



Jeunes  
en forme  
CANADA

# ÉCHAPPER LA BALLE

BULLETIN CANADIEN DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE  
CHEZ LES JEUNES

2005



## Remerciements

Nous tenons à remercier tous ceux et celles qui ont contribué à l'élaboration du Bulletin canadien de l'activité physique chez les jeunes 2005 de Jeunes en forme Canada. Les voici, en ordre alphabétique :

Michelle Brownrigg	Jeunes en forme Canada
Oded Bar-Or	McMaster University
Rick Bell	University of Victoria
Jean Côté	Queen's University
Cora Craig	Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie
Allan Fein	University of Toronto
Graham Fishburne	University of Alberta
Larry Frank	University of British Columbia
Lise Gauvin	Université de Montréal
Peter Katzmarzyk	Queen's University
Bruce Kidd	University of Toronto
Robert Malina	Tarleton State University
Thomas McKenzie	San Diego State University
Stéphanie Plante	University of Windsor
Ron Plotnikoff	University of Alberta
Thomas Rowland	Baystate Medical Centre
James Sallis	San Diego State University
Stephen Samis	Fondation des maladies du cœur du Canada
Mark Tremblay	University of Saskatchewan
Doug Willms	University of New Brunswick

Nous tenons aussi à remercier les organismes suivants pour leur appui financier à ce Bulletin 2005 : la Fondation des maladies du cœur du Canada, Kellogg Canada et l'Institut de recherche en santé du Canada.



**À la conquête de solutions.**

Enfin, nous voulons témoigner notre gratitude aux organismes suivants pour leur appui dans la promotion du Bulletin 2005 : l'Association canadienne de santé publique, la Coalition pour la vie active, YMCA Canada, la Société canadienne du cancer, l'Association canadienne du diabète et les Clubs Garçons et Filles du Canada.

## Table des matières

	page
<b>Introduction</b> : Note globale du Canada	2
Processus d'élaboration du bulletin	3
Méthodologie de recherche et sources des données	5
<b>Catégories :</b>	
▪ Activité et inactivité physique	7
▪ Famille	12
▪ Environnement local	13
▪ Milieu scolaire	15
▪ Politiques	17
▪ Santé	19
<b>Prochaines étapes</b> : Travaillons ensemble pour améliorer nos notes	22
Références	23

## Introduction :

### Note globale du Canada : **D**

Le premier Bulletin annuel, publié par Jeunes en forme Canada, trace un portrait global des comportements face à l'activité physique et des possibilités qu'ont nos jeunes de faire de l'exercice là où ils vivent, jouent et étudient. Le portrait est sombre et illustre clairement les effets insidieux de l'inactivité sur la santé de nos enfants.

Le Canada a échappé la balle. Les enfants et les adolescents canadiens ne sont pas assez actifs chaque jour pour réaliser leur plein potentiel de croissance et de développement. Moins de la moitié de nos jeunes ne dépensent pas assez d'énergie pour maintenir un poids-santé et développer leurs capacités cardiaques, pulmonaires, musculaires et osseuses.

Si nous tenons compte également des effets positifs de l'activité physique sur l'épanouissement social et émotionnel, il est clair que nous mettons en péril l'état de santé général des prochaines générations.

C'est pourquoi Jeunes en forme Canada a décidé d'élaborer un bulletin annuel qui présente une évaluation détaillée périodique de notre capacité à prendre collectivement nos responsabilités afin d'assurer à nos jeunes des occasions de faire de l'activité physique.

Nous identifierons les carences en information, en politiques et en pratiques, et partagerons nos connaissances afin de parvenir à des solutions concrètes.

Les connaissances tirées de ces Bulletins annuels serviront à l'élaboration de meilleurs programmes, de meilleurs messages et de meilleures politiques.

#### Ce que nous savons :

- On remarque une hausse alarmante de l'obésité infantile, qui laisse prévoir une augmentation dramatique du diabète de type 2 et de facteurs de risque associés à plusieurs autres maladies chroniques.
- Dans plusieurs catégories, les filles et les garçons de familles à faible revenu sont les plus vulnérables.
- Les jeunes ont besoin de bouger plus et d'être moins souvent assis. On constate une baisse de l'activité physique quotidienne et une augmentation du temps passé devant la télé et l'ordinateur.
- Les occasions de faire de l'activité physique à la maison, à l'école et dans le quartier sont insuffisantes et inéquitables. Les politiques et programmes manquent de ressources et d'organisation.

#### Ce qu'il nous faut :

- Des données nationales constantes sur la quantité et la qualité des occasions d'activité physique offertes à nos jeunes chez eux, à l'école et dans leur quartier.
- Des données nationales pour savoir si nos localités sont propices à la pratique d'activités physiques chez les jeunes et comment faire pour qu'elles le soient.

- Une évaluation précise des sommes que le gouvernement fédéral consacre à l'échelle du pays aux stratégies d'activité physique pour les jeunes et une évaluation précise des progrès liés aux stratégies en place.
- Un portrait de l'activité physique des jeunes au sein des différents segments de la population, notamment en milieu rural et dans les communautés autochtones.

Ce ne sont là que quelques exemples des activités de recherche et de suivi qui nécessitent une amélioration. Nous devons savoir comment offrir à nos jeunes de meilleures possibilités de faire de l'activité physique. Nous devons obtenir des données plus à jour et plus complètes et avoir accès aux données en cours pour que chaque Bulletin annuel reflète notre situation et les mesures à prendre. Nous devons, collectivement, être tenus responsables de l'inactivité physique chez les jeunes Canadiens et travailler ensemble au règlement rapide de cette crise.

### Processus d'élaboration du bulletin

Ce Bulletin a été amorcé dans le cadre du *National Physical Activity Symposium*, une rencontre réunissant des spécialistes et des universitaires de diverses disciplines en lien avec l'activité physique chez les jeunes.

Parmi les participants à ce symposium, on retrouvait un *conférencier* et un *répondant* pour chacun des secteurs de recherche suivants :

#### Activité et inactivité physique

---

**Conférencier** : Mark Tremblay, Statistique Canada

**Répondant** : Peter Katzmarzyk, Queen's University

---

#### Effets sur la santé de l'inactivité physique

---

**Conférencier** : Oded Bar-Or, McMaster University

**Répondant** : Tom Rowland, Baystate Medical Centre

---

#### Famille et environnement

---

**Conférencier** : Jim Sallis, San Diego State University

**Répondant** : Ron Plotnikoff, University of Alberta

---

#### Éducation

---

**Conférencier** : Thomas McKenzie, San Diego State University

**Répondant** : Graham Fishburne, University of Alberta

---

#### Infrastructures locales

---

**Conférencier** : Larry Frank, University of British Columbia

**Répondant** : Jean Côté, Queen's University

---

#### Influences culturelles et socio-économiques

---

**Conférencier** : Robert Malina, Tarleton State University

**Répondante** : Lise Gauvin, Université de Montréal

---

#### Politiques gouvernementales

---

**Conférencier** : Bruce Kidd, University of Toronto

**Répondant** : Rick Bell, University of Victoria

---

Pour chacune de ces sept catégories, le conférencier résumait les données scientifiques et proposait un certain nombre d'indicateurs. Le répondant, de son côté, fournissait des données complémentaires et des opinions et suggestions en lien avec ces indicateurs. Suivait une discussion animée par Cora Craig, de l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, qui suscitait l'apport de tous les participants pour parvenir à l'élaboration d'une liste d'indicateurs possibles.

