

Rapport d'impact

2021-2022

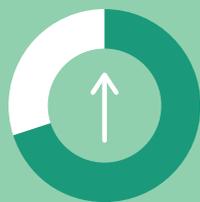
Depuis plus de 50 ans, nous soutenons la population canadienne à être active et en santé

ParticipACTION, en tant que chef de file canadien fiable et reconnu en matière d'activité physique, aide les Canadiens et les Canadiennes à faire de l'activité physique un élément essentiel de leur quotidien. L'année 2021 a marqué le 50e anniversaire de ParticipACTION, mais cette période a également été ponctuée de vagues pandémiques qui ont sapé le bien-être physique et mental de la population. Notre message est devenu plus important que jamais : l'activité physique est une nécessité de la vie, et l'une des choses les plus importantes que nous pouvons faire pour être en bonne santé physique et mentale!

Nous avons continué de miser sur le leadership et la collaboration avec des partenaires gouvernementaux et non gouvernementaux pour soutenir un rétablissement actif et de saines habitudes de vie dans le futur. Nous avons rejoint et mobilisé davantage de gens au pays grâce à nos initiatives qui visent à favoriser le bien-être mental et le sentiment d'appartenance. Plus important encore, nous avons constaté une augmentation de l'activité physique.



ParticipACTION a réussi à rejoindre et à mobiliser plus de personnes que jamais, ce qui illustre notre pertinence et notre impact.



70 % d'augmentation du nombre de Canadiennes et de Canadiens rejoints (par cumul) par nos initiatives par rapport à 2020-2021 (63,24 M en 2021-2022; 37,29 M en 2020-2021)



54 % d'augmentation de la mobilisation (minutes individuelles enregistrées) dans le cadre de nos initiatives par rapport à 2020-2021 (1 489 195 en 2021-2022; 965 878 en 2020-2021)



58 % des Canadiens et des Canadiennes qui participent à nos initiatives nous considèrent comme pertinents pour leur santé et leur bien-être (une augmentation de 10 % par rapport à 2020-2021)

Les initiatives inclusives et attrayantes de ParticipACTION ont aidé les gens qui y ont participé à augmenter leur activité physique, ce qui a stimulé en retour leur santé mentale et leur sentiment d'appartenance à la communauté.



53 % des utilisateurs de l'appli ont considérablement augmenté leur activité physique, mentionnant avoir augmenté en moyenne de 53 minutes leur activité physique d'intensité moyenne à élevée au cours de leur premier mois d'utilisation.



29 % des utilisateurs de l'appli qui étaient physiquement inactifs au moment de leur inscription ont considérablement amélioré leur activité physique, mentionnant avoir augmenté en moyenne de 105 minutes leur activité physique d'intensité moyenne à élevée au cours de leur premier mois d'utilisation.



90 % des Canadiens et des Canadiennes sont d'accord pour dire que l'activité physique est importante pour améliorer l'humeur (50 % se sont dit tout à fait d'accord).



69 % des Canadiens et des Canadiennes ayant participé au Défi Ensemble, tout va mieux mentionnent avoir un sentiment d'appartenance à la communauté plus fort.

ParticipACTION a mobilisé la population canadienne et les organismes pour faire avancer la discussion sur le problème de l'inactivité physique, ce qui a créé un sentiment d'urgence et encouragé les décideurs à fixer des priorités.



81 % des Canadiens et des Canadiennes étaient d'accord pour dire que l'inactivité physique est un problème urgent au Canada.



75 % des Canadiens et des Canadiennes étaient d'accord pour dire que le gouvernement du Canada devrait contribuer à améliorer le niveau d'activité physique de la population canadienne.



87 % des organismes du secteur étaient d'accord pour affirmer que ParticipACTION améliore et partage les connaissances sur les enjeux liés à l'activité physique et au comportement sédentaire.

Pleins feux sur l'engagement communautaire

Défi Ensemble, tout va mieux

Le Défi Ensemble, tout va mieux 2021 de ParticipACTION, avec le soutien de Saputo à titre de partenaire principal, a été de retour après une année sans pareille pour unir les communautés de partout au pays et les inspirer à être actives.



Plus de 1 700 communautés

ont rivalisé pour le titre de la Communauté la plus active du Canada.



95 % des personnes qui utilisent l'appli de ParticipACTION

ont entrepris des actions, notamment en augmentant leur nombre de pas, pour être plus actifs et moins sédentaires.



Plus de 376 000 personnes et 2 000 organismes

se sont inscrits au défi.



Plus de 600 000 \$ en subventions

ont été accordés à plus de 1000 organismes communautaires de chaque province et territoire.

