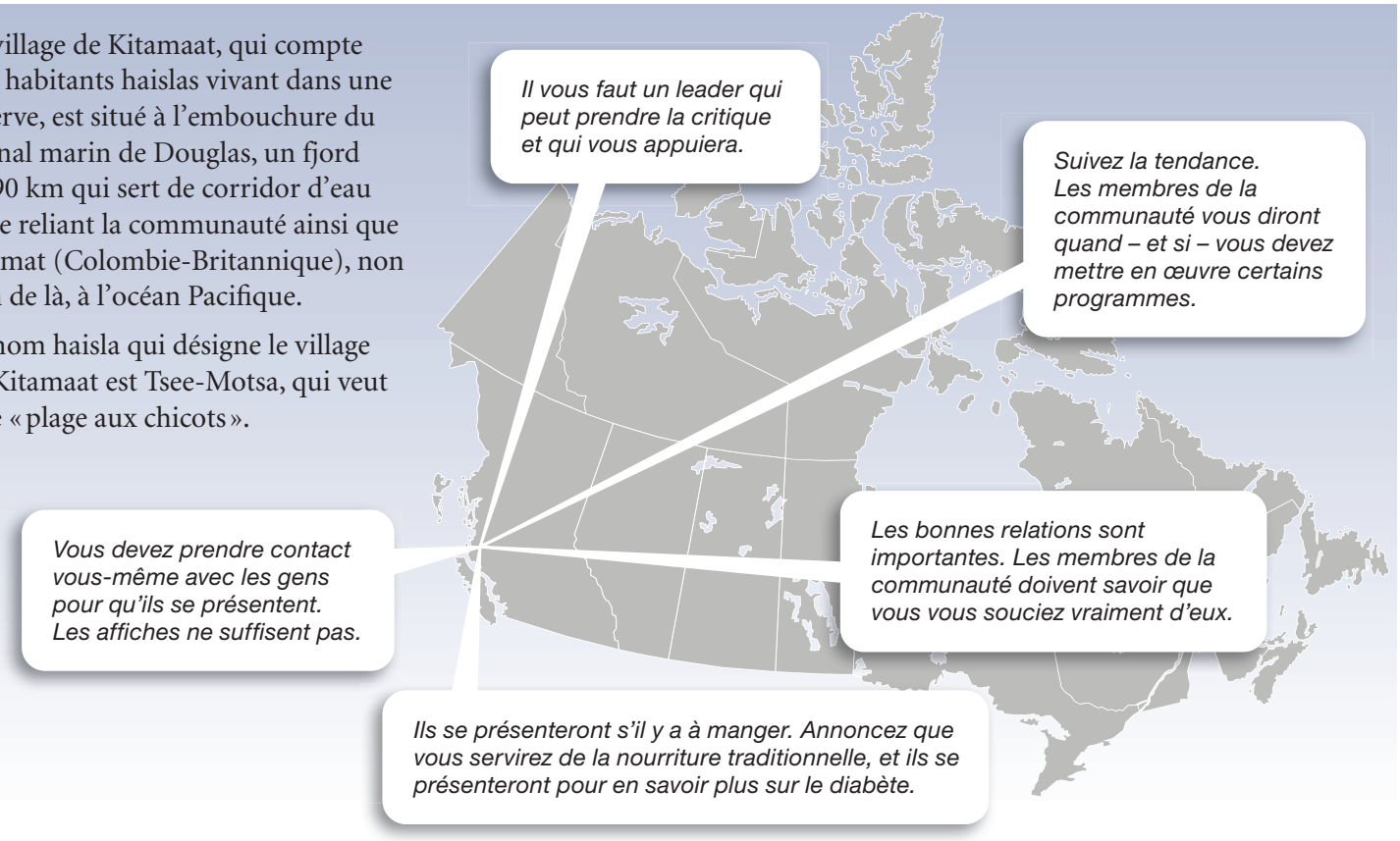
Elsipogtog est reconnue pour ses initiatives sur la santé, ce qui comprend son régime de soins de santé communautaire et son centre de santé et de mieux-être.



NATION HAISLA – VILLAGE DE KITAMAAT, COLOMBIE-BRITANNIQUE

Le village de Kitamaat, qui compte 740 habitants haislas vivant dans une réserve, est situé à l'embouchure du chenal marin de Douglas, un fjord de 90 km qui sert de corridor d'eau salée reliant la communauté ainsi que Kitimat (Colombie-Britannique), non loin de là, à l'océan Pacifique.