Les discussions se sont poursuivies après le symposium. Elles ont porté sur l'analyse des données disponibles, les méthodes et ressources pour la collecte de l'information et la révision des indicateurs proposés.

Les catégories de recherche identifiées lors du symposium ont été raffinées de façon à mieux adapter les données au format de bulletin que vous trouverez dans les pages qui suivent.

Le *National Physical Activity Symposium* a servi de point de départ à l'élaboration du premier Bulletin annuel canadien de l'activité physique chez les jeunes de Jeunes en forme Canada. Il a également contribué à orienter les prochaines éditions annuelles du Bulletin et à identifier les nouveaux secteurs à analyser. Vous pouvez consulter les actes du symposium à [www.jeunesenforme.ca](http://www.jeunesenforme.ca).

Plusieurs des indicateurs identifiés lors du symposium n'ont pu être évalués adéquatement faute de données nationales suffisantes. Les indicateurs qui exigeaient d'être clarifiés n'ont pas été retenus pour le Bulletin 2005 et feront l'objet de nouvelles discussions lors de la planification des prochaines éditions du Bulletin.

Dans les cas où nous avons une idée précise des points à évaluer, sans pour autant disposer de toutes les données pour le faire, nous avons indiqué la mention « INC », pour « incomplet ». Ces indicateurs ont été inclus dès maintenant car il nous semblait clair, à la lumière des données dont nous disposions, qu'ils avaient une influence sur le niveau d'activité physique des jeunes, sans que nous puissions cependant leur accorder une note précise.

Les notes décernées dans ce Bulletin se fondent sur des données actuellement disponibles. Vous trouverez les sources dans la section suivante.

Le Bulletin 2005 porte sur les catégories et indicateurs suivants :

<b>Catégorie</b>	<b>Indicateurs</b>
Activité / inactivité physique	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Niveau d'activité</li><li>■ Temps devant l'écran</li><li>■ Pratique de sports</li></ul>
Famille	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Activité physique en famille</li><li>■ Incitation à être actifs</li></ul>
Environnement local	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Programmes accessibles et de qualité</li><li>■ Infrastructures locales</li></ul>

Milieu scolaire	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Cours d'éducation physique tous les jours</li><li>▪ Personnel formé</li><li>▪ Possibilités d'activité physique à l'école</li></ul>
Politiques	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Stratégies et investissements fédéraux</li><li>▪ Stratégies et investissements provinciaux, territoriaux et municipaux</li></ul>
Santé	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Embonpoint / Obésité</li><li>▪ Facteurs de risque de maladies chroniques</li></ul>

Vous trouverez dans les pages qui suivent une description plus détaillée de ces indicateurs. Dans certains cas, il nous a été possible d'étudier les disparités fondées sur le sexe ou la situation socio-économique.

Le Bulletin 2005 n'est qu'une première étape. Pour les prochaines éditions du Bulletin, les indicateurs et la méthodologie de collecte des données seront raffinés et tiendront compte de l'apport de spécialistes et d'intervenants de divers secteurs.

### **Méthodologie de recherche et sources des données**

L'information qui suit est fondée sur l'analyse de données tirées de plusieurs cycles de *l'Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes*, les résultats récents de *l'Enquête sur les comportements de santé des jeunes d'âge scolaire* et de *l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes*, des études réalisées par l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, ainsi que de diverses études et données propres à chaque catégorie.

Bien que certaines de ces études comportent une répartition provinciale et territoriale des données, ce bulletin ne tient pas compte de ces distinctions et présente une évaluation globale nationale de la situation de chacune des catégories.

### **Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes (ELNEJ)**

L'ELNEJ est une étude à objectifs multiples qui alimente une base de données sur les caractéristiques et les expériences de vie des enfants canadiens de leur naissance au début de l'âge adulte. Elle sert à soutenir des politiques scientifiquement fondées et à permettre aux chercheurs de mener des études sur le développement des enfants.

L'étude a débuté en 1994/1995 avec un échantillonnage national représentatif d'enfants de 0 à 11 ans. À partir de cette première cohorte d'enfants et de leurs familles, de nouvelles données ont été recueillies tous les deux ans. L'étude comporte un volet transversal, composé de l'échantillon des enfants de 0 à 1 an de chaque cycle. Fait important à noter : dans l'ELNEJ (à l'instar de la plupart des études menées par Statistique Canada), les jeunes des provinces les plus petites sont surreprésentés, de sorte qu'il est possible d'assurer la précision des statistiques à l'échelle provinciale. La pondération du plan de l'enquête a été conçue pour permettre une évaluation des statistiques à l'échelle nationale et provinciale pour tous les jeunes des quatre premiers cycles. Lors du cinquième cycle, la pondération n'a été appliquée que pour les enfants de 0 à 5 ans.

Le Bulletin 2005 reflète les données du quatrième cycle de l'ELNEJ, mené en 1999/2000. Ce cycle a été retenu parce qu'il est le plus récent à permettre une analyse des tendances interprovinciales chez les enfants de 8 à 17 ans. Les analyses font également état des tendances sur les cinq cycles de l'indice de masse corporelle infantile (IMC) et de données transversales, sur les cinq cycles, de l'embonpoint et de l'obésité chez les jeunes de 8 à 11 ans.

### **Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC)**

Réalisée par Statistique Canada, l'ESCC vise à fournir des évaluations périodiques et transversales sur les déterminants de la santé, l'état de santé et l'utilisation des services de santé dans 136 régions socio-sanitaires du pays.

La collecte des données de l'ESCC a débuté en septembre 2000. Chaque cycle de collecte de deux ans comprend deux enquêtes distinctes : la première année, une enquête à l'échelle des régions socio-sanitaires auprès d'un échantillon total de 130 000 personnes et, la deuxième année, une enquête à l'échelle provinciale auprès d'un échantillon total de 30 000 personnes. Les provinces et les régions socio-sanitaires pourront augmenter la taille de l'échantillon durant n'importe quel mois ou n'importe quelle année grâce à l'achat d'unités d'échantillonnage supplémentaires. On a mené des entrevues en personne et au téléphone.

La population cible de l'ESCC comprend la population à domicile des dix provinces et des trois territoires, à l'exception des personnes qui vivent dans les réserves indiennes, sur les terres de la Couronne, des bases des Forces armées canadiennes et de certaines régions éloignées. Un répondant est sélectionné au hasard dans chaque ménage, mais comme il est prévu de suréchantillonner les jeunes, un deuxième membre dans certains ménages est également interviewé. Durant le premier cycle de collecte des données, seules les personnes de 12 ans et plus ont répondu aux critères de sélection, mais il est prévu d'inclure un contenu propre aux enfants dans des cycles ultérieurs.

### **Enquête sur les comportements de santé des jeunes d'âge scolaire (ECSJAS)**

L'ECSJAS fait partie d'une étude transversale, réalisée tous les quatre ans environ (1983/1984, 1985/1986, 1989/1990, 1993/1994, 1997/1998, 2001/2002), qui porte sur les jeunes de 11, 13 et 15 ans. La dernière étude comprenait des données de 35 pays (Currie et Roberts, 2004). L'ECSJAS est coordonnée par le Bureau régional pour l'Europe de l'Organisation mondiale de la santé. Chaque pays assure le financement de la collecte de ses données. Le volet canadien de l'ECSJAS est financé par la Division de l'enfance et de l'adolescence de Santé Canada.

### **Institut de recherche sur la condition physique et le mode de vie (IRCPMV)**

#### **Données repères sur l'activité physique / Programme de surveillance**

Le Programme de données repères sur l'activité physique / Programme de surveillance de l'IRCPMV est un projet conjoint de l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, de l'Unité de la condition physique/vie active de Santé Canada et du Conseil interprovincial du sport et des loisirs.