Accueil À propos Nous joindre

MONTRÉAL PHYSIQUEMENT ACTIVE AÎNÉS ADOS FAMILLES ADULTES RÉPERTOIRE

Restez actif avec Sports Montréal!
Cours de conditionnement physique disponibles en tout temps sur la chaîne Youtube de Sports Montréal. Gratuit

L'appli de ParticipACTION est l'appli qui fait bouger le monde!
Du contenu motivant pour vous aider à rester actif et en santé que vous soyez un habitué du gym ou que vous commenciez à faire de l'exercice. Vidéos d'exercices, trucs et conseils sont à votre disposition. Faites le suivi de vos minutes d'activité et courrez la chance de gagner des prix hebdomadaires, mensuels et trimestriels! Gratuit

Carte interactive des espaces aquatiques à Montréal
Choisissez votre secteur et vérifiez en un clic l'accessibilité des jeux d'eau, des patinoires et piscines ainsi que des plages.

EN SAVOIR PLUS EN SAVOIR PLUS EN SAVOIR PLUS



Pleins feux sur la participation en ligne

Défis dans l'appli

L'appli de ParticipACTION a continué de voir son nombre d'utilisateurs et d'utilisatrices grimper (**284 000 utilisateurs inscrits et plus**), et d'offrir une expérience de première qualité grâce à du contenu informatif qui incite à bouger davantage, peu importe le niveau d'activité physique. En 2021, nous avons lancé une série de six défis ponctuels dans l'appli afin d'augmenter la participation des gens et de susciter leur intérêt pour l'appli.



En 2021-2022,
plus de 65 000 personnes

ont participé de façon individuelle à au moins un des six défis dans l'appli, ce qui a permis d'enregistrer **plus de 544 millions de minutes actives!**



80 % des personnes ayant participé à un des défis

ont mentionné que les défis les avaient motivés à intégrer davantage d'activité physique dans leur quotidien.



24 % des personnes ayant participé à un des défis

ont augmenté d'au moins 60 minutes leurs minutes actives au cours des deux premières semaines suivant la fin d'un défi.

Pleins feux sur le leadership éclairé

Bulletin de l'activité physique chez les adultes

L'édition 2021 du Bulletin de l'activité physique chez les adultes de ParticipACTION constitue une synthèse complète de la documentation et des enquêtes nationales dans le domaine de l'activité physique, du loisir et du sport. Au-delà des notes et des données probantes, le Bulletin de cette année a examiné l'impact de la pandémie et a illustré les défis et les possibilités qui se sont présentés aux Canadiens et aux Canadiennes qui souhaitent être plus physiquement actifs.



La campagne d'exposition médiatique gagnée a généré **plus de 151 millions d'expositions,**

ce qui a aidé à attirer plus de 15 000 personnes vers le site Web pour lire le rapport.



76 % des organismes du secteur

qui ont lu le Bulletin ont déclaré avoir appris quelque chose de nouveau par rapport aux sujets liés à l'activité physique, à la sédentarité et aux comportements qui influencent le sommeil.



Plus de 50 % des Canadiens et des Canadiennes

ont effectué des changements à la suite de leur lecture du Bulletin (c.-à-d. qu'ils ont accordé une plus grande place à l'activité physique dans leur quotidien).

Pleins feux sur la mobilisation du public

Bouge pour ton moral

La deuxième campagne annuelle Bouge pour ton moral a encouragé les gens à bouger pour profiter des bienfaits que cela procure sur la santé mentale pendant les mois les plus sombres et les plus froids de l'année, une période où de nombreuses personnes ressentent le « blues de l'hiver ». Grâce à un partenariat avec l'Association canadienne pour la santé mentale, cette campagne a permis de sensibiliser les gens sur le lien qui existe entre la santé mentale et l'activité physique.



« Bouge pour ton moral » a été mentionnée dans 158 publications dans les médias et a généré **plus de 30 millions d'expositions.**



90 % des gens sont d'accord pour dire que la participation à des activités physiques contribue grandement à améliorer l'humeur.

La force de la marque ParticipACTION

Notre image de marque est l'un de nos meilleurs atouts pour promouvoir nos initiatives de mobilisation et nos activités qui démontrent notre leadership éclairé. Notre 50e anniversaire a été l'occasion tout indiquée de célébrer et promouvoir ParticipACTION, et de renforcer notre position de chef de file national en matière d'activité physique en tant qu'organisme bien connu et apprécié au pays.



90 % des Canadiens et des Canadiennes connaissent ParticipACTION



94 % des Canadiens et des Canadiennes

sont d'accord pour dire que nous sommes une source d'information crédible; et 93 % sont d'accord pour dire que nous sommes un organisme canadien passionné par la promotion de l'activité physique.



81 % des Canadiens et des Canadiennes

sont d'accord pour dire que ParticipACTION fait figure de leader pour inciter les gens à bouger plus et à réduire le temps sédentaire.

Un grand merci à nos partenaires

Canada

Terre
Neuve
et
Labrador

Ontario
Trillium
Foundation



Fondation
Trillium
de l'Ontario

Saskatchewan

Saputo

sonnet
ASSURANCE

Yukon
PLUS GRAND QUE NATURE