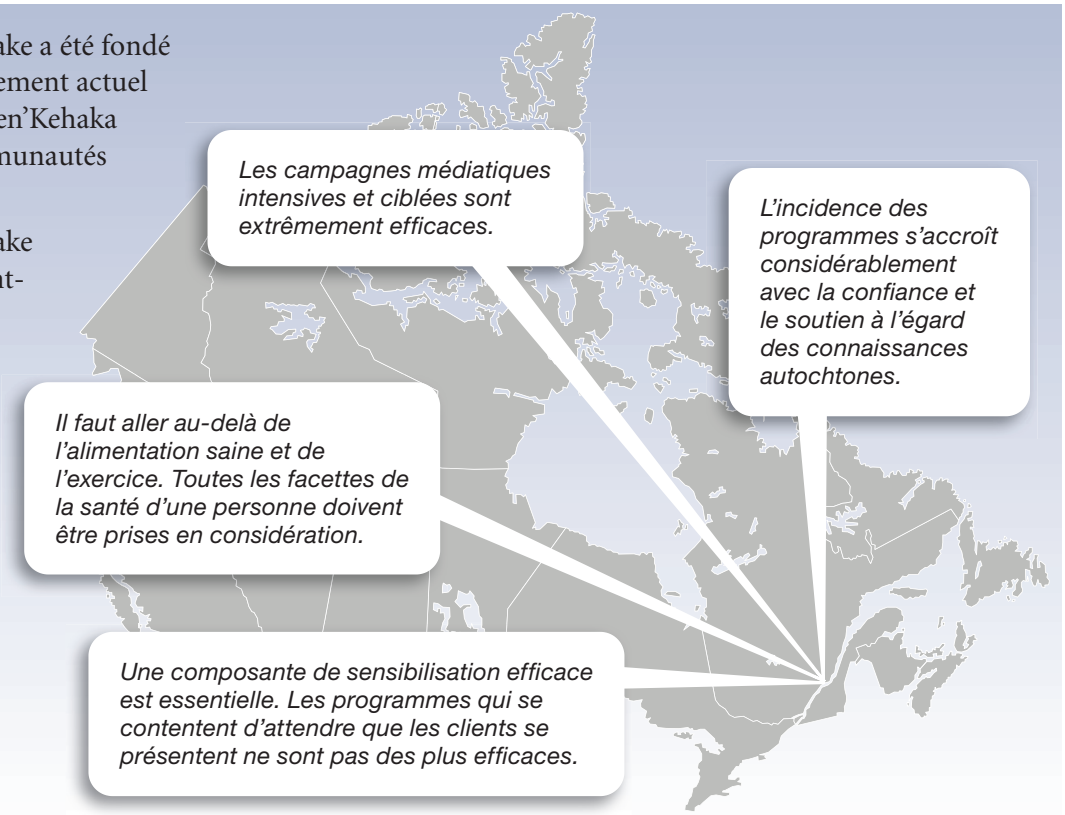
Le nom haisla qui désigne le village de Kitamaat est Tsee-Motsa, qui veut dire « plage aux chicots ».



TERRITOIRE MOHAWK DE KAHNAWAKE, QUÉBEC

Le Territoire mohawk de Kahnawake a été fondé en 1680 et il a établi à son emplacement actuel en 1716. Cette communauté Kanien'Kehaka (mohawk) est l'une des huit communautés qui forment la Nation mohawk.