## Sondage indicateur de l'activité physique

Le Sondage indicateur de l'activité physique s'inscrit dans le Programme de données repères/surveillance sur l'activité physique. C'est un sondage téléphonique annuel qui permet de détecter les changements qui se produisent au niveau des tendances d'activité physique, les facteurs qui influencent la pratique d'activités physiques et les contraintes de la vie au Canada. Il permet ainsi de suivre de près les indicateurs de résultats des efforts menés pour accroître la pratique de l'activité physique au Canada.

Jusqu'à maintenant, sept phases du Sondage indicateur de l'activité physique ont été réalisées :

- Sondage indicateur de l'activité physique en 1995
- Sondage indicateur de l'activité physique en 1997
- Sondage indicateur de l'activité physique en 1998  
(thème : les stratégies de communication)
- Sondage indicateur de l'activité physique en 1999  
(thème : les sports et loisirs dans la communauté)
- Sondage indicateur de l'activité physique en 2000  
(thème : les enfants et les programmes en milieu scolaire)
- Sondage indicateur de l'activité physique en 2001  
(thème : les programmes en milieu de travail)
- Sondage indicateur de l'activité physique en 2002 (concentration sur l'information sur les tendances ou les changements de surveillance au niveau des données repères, en plus de la surveillance de l'objectif conjoint des gouvernements pour réduire la sédentarité de 10 % ou de 6 points de pourcentage d'ici l'an 2003)



*Au Canada, la plupart des jeunes ne font pas 30 à 60 minutes d'activité physique modérée ou intense par jour.*



La source précise des données utilisées a été identifiée dans la section se rapportant à chacun des indicateurs. Toute autre étude consultée fait l'objet d'une référence. Vous trouverez à la fin de ce document la liste de ces références complémentaires.

## Catégorie : Activité/inactivité physique

L'évaluation de l'activité et de l'inactivité physique des enfants et des adolescents se fonde sur l'analyse des trois indicateurs suivants : le niveau d'activité physique quotidien, le temps passé à des occupations sédentaires « devant l'écran » – télévision et ordinateur en particulier – et la pratique de sports structurés et non structurés.

### Indicateur : Niveau d'activité

#### Note : **D**

Cet indicateur a permis de mesurer le niveau d'activité physique quotidien des jeunes Canadiens.

#### Explication de la note

L'analyse des données tirées de l'ESCC, du Sondage indicateur de l'activité physique de l'IRCPMV et de l'ECSJAS révèle que moins de la moitié des enfants et des adolescents affichent le niveau recommandé de dépense énergétique quotidienne nécessaire à une croissance et à un développement sains.



### Explication de la note

L'attribution de cette note s'appuie sur l'évaluation des données de l'ELNEJ, de l'ESCC et de l'ECSJAS relatives au temps consacré aux activités de loisirs sédentaires que sont la télévision et l'ordinateur.

La section précédente soulignait le faible niveau d'activité physique quotidien chez les jeunes. Celle-ci fait état du « temps devant l'écran » déclaré par les répondants.

Au Canada, la moitié des jeunes regardent la télévision de deux à quatre heures par jour. Selon des études, les enfants qui passent plus de deux heures par jour devant la télévision sont plus susceptibles de faire de l'embonpoint et d'être obèses (Tremblay et Willms, 2003). Il semble que le fait de regarder la télévision nuise à la pratique d'activités plus actives, en plus de favoriser la consommation d'aliments moins sains et l'exposition à des publicités d'aliments vides.

Les jeunes Canadiens sont également les plus grands adeptes de l'ordinateur au monde. Près de la moitié d'entre eux passent au moins trois heures par jour de fin de semaine à l'ordinateur. Bien que les données actuelles ne nous permettent pas de mesurer la répartition des principales activités sédentaires auxquelles s'adonnent les jeunes ni le temps global « devant l'écran », il est clair qu'il y a lieu de s'inquiéter et qu'il y a un déséquilibre considérable entre les comportements actifs et sédentaires auto-déclarés.

Il est important de noter les différences fondées sur le sexe et le revenu à l'égard du temps passé devant l'écran. Les garçons affichent un temps devant l'écran supérieur (télévision et ordinateur), mais dans le cadre de comparaisons pancanadiennes par sexe, les filles affichent un usage plus grand de l'ordinateur. Le temps passé devant la télévision est plus élevé chez les enfants de familles à faible revenu. Les données étudiées pour le Bulletin 2005 ne nous ont pas permis d'évaluer le temps passé devant l'ordinateur en fonction du revenu, mais nous entendons éventuellement le faire.



*On a démontré que les activités non structurées ont un effet protecteur sur la prévalence de l'embonpoint et de l'obésité, un effet non observé pour les activités structurées.*



### Indicateur : Pratique de sports

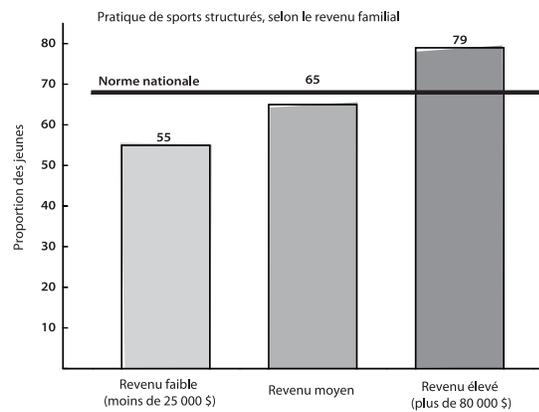
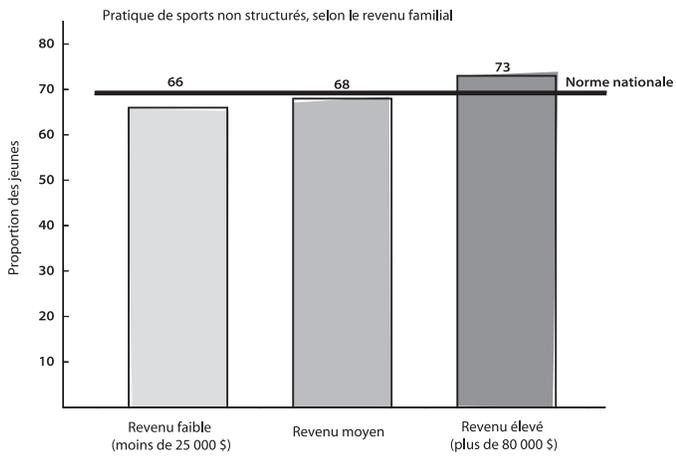
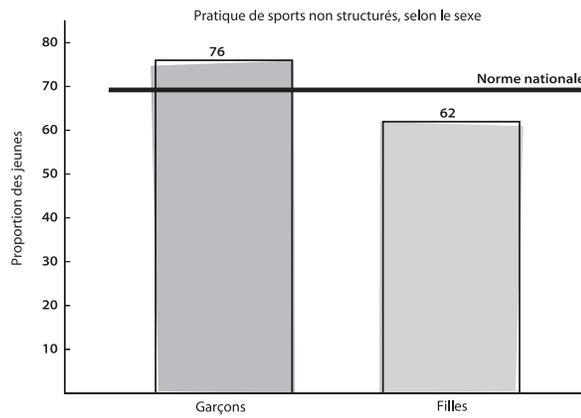
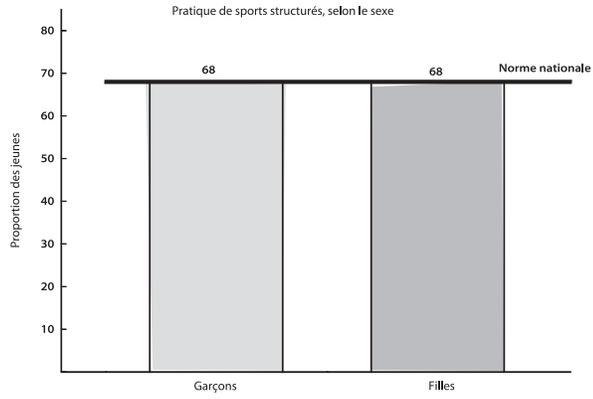
**Note :** **C+**

Cet indicateur a permis de mesurer le niveau de participation des jeunes à des sports structurés et non structurés.

