

# Ensemble pour la résilience :

Garder les enfants et les jeunes actifs dans un climat en changement



## Comment les gouvernements peuvent-ils encourager les enfants à bouger davantage dans un climat en changement?

Dans un climat en changement, comment les gouvernements peuvent-ils aider les enfants et les jeunes à faire face à l'adversité, à bouger davantage et à renforcer leur résilience? Le Bulletin de l'activité physique chez les enfants et les jeunes 2024 de ParticipACTION présente des recommandations pour améliorer trois notes clés :

### Ensemble de l'activité physique : D+

- Continuer de financer la vigie de l'activité physique chez les enfants et les jeunes par province/territoire, en veillant à ce qu'il y ait des plans de suivi et d'évaluation afin de suivre les progrès et l'impact des politiques en matière d'activité physique et de sport.
- Soutenir la création de stratégies pour favoriser l'activité physique dans le but d'accroître la coordination du secteur public et ainsi promouvoir l'activité physique dans tout le Canada.
- Aligner les politiques en matière d'activité physique sur d'autres politiques du secteur public qui promeuvent les occasions d'activités physiques dans la communauté (p. ex., transports, santé publique, infrastructures).
- Augmenter les investissements dans les parcs nationaux/provinciaux et les installations de loisirs et de sport afin d'accroître le nombre d'occasions d'activités physiques pour les enfants et des jeunes, améliorer la santé de la planète, et offrir aux enfants des espaces qui ne sont pas exposés aux aléas des changements climatiques (p. ex., mauvaise qualité de l'air, vague de chaleur).
- Lors de la révision ou de la formulation de nouvelles politiques ou de nouveaux règlements municipaux, vérifier si ceux-ci pourraient restreindre l'activité physique ou les jeux en plein air pour les enfants et les jeunes.

### Comportements sédentaires : D

- Introduire une législation qui favorise des comportements sains d'utilisation de l'écran chez les enfants, comme l'amélioration de la vie privée et de la sécurité et la vérification de l'âge sur les médias sociaux.

### Transport actif : C -

- Créer une culture du transport actif en développant des infrastructures telles que l'éclairage des rues et les feux de circulation, en imposant des limites de vitesse plus basses, en assurant une protection adéquate contre les véhicules et en répondant aux préoccupations en matière de sécurité.
- Investir dans l'amélioration de l'accès aux transports actifs et publics, en veillant à ce que des itinéraires complets pour se rendre à l'école et effectuer d'autres tâches quotidiennes soient disponibles, accessibles et bien entretenus. Cela peut améliorer les niveaux d'activité physique et réduire les émissions de carbone et la pollution de l'air.

Pour en savoir plus, consultez le [Bulletin de l'activité physique chez les enfants et les jeunes 2024 de ParticipACTION](#).