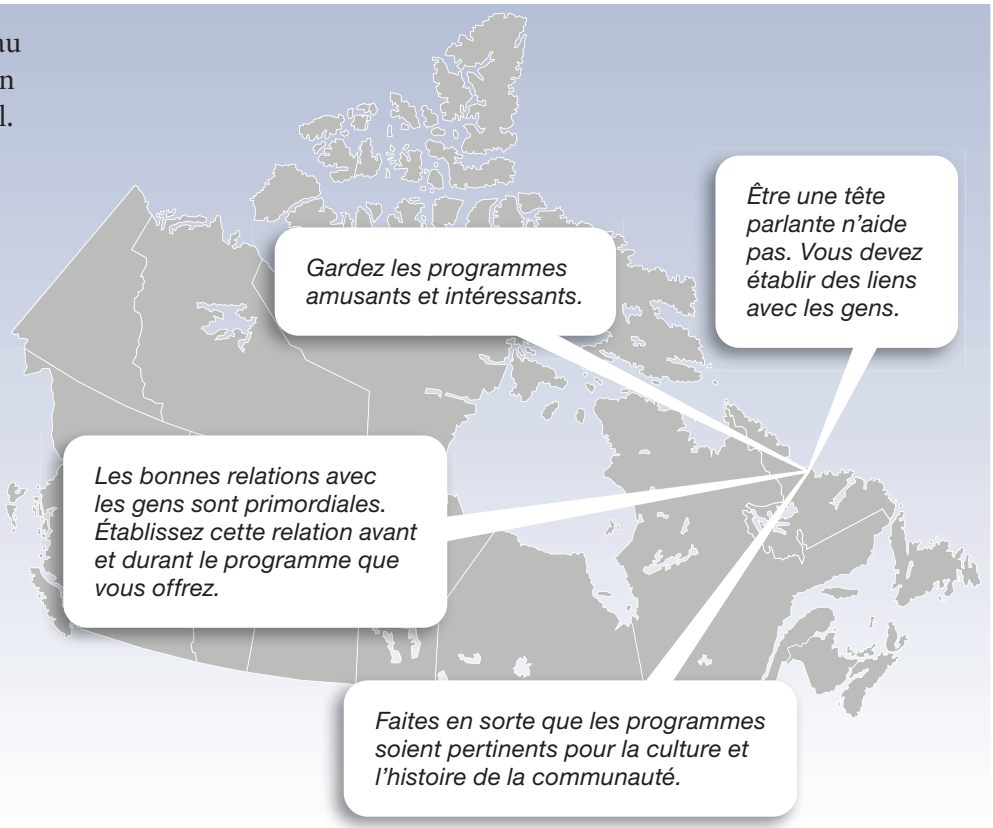
Le Territoire mohawk de Kahnawake est situé en bordure du fleuve Saint-Laurent, au sud de Montréal, Québec. Sa population est de 8000 personnes.



NUNATSIAVUT, TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR

Près de 7000 Inuits du Labrador vivent au Nunatsiavut, qui a été désigné en 2005 en vertu de l'accord de règlement territorial.

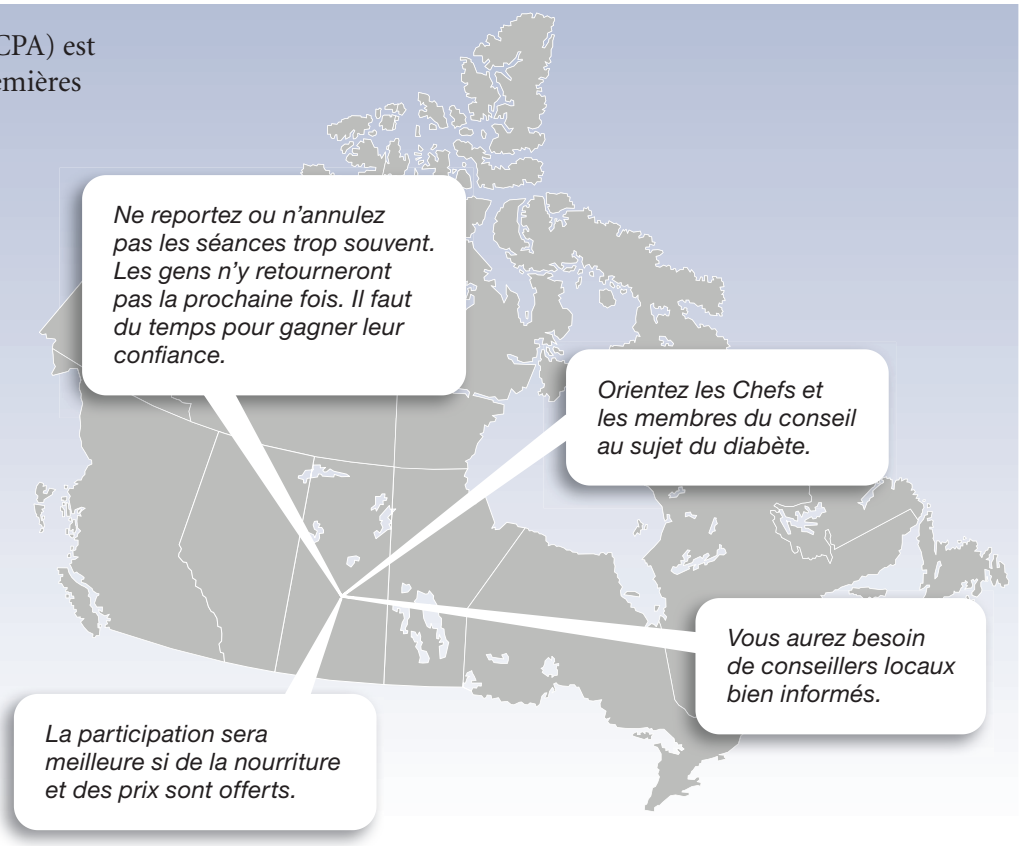
Les bureaux centraux du gouvernement du Nunatsiavut se trouvent à Nain. Les autres communautés du territoire de 72 000 km^2 sont Hopedale, Rigolet, Makkovik et Postville. Le ministère de la Santé du Nunatsiavut se trouve à Happy Valley–Goose Bay.