### Explication de la note

L'analyse des données de l'ELNEJ révèle des faits très intéressants à l'égard de la pratique de sports.

En moyenne au Canada, 60 à 80 % des jeunes pratiquent des activités sportives tant structurées que non structurées. Il est important de noter que les études ont démontré un lien significatif entre la pratique de sports non structurés et l'embonpoint et l'obésité infantiles, lien qui n'a pas été démontré pour les sports structurés (Tremblay et Willms, 2003). En fait, on a conclu que les activités non structurées ont un effet protecteur sur la prévalence de l'embonpoint et de l'obésité, effet non observé pour les activités structurées.



Les disparités fondées sur le sexe et le revenu à l'égard de la participation à des activités sportives ont empêché une note plus élevée. Les tableaux qui suivent illustrent un taux de pratique de sports structurés similaire chez les garçons et les filles, mais une tendance à une plus grande participation des garçons à des sports non structurés.

Le revenu a une grande influence sur la pratique de sports chez les jeunes. Environ 55 % seulement des enfants de familles à faible revenu pratiquent régulièrement des sports structurés, alors que ce taux atteint 65 % au sein des familles à revenu moyen et 79 % au sein des familles à revenu élevé. Bien que les disparités fondées sur le revenu ne soient pas aussi grandes pour les sports non structurés, elles demandent une attention particulière.

### Commentaires et considérations futures

Bien que cette évaluation reflète déjà un piètre rendement, les limites actuelles des lignes directrices et de l'ensemble des données suggèrent que la situation pourrait être encore plus inquiétante. Les recommandations actuelles en matière d'activité physique sont fondées sur des auto-évaluations du *temps de loisirs consacré à l'activité physique* uniquement et sur des moyennes périodiques (semaine, mois, année), transformées en mesure d'activité quotidienne.

Par conséquent, les données actuelles peuvent ne pas être le reflet exact de l'activité physique quotidienne ou de *l'activité habituelle*, c'est-à-dire de l'activité intégrée au quotidien. Certaines des études choisies (notamment Morgan et Pangrazi, 2003 ; Campagna et al, 2002) ont commencé à se pencher sur les niveaux d'activité habituels grâce à des appareils comme le pedomètre, le moniteur cardiaque et l'accéléromètre, mais elles ne portent pour l'instant que sur des populations ou régions précises qui ne permettent pas de dresser un portrait national.

Pour pouvoir évaluer cet indicateur avec plus de précision, il faudra élaborer des recherches et des mécanismes de suivi qui permettent l'évaluation de la dépense énergétique quotidienne totale ou celle de mesures complémentaires comme la fréquence ou le volume total d'activité per capita chez les jeunes Canadiens. Par ailleurs, une plus grande constance dans les lignes directrices ou les limites minimales d'activité nous permettront de dégager des tendances plus précises.

L'analyse du temps de loisirs passé devant l'écran ne reflète qu'une partie du temps total consacré aux activités sédentaires. Si on y ajoute les heures passées à un bureau, dans la voiture ou l'autobus et au cinéma ou à s'adonner à des jeux vidéo, le véritable rapport activité-inactivité chez les enfants est probablement plus sombre que notre évaluation globale.

Les futures études sur cet indicateur devront inclure une analyse plus détaillée des loisirs sédentaires liés à l'écran ou non. À la lumière de l'augmentation parmi les jeunes de l'utilisation de l'ordinateur à des fins de communications (clavardage, messagerie instantanée, etc.), le temps passé à l'ordinateur devrait faire l'objet d'un suivi plus serré. Il nous manque également des données détaillées sur le jeu vidéo, en dépit de la croissance rapide de cette forme de divertissement sédentaire.

Les données relatives à la pratique de sports ne portent que sur la prévalence, sans égard à la qualité ni à l'effet de la pratique de sports sur les enfants et les adolescents physiquement actifs. Les prochaines études devraient tenter de démontrer clairement les liens entre le niveau d'activité physique et la pratique de sports. Il est clair que, pour améliorer la note dans ce secteur, il faudra s'assurer que la participation sportive soit facilitée et encouragée équitablement dans toutes les strates socio-économiques.

## Catégorie : Famille

L'évaluation des influences familiales qui favorisent ou restreignent la pratique d'activités physiques chez les jeunes a porté sur deux indicateurs : les activités physiques effectuées en famille (parents et enfants ensemble) et les comportements parentaux visant à inciter leurs enfants à bouger.

### Indicateur : Activité physique en famille

Note : **D**

Cet indicateur a servi à mesurer la proportion de parents canadiens qui pratiquent régulièrement des activités physiques avec leurs enfants.

#### Explication de la note

Le Sondage indicateur de l'activité physique en 2000 de l'IRCPMV indique que 43 % des parents en moyenne s'adonnent régulièrement à des activités avec leurs enfants. Là encore, les proportions mères-pères et filles-garçons sont sensiblement les mêmes. On note cependant des différences plus marquées dans la participation parentale selon le groupe d'âge des enfants.

Lorsque les enfants atteignent cinq ans, le nombre de parents qui pratiquent des activités avec eux chute de 25 %, puis diminue à nouveau de 30 % à l'âge de 13 ans. Durant l'adolescence, on peut s'attendre à ce que la baisse du soutien parental soit compensée par une augmentation des activités physiques pratiquées entre amis. La chute que l'on remarque dès l'âge de cinq ans est plus inquiétante. De plus, il est évident que des parents inactifs sont moins susceptibles de s'adonner à des activités physiques avec leurs enfants.

### Indicateur : Incitation à être actifs

Note : **C-**

Bien que plusieurs mesures d'incitation aient été envisagées comme moyens pour les parents de faire bouger leurs enfants, l'évaluation de cet indicateur s'est fondée sur les deux comportements parentaux suivants, en raison de la disponibilité des données.

Le premier facteur porte sur l'effet d'émulation, en particulier sur le lien entre le niveau d'activité physique des parents et celui de leurs enfants. Le second examine la proportion de parents qui emmènent leurs enfants faire une activité physique.

#### Explication de la note

Une étude se rapportant aux données du SIAP 2001 (Carrière, 2003) a évalué le lien entre le niveau d'activité physique des parents et le niveau correspondant chez leurs enfants.



*Lorsque les enfants atteignent cinq ans, le nombre de parents qui pratiquent des activités avec eux chute de 25 %.*



L'analyse du Sondage indicateur de l'activité physique en 2000 de l'IRCPMV a permis l'évaluation de la proportion de parents qui emmènent leurs enfants faire une activité physique.

La proportion de jeunes actifs augmente si l'un des parents est également actif. Par exemple, environ 45 % des fils de parents inactifs sont actifs, alors que ce taux grimpe à 70 % s'il y a un parent actif au foyer.

