

Comment les gouvernements peuvent-ils amener les enfants et les jeunes à être plus actifs?

Il est évident que les mesures nécessaires prises au plus fort de la pandémie ont eu une incidence sur les comportements en matière de mouvement chez les enfants et les jeunes partout au pays. Comment s'y prendre pour assurer à nos enfants un avenir sain et actif?

L'édition 2022 du Bulletin sur l'activité physique chez les enfants et les jeunes de ParticipACTION contient un certain nombre de recommandations à l'intention des gouvernements.



Ensemble de l'activité physique



Continuer d'affecter du financement pour le suivi de l'activité physique chez les enfants et les jeunes par province et territoire.



Augmenter les efforts pour promouvoir la santé est nécessaire pour faire face à la baisse de l'activité physique liée à la COVID-19, en particulier chez les groupes dignes d'équité, lesquels ont été touchés de façon disproportionnée.



Offrir des ressources durables et élaborer des politiques pour promouvoir et mettre en œuvre les *Directives en matière de mouvement sur 24 heures*.

Comportements sédentaires



Augmenter les efforts pour promouvoir la santé est nécessaire afin d'aider les familles à renverser cette hausse du temps consacré aux écrans en raison des restrictions liées à la pandémie.



Exiger que les fabricants d'appareils avec écran indiquent sur les étiquettes de leurs produits les effets néfastes potentiels liés à une utilisation excessive.

Transport actif



Créer une culture du transport actif. Cela peut s'agir d'atténuer les préoccupations des parents en matière de sécurité (p. ex., être heurté par un véhicule à moteur) en les informant des faibles risques encourus.



Utiliser une approche de marketing social pour promouvoir le transport actif et mettre en place les infrastructures qui aideront les familles à l'adopter.



Continuer à augmenter les dispositifs de contrôle de la circulation (p. ex., les feux de circulation, les panneaux, les passages pour piétons), à imposer des vitesses plus basses autour des écoles et à renforcer la supervision (les brigadiers scolaires) pour assurer la sécurité.

Jeu actif



Investir dans des espaces de jeu actif gratuits (surtout à l'extérieur) pour les familles avec des enfants de tous âges.



Soutenir la participation des familles aux activités sportives et récréatives.



Pour en savoir plus, consultez le [Bulletin de l'activité physique chez les enfants et les jeunes de ParticipACTION](#).