GRAND CONSEIL DE PRINCE ALBERT, SASKATCHEWAN

Le Grand conseil de Prince Albert (GCPA) est un conseil tribal qui représente 12 Premières nations du Centre et du Nord de la Saskatchewan.

Par l'intermédiaire du ministère de la Santé et du Développement social, des services financés par l'IDA ont été offerts à huit communautés des Premières nations : la Nation dakota de Wahpeton, la Nation crie de James Smith, la Nation crie de Montreal Lake, la Nation crie de Cumberland House, la Nation crie de Shoal Lake, la Nation crie de Red Earth, la Nation denesuline de Hatchet Lake et la Nation crie de Little Red River (de la bande indienne du Lac La Ronge).



SIX NATIONS DE LA RIVIÈRE GRAND, ONTARIO

La bande Six Nations de la rivière Grand est la Première nation la plus populeuse du Canada. Son territoire de 180 km^2 est situé près de Brantford, en Ontario. Plus de 22 000 personnes y vivent (dont la moitié dans la réserve). Les six nations sont : les Mohawks, les Oneidas, les Sénécas, les Onondagas, les Cayugas et les Tuscaroras.

ÉLÉMENTS COMMUNS

Bien que les activités dans les communautés sélectionnées aient varié, il était clair que des éléments communs sous-tendaient leur succès.

LES CLÉS DU SUCCÈS

- LEADERSHIP EFFICACE
- SOUTIEN ET ADHÉSION DE LA COMMUNAUTÉ
- PARTICIPATION DES AÎNÉS ET DES JEUNES
- INTÉGRATION DU TRADITIONNEL ET DU NOUVEAU
- ENSEIGNEMENT D'UNE MANIÈRE AMUSANTE ET ENRICHISSANTE
- COLLABORATION ET PARTENARIAT

METTRE À EXÉCUTION L'INITIATIVE SUR LE DIABÈTE CHEZ LES AUTOCHTONES

Partout dans les communautés du Canada, les Premières nations et les Inuits ont mis à exécution l'Initiative sur le diabète chez les Autochtones de façon efficace. Nous décrirons certaines de ces activités qui, comme vous le constaterez, démontrent les six clés du succès.

LEADERSHIP EFFICACE

- Dans chacune des communautés, il y avait au moins un chef de file influent – quelqu'un qui avait une vision quant à la façon de prévenir le diabète.
- Les chefs de file doivent habituellement faire preuve de persévérance pour concrétiser leur vision. Au début, ils sont peut-être les seuls à croire que leur vision a du mérite. Mais, ils persistent et réussissent à obtenir l'appui de la communauté.
- Les chefs de file efficaces, ceux qui ont changé leurs communautés, ressortaient du peloton. Chacun savait qui ils étaient et pouvait les voir jouer un rôle important et soutenu dans la prévention du diabète. Ces chefs de file servaient aussi de modèle à suivre, se nourrissant bien et se maintenant actifs.
- Certaines des personnes qui faisaient preuve de leadership étaient des travailleurs de la santé et, bien que certaines n'aient pas été membres de la communauté, elles montraient de l'intérêt et se comportaient comme si elles l'étaient.
- Dans d'autres situations, le chef de file pouvait être un Aîné de la communauté. Cela a été le cas dans la **Première nation d'Elsipogtog** (Nouveau-Brunswick). Un Aîné, diplômé du programme de formation de travailleur communautaire spécialisé dans la prévention du diabète du collège Yellowquill, a su comment faire participer la famille à l'apprentissage au sujet du diabète afin d'en faire une « affaire de famille ».
- Dans le cas de la **Première nation de la tribu des Blood** (Alberta), un promoteur de la santé communautaire a lu un article à propos d'une chaussure de course conçue pour les Autochtones. Il a communiqué avec l'entreprise pour voir si elle pouvait fabriquer un produit pour les personnes atteintes du diabète. Et elle l'a fait!