Le constat est le même pour les filles, bien que dans des proportions inférieures : elles sont actives à 30 % lorsque leurs parents sont inactifs et à 50 % lorsque leurs parents sont actifs (Carrière, 2003).

En moyenne, 60 % des parents emmènent leurs enfants faire des activités physiques. Les proportions mères-pères et filles-garçons sont sensiblement les mêmes. On relève cependant des différences fondées sur le revenu, puisque le soutien parental oscille autour de 50 % dans les familles à faible revenu.

### Commentaires et considérations futures

Les données sur les influences familiales qui favorisent ou restreignent la pratique d'activités physiques chez les jeunes sont moins récentes et détaillées qu'elles ne le devraient, ce qui limite notre capacité d'évaluation de cette catégorie. Il faudrait des données qui nous permettent de mieux cerner le rôle d'émulation des parents, les comportements parentaux les mieux à même de stimuler la pratique d'activités physiques et l'engagement des parents à faire des activités avec leurs enfants.

### Catégorie : Environnement local

Le cadre de vie des jeunes peut être déterminant pour la pratique d'activités physiques, mais les données actuelles ne nous permettent pas de bien mesurer si les localités canadiennes sont des cadres propices à la marche et au jeu.

Alors que nous disposons de chiffres sur les programmes de sports et de loisirs, il nous est difficile d'en évaluer la qualité. Les perceptions à l'égard du soutien des collectivités et de la sécurité peuvent aussi influencer les programmes et les activités physiques non structurées.

Les études rendues publiques démontrent que l'aménagement des localités et leurs infrastructures de transport, de loisirs et de commerce peuvent favoriser ou freiner la vie active. Or, nous ne disposons d'aucunes données nationales sur la question.

Les indicateurs qui suivent mesurent l'accès aux programmes locaux et comportent des commentaires sur les infrastructures locales. Pour les prochains Bulletins, il nous faudra davantage de données, afin de pouvoir faire une évaluation approfondie de l'environnement local.

### Indicateur : Programmes accessibles et de qualité

Note : **C**

Cet indicateur visait à examiner les programmes et politiques qui favorisent l'accès des enfants aux activités physiques dans des cadres récréatifs locaux.



*L'aménagement des localités et leurs infrastructures de transport, de loisirs et de commerces peuvent favoriser ou restreindre la vie active.*



### Explication de la note

L'Enquête sur les collectivités canadiennes 2000 de l'IRCPMV s'est penchée sur les programmes proposés aux jeunes dans les municipalités canadiennes. Alors que 97 % d'entre elles affirment offrir des programmes destinés aux jeunes, seules 54 % disposent d'un programme de subventions à l'intention des familles à faible revenu. Cependant, 81 % des municipalités déclarent avoir une structure de tarifs réduits pour les jeunes sans qu'elle soit clairement définie.

Les organismes locaux comme le YMCA ou les Clubs Garçons et Filles du Canada se sont dotés de politiques d'accès aux familles à faible revenu et de mécanismes de suivi du nombre de jeunes inscrits à leurs programmes d'activités physiques. Bien que ces organismes proposent aux jeunes Canadiens d'excellents programmes, ils ne sont pas présents dans toutes les municipalités, de sorte que les données se limitent à la portée de leurs services.

### Indicateur : Infrastructures locales

Note : **INC**

Cet indicateur permet d'évaluer dans quelle mesure l'aménagement des municipalités favorise ou restreint l'activité physique.

### Explication de la note

Cet indicateur est assorti de la note « Incomplet » car nous ne disposons pas des données nationales pour évaluer adéquatement les volets clés des infrastructures locales propices à la pratique d'activités physiques. Il a néanmoins été inclus dans le Bulletin 2005 compte tenu de l'importance de plus en plus démontrée de l'urbanisme et de l'aménagement dans la pratique d'activités physiques.

Remplacer le transport motorisé par la marche ou le vélo et faciliter l'accès aux commerces, aux parcs et aux installations de la municipalité semblent être des moyens très prometteurs d'augmenter le niveau d'activité physique chez les jeunes. Nous avons donc décidé d'inclure cet indicateur dans ce Bulletin, afin de souligner ce qu'il nous faut évaluer.

### Commentaires et considérations futures

Il est difficile de recueillir des données sur les programmes sportifs et récréatifs et sur leur fréquentation. Pour les prochaines éditions du Bulletin, nous aurons besoin de la collaboration des organismes sportifs nationaux et provinciaux, des services récréatifs municipaux et des organismes communautaires, afin d'élaborer des outils de recherche qui nous permettent de mieux évaluer la portée et la qualité des programmes d'activité physique locaux. Nous comptons ajouter des indicateurs qui serviront à analyser le contenu de ces programmes et la qualité de l'encadrement pour savoir s'ils répondent aux besoins des jeunes.

Il existe actuellement d'autres données sur l'environnement local. Elles devront toutefois être compilées et analysées. Nous comptons évaluer les aspects suivants.



*Alors que 97 % d'entre elles affirment offrir des programmes destinés aux jeunes, seules 54 % disposent d'un programme de subventions à l'intention des familles à faible revenu.*



### **Densité et utilisation mixte du territoire**

De façon générale, la densité et l'utilisation mixte du territoire sont des mesures de proximité entre le point de départ et la destination. Un niveau de densité plus élevé et une utilisation plus diversifiée du territoire favorisent le rapprochement des activités non résidentielles et des zones résidentielles.

La densité résidentielle illustre le lien entre le nombre d'unités résidentielles et le territoire résidentiel, tandis que la densité commerciale détermine le nombre d'établissements commerciaux sur un territoire commercial. Le rapport plancher-sol est une mesure de densité commerciale qui permet de savoir si les commerces ont pignon sur rue ou s'ils sont établis loin des rues, à l'arrière de surfaces de stationnement (les grandes aires de stationnement rendent l'accès à pied plus difficile et favorisent l'usage de la voiture).

L'utilisation mixte du territoire est une mesure de proximité d'une variété de destinations. Les mesures dans ce secteur analysent l'aménagement des zones résidentielles, commerciales, institutionnelles (les écoles, par exemple) et des parcs de la localité. Les données relatives à l'activité physique chez les jeunes incluraient la proximité et l'accès à des aires de jeux, de même que la proximité entre le domicile et l'école, afin de déterminer la possibilité de faire ces trajets à pied ou à vélo.

### **Interconnectivité**

L'interconnectivité est une mesure de différence entre un trajet en ligne droite et un trajet qui suit le réseau routier. Un nombre élevé d'intersections s'accompagne de pâtés de maisons plus courts, de routes plus directes et de distances plus courtes entre deux points. La multiplicité des intersections favorise également le choix de trajets selon leur sécurité ou leurs attraits. Des études démontrent que les municipalités qui présentent une densité accrue, une utilisation mixte du territoire et une interconnectivité sont plus propices à la marche et, de ce fait, à l'activité physique.

La densité, l'interconnectivité et l'utilisation mixte du territoire donnent lieu à des caractéristiques d'urbanisme qui encouragent la marche et le vélo : trottoirs continus, zones tampons entre le trottoir et la route, feux de signalisation aux intersections, pistes cyclables et sentiers cyclopédestres. Autant de caractéristiques de sécurité et d'interconnectivité qui favorisent l'activité physique.

### **Catégorie : Milieu scolaire**

Notre évaluation du milieu scolaire se base sur trois indicateurs, bien que de nombreux autres auraient pu être étudiés et le seront à l'avenir. Les indicateurs suivants mesurent le niveau actuel d'éducation physique dans les écoles, les politiques d'embauche d'éducateurs physiques qualifiés et l'ensemble des possibilités d'activité physique que procure le milieu scolaire. Ces données ont été tirées de l'Étude de capacité de l'an 2001 de l'IRCPMV – Encourager l'activité physique en milieu scolaire : pour accroître l'activité physique, ainsi que du Sondage indicateur de l'activité physique 2000 de l'IRCPMV.

## Indicateur : Cours d'éducation physique tous les jours

Note : **F**

Cet indicateur a évalué la proportion d'écoles élémentaires et secondaires qui offrent tous les jours des périodes d'éducation physique.

### Explication de la note

Seulement 14 % des écoles élémentaires déclarent offrir à leurs élèves 150 minutes d'éducation physique par semaine, soit 30 minutes par jour en moyenne. Au niveau secondaire, 4 % des écoles seulement prévoient 225 minutes d'éducation physique, ce qui représente en moyenne 45 minutes par jour.

Ces chiffres, déjà très bas, pourraient en fait présenter un portrait amélioré de la situation dans les écoles canadiennes puisque les données se fondent sur des auto-évaluations qui ne reflètent pas nécessairement la participation réelle des élèves. Malgré un sondage Gallup 1998 selon lequel 74 % de la population appuyaient l'instauration de 30 minutes d'éducation physique par jour, il semble qu'aucun progrès n'ait été enregistré à cet égard.

## Indicateur : Personnel formé

Note : **D-**

Par cet indicateur, nous avons voulu mesurer la proportion d'écoles qui se sont dotées d'une politique exigeant l'embauche de professeurs d'éducation physique possédant une formation universitaire dans ce domaine.

### Explication de la note

Seules 42 % des écoles élémentaires et 53 % des écoles secondaires ont une politique d'embauche de professeurs d'éducation physique diplômés. Des études ont démontré que les enseignants qualifiés sont mieux préparés et ont davantage confiance en leur capacité de dispenser des cours d'éducation physique que les enseignants généralistes (Thompson et al, 2001).

## Indicateur : Possibilités d'activité physique à l'école

Note : **INC**

Cet indicateur vise à mesurer les occasions d'activités modérées et intenses qu'ont les jeunes durant les cours, les récréations et les heures périscolaires.

### Explication de la note

Nous avons analysé les situations – cours d'éducation physique, récréations, programmes intramurales ou inter-écoles et sorties scolaires – qui donnaient aux jeunes la possibilité d'être actifs de façon modérée et intense durant au moins 50 % du temps. Nous avons aussi évalué les politiques officielles et les pratiques informelles pour favoriser le transport actif (marche et vélo) vers l'école.

Cet indicateur porte la mention « Incomplet » car les données fournies par les directions d'école ne contenaient pas de données sur la nature des activités.



*Un sondage Gallup 1998 selon lequel 74 % de la population appuyaient l'instauration de 30 minutes d'éducation physique par jour. Pourtant, seulement 14 % des écoles primaires et 4 % des écoles secondaires dispensent des cours d'éducation physique quotidiens.*



## Commentaires et considérations futures

Autre élément à noter : les données précitées ne tiennent pas compte du fait que seulement 39 % des écoles élémentaires ont indiqué ne jamais annuler de cours d'éducation physique ou de récréations par mesures disciplinaires. Selon les parents, les activités périscolaires répondent aux besoins de seulement 62 % des jeunes.

L'école demeure le milieu tout indiqué pour stimuler la presque totalité des jeunes Canadiens. Les cours d'éducation physique et les occasions d'activité physique en milieu scolaire sont essentiels pour l'augmentation du niveau d'activité, l'acquisition d'aptitudes physiques et le développement d'une attitude positive à l'égard de l'activité physique. Pourtant, l'éducation physique est la seule matière où les jeunes peuvent recevoir leur diplôme tout en présentant une baisse de niveau.

Les prochaines études doivent évaluer de façon plus précise (et objective) l'étendue et la qualité des occasions d'activité physique en milieu scolaire. Le processus de collecte des données du prochain Bulletin devra être arrimé aux mécanismes de suivi national et provincial en voie d'être implantés en milieu scolaire afin que nous puissions mieux évaluer ce secteur majeur et contribuer plus efficacement à l'améliorer.

## Catégorie : Politiques

Les politiques qui soutiennent l'activité physique chez les jeunes recoupent toutes les autres catégories et interpellent tous les paliers de gouvernement. Les indicateurs dans ce domaine portent sur l'efficacité des lois, les investissements et la concertation.

Le Bulletin 2005 ne fait qu'effleurer cette importante catégorie : il faudra réaliser de nouvelles études. Les indicateurs analysés cette année incluent l'évaluation des stratégies et investissements gouvernementaux à l'échelle fédérale, provinciale, territoriale et municipale.

## Indicateur : Stratégies et investissements fédéraux

**Note :** C-

Cet indicateur a permis l'analyse des données disponibles pour mesurer le niveau actuel du financement fédéral de l'activité physique chez les jeunes, de même que les politiques et stratégies fédérales mises en place à cette fin.

### Explication de la note

Bien que le gouvernement fédéral ne représente que l'une des sources de financement de la promotion de l'activité physique, il convient de noter que la santé publique ne compte actuellement que pour 2 % des sommes que le gouvernement fédéral consacre à la santé (Santé Canada, 2003). De plus, le financement de l'Unité de l'activité physique a chuté à 25 % de ce qu'il était au début des années 1990 (Edwards, 2004).

De récents travaux réalisés par la Fédération canadienne des municipalités (2004) révèlent que des lignes directrices américaines exigent que 10 % des dépenses en infrastructures de transport soient réservées au développement d'infrastructures propices à la marche et au vélo. Au Canada, il n'existe aucune politique de ce genre. Or, en 2004, l'organisme Vert



*La santé publique ne compte actuellement que pour 2 % des sommes que le gouvernement fédéral consacre à la santé (Santé Canada, 2003). De plus, le financement de l'Unité de l'activité physique a chuté à 25 % de ce qu'il était au début des années 1990.*



l'action et la Fondation des maladies du cœur du Canada ont réclamé devant le Comité permanent des finances l'allocation de 7 % pour soutenir le transport actif, un objectif jugé raisonnable dans un premier temps considérant que 7 % de la population des grandes villes utilisent le transport actif.

Même si le gouvernement fédéral accorde davantage d'attention à la santé, comme en témoignent l'établissement de l'Agence de santé publique du Canada et l'adoption de politiques et de stratégies telles que la Loi sur l'activité physique et le sport (projet de loi C-2), la Stratégie pancanadienne intégrée en matière de modes de vie sains et le symposium international sur la santé en milieu scolaire, les ressources allouées à la promotion de l'activité physique chez les enfants manquent cruellement compte tenu de l'ampleur des effets de l'inactivité et de l'obésité sur la santé publique. Ce manque de ressources explique peut-être la lenteur dans l'implantation des politiques et stratégies fédérales et dans la mise en place de mesures d'évaluation.

### Indicateur : Stratégies et investissements provinciaux, territoriaux et municipaux

Note : **INC**

Cet indicateur vise à évaluer les stratégies et investissements parallèles des gouvernements provinciaux, territoriaux et municipaux dans le but de stimuler l'activité physique.