SOUTIEN ET ADHÉSION DE LA COMMUNAUTÉ

La prévention du diabète a d'abord été mise de l'avant par les dirigeants des communautés, pour ensuite être adoptée par l'ensemble des communautés. Partout dans les communautés, un message particulier refaisait surface : ***la communauté doit se charger du projet***.

Cet esprit de participation et de soutien de la communauté se voit au **Territoire mohawk de Kahnawake** (Québec), dans le cadre du Projet de prévention du diabète dans les écoles de Kahnawake (PPDEK). La variété d'activités menées dans le cadre du PPDEK est une indication de la coopération et du soutien qu'il

y a eu entre les différents secteurs. En plus de promouvoir l'alimentation saine dans les écoles, le projet a mis en place un sentier de marche communautaire en collaboration avec d'autres organisations locales. Les activités communautaires sont souvent axées sur l'école, comme les occasions où les parents sont invités à prendre un repas à l'école avec leurs enfants. Parmi les autres exemples, il y a les ateliers de cuisine traditionnelle pour les jeunes mères et les marches organisées.

Dans la **Première nation d'Elsipogtog** (Nouveau-Brunswick), la réouverture d'un centre de conditionnement physique a eu lieu grâce au financement de l'IDA. Ainsi, 293 personnes s'étaient inscrites au centre de conditionnement physique, en avril 2008. Le personnel du Centre de santé et de mieux-être a présenté les résultats d'une évaluation au Chef et au Conseil. Le Chef et le Conseil étaient tellement contents de l'utilisation qui était faite du Centre qu'ils se sont engagés à la soutenir à titre d'initiative communautaire. Un membre de la communauté a réparé gratuitement l'entrée rongée et endommagée du Centre de santé.

Au **village de Kitamaat** (Colombie-Britannique), le succès du programme sur le diabète est attribuable, en partie, à l'attention qui est portée aux intérêts de la communauté. Compte tenu de la grande popularité dont jouit le basket-ball dans le Nord de la Colombie-Britannique, un tournoi de basket-ball gratuit de deux jours a été organisé au village Kitamaat. Il avait été prévu de n'offrir que des choix de nourriture saine à la cantine du centre des loisirs. Des fonds ont donc été reçus de la fondation *Diabetes and My Nation* ainsi que d'autres sources afin de verser à l'équipe les 2000 $ qu'elle aurait normalement encaissés des ventes de la cantine. Il a quand même fallu faire preuve d'un peu de souplesse pour garder les patates frites que la communauté aime bien manger pendant les joutes de basket-ball. La cantine a accepté d'ajouter des choix plus sains à son menu et ceux qui ont opté pour la nourriture plus saine courraient la chance de gagner des prix. De plus, la station radio qui diffusait les matchs du tournoi présentait de l'information sur les ondes à propos du diabète durant les pauses.

PARTICIPATION DES AÎNÉS ET DES JEUNES

On a constaté que les Aînés et les jeunes pouvaient jouer d'importants rôles dans la prévention du diabète.

Les Aînés ont souvent une grande influence au sein de la communauté et peuvent donc en modifier le comportement. Les jeunes peuvent également avoir un effet favorable en tant que modèles à suivre pour les jeunes des Premières nations et inuits, et ils peuvent aussi influencer leurs parents.

Au **village Kitamaat** (Colombie-Britannique), on peut voir des jeunes apprendre des personnes plus âgées – et vice-versa. Par exemple, un cercle sur le diabète destiné à des jeunes écoliers était animé par des Aînés atteints du diabète. Les organisateurs savaient que les enfants écouteraient les Aînés, parce que c'est un comportement que leurs parents leur avaient inculqué.