#### Explication de la note

En partenariat avec le gouvernement fédéral ou en complément, les gouvernements provinciaux, territoriaux et municipaux ont commencé à mettre en place diverses stratégies dans le but d'accroître l'activité physique. Ainsi, les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux se sont engagés à accroître de 10 % d'ici 2010 le niveau d'activité physique au Canada. Plusieurs initiatives provinciales et territoriales ont également été lancées, notamment : *Active Kids*, *Healthy Kids* en Nouvelle-Écosse, *Healthy Kids*, *Healthy Futures* au Manitoba, *Vie active 2010* en Ontario, *Saskatchewan in Motion* et *Action Schools BC*. Dans certaines provinces, le financement gouvernemental a été appuyé par d'autres partenaires, comme le soutien apporté par la Fondation Chagnon aux activités physiques locales pour les jeunes. Des municipalités comme Ottawa et Toronto ont également adopté des stratégies sur l'activité physique. Voilà autant d'exemples des efforts déployés pour augmenter la pratique d'activités physiques chez les jeunes.

Cet indicateur est assorti de la mention « Incomplet » car il nous faudrait une évaluation globale pour obtenir un portrait national du financement et pour mesurer le succès des initiatives mises en place.

#### Commentaires et considérations futures

L'éventail d'indicateurs de politiques identifiés est beaucoup plus vaste que ce qui est présenté dans le Bulletin 2005. C'est pourquoi les indicateurs prioritaires ont été regroupés en trois catégories :



*Les lignes directrices américaines exigent que 10 % des dépenses en infrastructures de transport soient réservées au développement d'infrastructures propices à la marche et au vélo. Au Canada, il n'existe aucune politique de ce genre.*



### **Capacité et transparence du processus stratégique**

Cette catégorie d'indicateurs vise l'évaluation des sommes investies dans les politiques et les initiatives de promotion de l'activité physique, de même que dans la sensibilisation de la population aux politiques qui soutiennent déjà l'activité physique chez les jeunes.

### **Ampleur de l'élaboration des politiques**

Cette catégorie vise à comparer les engagements du Canada face aux obligations internationales en matière d'activité physique (Organisation mondiale de la santé, Déclaration des droits de l'enfant, par exemple) et à mesurer les initiatives adoptées à la lumière de ces engagements. Ces indicateurs permettront aussi d'évaluer le respect de la Loi sur l'activité physique et le sport, du mandat de l'Agence de santé publique du Canada et de la Stratégie pancanadienne sur l'activité physique de la Coalition pour la vie active.

### **Efficacité des politiques**

Cette catégorie permettra d'évaluer le succès de l'implantation des politiques et stratégies destinées à promouvoir l'activité physique chez les jeunes. Elle inclut également des mécanismes de suivi des politiques, comme ceux de la Coalition pour la vie active.

Bien que tous ces secteurs aient été abordés lors de l'élaboration du Bulletin 2005, il nous a été difficile d'obtenir les données nécessaires. Nous poursuivrons nos recherches pour les futures éditions du Bulletin.

## **Catégorie : Santé**

Bien qu'il soit difficile d'identifier les effets à long terme de l'activité physique sur la santé de la population juvénile actuelle, des études tendent à démontrer qu'il y a lieu de s'inquiéter. Les indicateurs dans la catégorie de la santé ont porté sur la prévalence de l'embonpoint et de l'obésité chez les enfants et les adolescents canadiens en rapport avec la prévalence des facteurs de risque de maladies chroniques chez les jeunes.

### **Indicateur : Embonpoint/obésité**

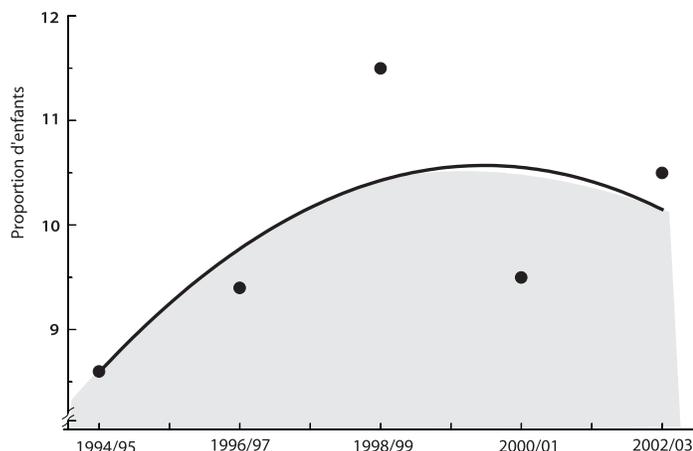
#### **Note : F**

Cet indicateur a analysé la prévalence de l'embonpoint et de l'obésité chez les jeunes, de même que les tendances à cet égard.

#### **Explication de la note**

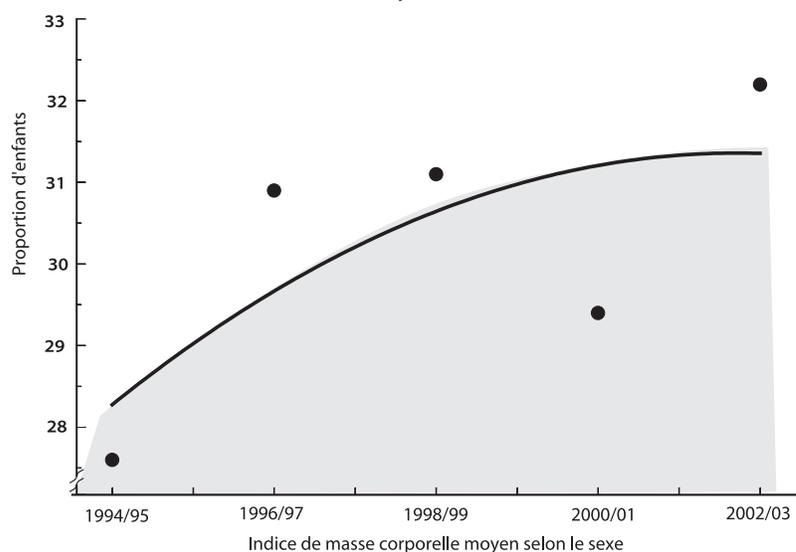
L'analyse des données de l'ELNEJ et de l'ECSJAS, fondées sur l'indice de masse corporelle, souligne une tendance à la hausse de l'embonpoint et de l'obésité infantiles. Les résultats de l'ELNEJ révèlent que la prévalence de l'embonpoint et de l'obésité, en croissance depuis dix ans, pourrait être en voie de se stabiliser. Même si cela s'avère, les données démontrent que un enfant sur trois fait de l'embonpoint et que un sur dix est obèse.

Tendance de la prévalence de l'obésité infantile



La prévalence de l'embonpoint est supérieure parmi les garçons, se situant à 31 % par rapport à 23 % chez les filles. Par ailleurs, les enfants de familles à revenu élevé sont moins vulnérables à l'embonpoint que ceux des familles à revenu moyen et faible. Selon l'ECSJAS, les jeunes Canadiens se situent au cinquième rang des 34 pays étudiés pour la prévalence totale de l'embonpoint et de l'obésité. Ces données ne donnent pas une image très positive des jeunes Canadiens.

Tendance de la prévalence de l'obésité infantile, de 1994/95 à 2002/03, jeunes de 8 à 11 ans



*La prévalence de l'embonpoint et de l'obésité est en croissance depuis dix ans... un enfant sur trois fait de l'embonpoint et un sur dix est obèse.*



### Indicateur : Facteurs de risque de maladies chroniques

Note : **INC**

Cet indicateur reflète la prévalence des facteurs de risque associés aux maladies chroniques qui touchent les jeunes au Canada, notamment les troubles cardiaques et le diabète de type 2.