Il y a aussi des exemples de jeunes personnes qui ont influencé leurs parents. L'un de ces exemples se voit lorsqu'une mère va faire ses emplettes à l'épicerie avec son fils. Ayant appris à l'école que le brocoli avait une grande valeur nutritive, l'enfant demanda à sa mère d'acheter le légume. Lorsqu'elle mentionna qu'elle ne savait

pas comment le faire cuire, son fils lui expliqua que, bien qu'il pouvait être cuit, on pouvait aussi le manger cru. Le brocoli fut ajouté au menu de la famille.

La Première nation de Barren Lands (Manitoba) offre un programme de marche pour les enfants et un autre pour les Aînés. Des marches supervisées de la communauté jusqu'à l'aéroport (à une distance d'environ un demi-kilomètre) ont été organisées pour les enfants. Des marches plus courtes dans la communauté permettent aux Aînés de faire de l'exercice et de socialiser.

À l'occasion d'un colloque tenu récemment au **Nunatsiavut** (Terre-Neuve-et-Labrador), le conseil des jeunes a choisi le diabète comme l'un des sujets de discussion de l'événement annuel. Deux Aînés de chaque communauté étaient également présents. La séance d'une journée comprenait des méthodes d'enseignement, comme des jeux pour illustrer ce qu'est la résistance à l'insuline et des sketchs pour montrer ce qu'on avait appris sur la prévention du diabète.

Après la séance, un jeune participant a déclaré : « les Aînés étaient vraiment bien. Ils ont participé avec nous et ils étaient amusants. Ils avaient l'air tellement heureux lorsqu'ils nous racontaient des choses du passé dont ils se souvenaient, comme la chasse au caribou. Ils nous ont dit comment les choses étaient avant – par exemple, comment ils mangeaient – et j'ai beaucoup appris d'eux. »

INTÉGRATION DU TRADITIONNEL ET DU NOUVEAU

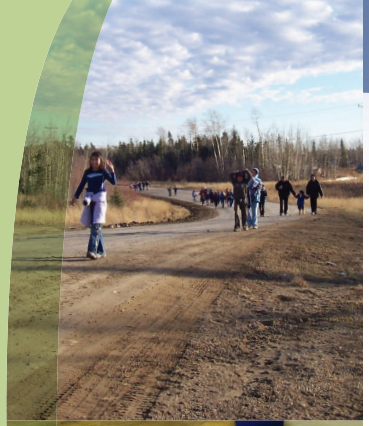
Toutes les communautés sélectionnées se sont inspirées de leurs traditions culturelles pour concevoir et exécuter les programmes et les projets de prévention du diabète. Ils y ont aussi incorporé des nouvelles activités qui plaisent aux jeunes.

On peut le constater dans la communauté inuite de **Clyde River** (Nunavut), où les activités comprennent des initiatives destinées aux jeunes, de même que des pratiques de chasse et de pêche traditionnelles.

Par exemple, les chasseurs invitent souvent des personnes de la communauté à prendre part à des voyages de chasse. Bien que des produits d'épicerie soient apportés comme denrées de réserve au cours de ces voyages, les aliments du repas doivent provenir de la terre. À leur retour, ces groupes partagent leur nourriture avec la communauté en la disposant devant les maisons des gens et en lançant une invitation à la radio locale.

Pour les jeunes, le Clyde River Sea Slugs Hip Hop Group incorpore des éléments de la culture inuite dans ses danses, et la majorité de leurs danses sont conçues pour raconter une histoire. L'an dernier, près de 60 jeunes de la région ont participé au groupe. Les répétitions ont lieu trois fois par semaine, et des goûters-santé sont servis au cours de la pause.

Sur le **Territoire mohawk de Kahnawake** (Québec), le programme Making Adult Decisions (MAD) fait la promotion des modes de vie sains et de la prévention du diabète en initiant les jeunes gens aux pratiques mohawks traditionnelles. MAD utilise des marches médicinales comme moyen d'offrir aux jeunes des possibilités d'apprentissage pratique. Le programme les initie également aux aliments traditionnels dans le cadre d'ateliers de cuisine conçus pour enseigner l'alimentation saine. MAD mise sur les pierres angulaires de l'IDA et utilise un cadre holistique pour la promotion de la santé et la prévision du diabète.



Au **village de Kitamaat** (Colombie-Britannique), les Aînés et les jeunes se sont réunis pour un événement réussi au cours duquel des Aînés ont emmené des jeunes en voyage de pêche. Les jeunes qui n'étaient pas familiers avec les pratiques traditionnelles, dont la pêche, en ont appris beaucoup ce jour-là de la part des Aînés, sur la bonne alimentation. Les Aînés ont discuté de leur histoire et des méthodes traditionnelles de pêche. Les jeunes ont pêché et évidé le poisson. Par la suite, on leur a montré comment faire cuire le poisson, qui a ensuite été servi à leurs familles. La communauté compte maintenant en faire une activité régulière – et prévoit construire un fumoir afin que les jeunes apprennent comment fumer le poisson selon la méthode traditionnelle.

Dans la **Première nation de Barren Lands** (Manitoba), la cueillette de baies est une activité traditionnelle très populaire. La travailleuse communautaire en prévention du diabète loue un bateau afin d'emmener des gens de tous âges à des endroits où la cueillette de baies est particulièrement bonne en bordure du lac de l'endroit. Elle offre aussi un goûter-santé. Cette activité est très appréciée de la communauté parce qu'elle combine exercice physique et socialisation. La travailleuse en prévention du diabète incorpore des discussions sur la valeur nutritive des baies dans les discours qu'elle adresse aux femmes enceintes.

Dans la bande **Six Nations de la rivière Grand** (Ontario), la danse traditionnelle a été introduite dans le programme de prévention du diabète – avec un « twist »! Des danseurs traditionnels montrent aux jeunes comment danser la « Danse de la fumée » – et en retour, les jeunes ont montré aux danseurs comment suivre un pas de danse sur une console de jeu vidéo.

ENSEIGNEMENT D'UNE MANIÈRE AMUSANTE ET ENRICHISSANTE

Tout le monde est d'accord – les programmes de prévention du diabète fonctionnent mieux lorsqu'ils sont amusants et qu'ils tiennent compte de la vie courante des gens.

Un exemple de ce que font les travailleurs communautaires afin de rendre les activités destinées aux enfants amusantes et nouvelles se voit au sein de la bande **Six Nations de la rivière Grand** (Ontario). Les travailleurs communautaires demandent aux enfants de mettre des poulets en caoutchouc dans un parachute. Les enfants tirent les rebords jusqu'à ce que la toile soit tendue et, faisant basculer le parachute de haut en bas, essaient de faire voler les poulets. Les enfants jouent aussi à un autre jeu où ils doivent se passer les poulets les uns aux autres dans une course à relais.

À **Rigolet**, Terre-Neuve-et-Labrador, des soirées de danse carrée ont lieu les vendredis pour les familles, et les samedis soirs pour les adultes. La danse carrée est une activité qui plaît à toute la famille. Une résidente de Rigolet, qui a porté un podomètre à une occasion, n'en revenait pas du nombre de pas qu'elle avait faits en dansant.

Le **Grand conseil de Prince Albert** (Saskatchewan), travaille avec une troupe de théâtre autochtone de Saskatoon pour créer une vidéo humoristique avec un message sur la vie avec le diabète. Utilisant des acteurs des Premières nations, le message ciblera les adultes et leurs familles et sera aussi utilisé dans les écoles secondaires. La vidéo a pour but de stimuler la discussion sur le diabète.

Dans la **Première nation de Barren Lands** (Manitoba), les classes de cuisine sont non seulement un moyen d'en savoir plus sur la bonne alimentation, mais aussi un moyen de s'amuser. La dimension sociale de ces classes est importante pour les femmes et les hommes qui y prennent part. Par exemple, pendant que les aliments cuisaient, les participants prenaient part à des activités comme le bingo de la nutrition.

Dans la **Première nation d'Elsipogtog** (Nouveau-Brunswick), les soirées familiales sont un bon moyen d'inciter les personnes à penser au diabète sans se sentir jugées ou contraintes. Le slogan pour ces séances est « Olatin-Oleasin-NaOleeteseg » (mangez bien – soyez bien – vivez bien). Environ 40 membres de familles prennent habituellement part à ces rassemblements qui comprennent non seulement des présentations sur le diabète, mais aussi des jeux de soutien et des goûters-santé.