#### Explication de la note

La mention « Incomplet » s'explique par le manque de données nationales sur la prévalence des facteurs de risque de maladies chroniques telles que l'insulinorésistance (risque de diabète de type 2) et l'hypertension (risque de cardiopathie).

Toutefois, une étude récente basée sur *The Québec Child and Adolescent Health and Social Survey*, menée auprès de 3 589 jeunes de 9, 13 et 16 ans, démontre dans l'ensemble de la population une hausse de la pression systolique par rapport aux populations nord-américaines de référence antérieures (Paradis et al, 2004).

La même étude illustre également un lien très clair entre l'excès de poids et le déséquilibre des taux d'insuline décelable en bas âge, ce qui pourrait avoir des conséquences néfastes à long terme (Lambert et al, 2004). Enfin, l'étude a permis de découvrir que le syndrome d'insulinorésistance présente une prévalence élevée chez des jeunes de seulement 9 ans et est liée à l'obésité (Lambert et al, 2004).

### **Commentaires et considérations futures**

Les données sur l'embonpoint et l'obésité se fondent sur l'indice de masse corporelle. L'IMC [poids (kg) / taille (m<sup>2</sup>)] est un indice couramment utilisé pour mesurer l'embonpoint et l'obésité, tant chez les enfants que chez les adultes. Chez les adultes, l'embonpoint correspond à un IMC de  $\geq 25$  kg/m<sup>2</sup> et l'obésité à un IMC de  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup>. Comme l'IMC change sensiblement avec l'âge, le classement des jeunes en matière d'embonpoint et d'obésité nécessiterait l'identification de seuils en fonction de l'âge. Jusqu'à présent, les 85<sup>e</sup> et 95<sup>e</sup> percentiles des données relatives à l'âge et au sexe ont servi de seuils. Récemment, l'*International Obesity Task Force* (IOTF) de l'Organisation mondiale de la santé a élaboré des courbes d'embonpoint et d'obésité étroitement liées statistiquement aux seuils adultes de 25 kg/m<sup>2</sup> et de 30 kg/m<sup>2</sup>. Ces courbes, élaborées par Cole et ses collègues (2000), sont recommandées pour comparer la prévalence de l'embonpoint et de l'obésité à l'échelle internationale (IOTF, 2004).

Pour pouvoir évaluer avec précision l'amélioration ou la détérioration de cet aspect de la santé, il nous faut poursuivre l'analyse des tendances en matière d'embonpoint et d'obésité.

Il faudrait aussi poursuivre les recherches et le suivi pour mieux cerner les liens entre l'embonpoint, l'obésité et les facteurs de risque de maladies chroniques chez les jeunes, de même que la prévalence de ces facteurs de risque parmi les enfants et les adolescents.

## Prochaines étapes : Travaillons ensemble pour améliorer nos notes

Bien que cette situation ait été progressive, ce portrait global démontre éloquemment que, au Canada, nous ne réussissons pas à garder nos enfants physiquement actifs.

Nous avons tous la responsabilité de mieux soutenir nos enfants : des parents aux fonctionnaires, en passant par tout le système entre les deux. Nous ne devons plus simplement prendre acte, mais agir afin de fournir à nos enfants les occasions d'activité physique dont ils ont besoin.

Ce Bulletin 2005 fait partie d'un processus collectif pour augmenter les occasions données aux jeunes de faire de l'activité physique et à présenter une évaluation annuelle de nos progrès dans ce secteur.

En automne 2005, dans la foulée de ce Bulletin, des intervenants clés de multiples secteurs se réuniront dans le cadre de trois tables rondes d'orientation. Ces tables rondes sont destinées à informer et à stimuler la participation de divers secteurs à l'élaboration d'un Plan d'action national pour promouvoir l'activité physique chez les jeunes. Elles regrouperont les leaders suivants :

- Décideurs et chercheurs
- Politiciens, hauts fonctionnaires, leaders d'entreprises et d'organismes sans but lucratif
- Médias, agences de communications et experts-conseils

Chaque table ronde réunira des participants différents afin d'explorer les enjeux de recherche et de politiques, les considérations politiques et les communications dont il faudra tenir compte dans le plan d'action.

Ce plan d'action s'appuiera sur des initiatives déjà en place pour mieux informer la population et, surtout, améliorer nos notes.

Le Bulletin canadien de l'activité physique chez les jeunes de Jeunes en forme Canada est un outil de suivi et de sensibilisation populaire qui s'inscrit dans notre stratégie pour « Faire bouger les jeunes<sup>MC</sup>. »

Chaque Bulletin annuel reflétera l'amélioration des méthodes et mesures. Nous travaillerons de concert avec d'autres pour avoir accès à des données de recherche en cours et pour stimuler l'amorce de nouvelles recherches destinées à nous fournir les données dont nous avons besoin dans diverses catégories.

Jeunes en forme Canada cherche à promouvoir l'importance pour les enfants et les adolescents de pratiquer des activités physiques de qualité, accessibles et agréables. Nous travaillons en partenariat avec tous les secteurs afin d'accroître le nombre et la qualité des occasions d'activité physique.

## Références complémentaires

P.Campagna, G. Ness, R. Murphy, R. Rasmussen, A. Thompson, J. Porter, and L. Rehman. Physical Activity Levels in Children and Youth in the Province of Nova Scotia, December, 2002. Submitted to the Nova Scotia Sport and Recreation Commission.

Federation of Canadian Municipalities. A New Deal for Cities and Communities – pre-budget consultations submission. November 2004.

G. Carrière. Caractéristiques des parents et des enfants liées à l'obésité juvénile. Supplément aux Rapports sur la santé. Statistique Canada, catalogue 82-002, vol. 14, 2003.

P.Edwards et I.Rootman. L'héritage de ParticipACTION et l'avenir de la promotion de l'activité physique au Canada. Dans P.Edwards (éd.) ParticipACTION : faire bouger les choses et les gens - Un succès de marketing et de communications. Revue canadienne de santé publique. 2004:95 (2), S40-46.

M.Lambert, E. Delvin, G.Paradis, J. O'Loughlin, J.A. Hanley, E. Lévy. C-Reactive Protein and Features of the Metabolic Syndrome in a Population-Based Sample of Children and Adolescents. Clinical Chemistry 50:1762-1768, 2004.

M.Lambert, G.Paradis, J. O'Loughlin, E. Delvin, J.A. Hanley, E. Lévy. Insulin resistance syndrome in a representative sample of children and adolescents from Québec, Canada. International Journal of Obesity 28:833-841, 2004.

C.F.Morgan, Jr. and R.P.Pangrazi. Using Pedometers to Promote Physical Activity in Physical Education. Joperd. Vol.74 (7). September 2003.

L.Thompson, J. Spence, J. Mandigo, D. Marshall, J. Causgrove Dunn, M. Schwartz, N. Melnychuk. (2001). Alberta Physical Education Study. Submitted to Alberta Learning.

G.Paradis, M.Lambert, J. O'Loughlin, C. Lavallée, J. Aubin, E. Delvin, E. Lévy, J.A. Hanley. Blood Pressure and Adiposity in Children and Adolescents. Circulation 110:1832-1838, 2004.

Tremblay, M.S. and Willms, J.D. (2003). Is the Canadian childhood obesity epidemic related to physical inactivity? International Journal of Obesity, 27(9), 1100-1105.



**Jeunes**  
**en forme**  
C A N A D A

**Faire bouger les jeunes<sup>MC</sup>**

1185 Eglinton Avenue East, Suite 501, Toronto, Ontario M3C 3C6  
Toll Free: 1-888-446-7432

[www.activehealthykids.ca](http://www.activehealthykids.ca)