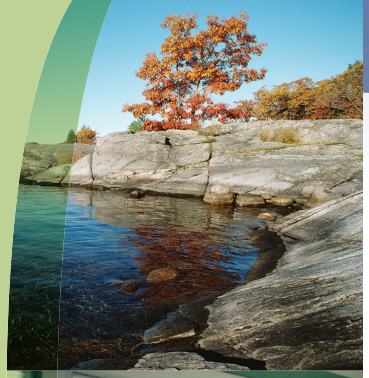
COLLABORATION ET PARTENARIATS

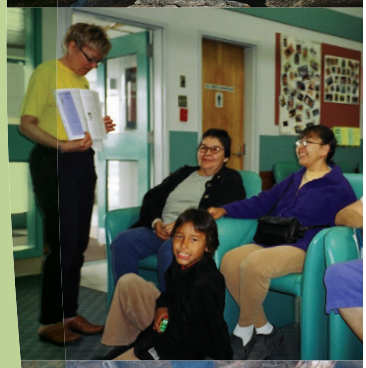
Une clé essentielle au succès dans les communautés concernant le diabète a été le sens d'engagement envers la cause. La volonté de collaborer et de travailler en partenariat – tant au sein de la communauté qu'à l'extérieur – s'est avérée très importante.

On peut le constater dans le cas de la **Première nation de la tribu des Blood** (Alberta), où un comité sur les modes de vie sains est chargé de planifier et de mettre en œuvre des initiatives de prévention du diabète. Le comité utilise une approche qui nécessite la mobilisation et la coordination des ressources de la communauté et de personnel. Cette approche a permis à des programmes et des organismes qui partagent des buts communs de travailler ensemble. Un partenariat entre l'équipe de promotion de la santé et le personnel scolaire a mené à des changements dans le menu de toutes les écoles de la communauté. Ces menus sont revus mensuellement, et les choix au menu dont la teneur en graisses saturées et en calories vides était élevée ont été remplacés par des choix plus sains.

Le **Grand conseil de Prince Albert** (Saskatchewan) croit en la valeur de la collaboration externe. Le conseil met à contribution des hôpitaux et des autorités de la santé de l'extérieur de la communauté dans le cadre d'un partenariat qui a permis d'améliorer les procédures nécessaires à la documentation du diabète gestationnel. Ces procédures assurent la continuité et l'uniformité des soins offerts aux membres de la communauté.

Au **village de Kitamaat** (Colombie-Britannique), les dirigeants de la communauté ont réussi à trouver des partenaires qui peuvent les aider relativement à la prévention du diabète et aux soins à apporter aux personnes vivant avec le diabète. Cela comprend la Northern Health Authority du gouvernement provincial, qui travaille avec la communauté afin de fournir des ressources, de partager les tâches de planification et d'appuyer des nouvelles initiatives. Ce partenariat a également permis d'améliorer les services d'aiguillage et les communications avec les praticiens de la santé.





CONCLUSION

Les exemples que nous vous avons présentés dans ce rapport donnent une bonne idée des projets sur le diabète qui ont bien fonctionné dans les communautés des Premières nations et inuites. Et ce ne sont que les points saillants – bien d'autres activités et projets innovateurs sont en cours dans des communautés partout au pays.

Ces exemples montrent ce qui a été fait avec l'aide de l'Initiative sur le diabète chez les Autochtones et ce que d'autres communautés peuvent faire.

Le partage de ces connaissances permettra à d'autres communautés autochtones du Canada d'en tirer profit afin de faire avancer la prévention et les soins du diabète.

Un dernier point à ne pas oublier : ***apprenez à connaître votre communauté.***

Toutes les activités et tous les projets décrits dans le présent rapport sont à l'image de communautés uniques. Ces activités ont fonctionné, en grande partie, parce qu'elles ont été adaptées à la culture, aux intérêts et aux besoins de chacune de ces communautés.

Nous aimerions remercier toutes les communautés mentionnées dans le présent rapport d'avoir partagé une petite partie de leur histoire.

Les communautés des premières nations et inuites ont démontré ce qui pouvait être fait pour réduire l'incidence du diabète.

Avec l'aide de l'initiative sur le diabète chez les autochtones, les travailleurs de la santé, les dirigeants et les membres des communautés ont fait une différence concrète dans la promotion d'habitudes de vie saine et la modification profitable de l'environnement!