



Présenté par



# FAQ DU DÉFI ENSEMBLE, ON BOUGE

## PRÉSENTÉ PAR NOVO NORDISK

### Général

#### Le Défi Ensemble, on bouge, présenté par Novo Nordisk c'est quoi?

Le Défi Ensemble, on bouge de ParticipACTION présenté par Novo Nordisk est un programme national d'activité physique et de sport qui encourage la population canadienne à bouger au mois de juin. Du 1<sup>er</sup> au 30 juin, les gouvernements locaux et les organisations organiseront des programmes, des initiatives ou des événements sportifs et d'activité physique pour leurs communautés. Ils devront enregistrer et faire le suivi du nombre de participants sur la page dédiée du [Défi Ensemble, on bouge de ParticipACTION](#).

Les communautés s'affronteront pour décrocher le titre de Communauté la plus active du Canada et du financement pour soutenir des initiatives locales en matière de sport et d'activité physique. En plus du grand prix national, un prix sera attribué à la communauté la plus active de chaque province et territoire.

#### Qu'est-ce qui est pris en compte dans le total de la communauté?

Les critères de classement incluent le nombre d'individus inscrits, le nombre d'organisations participantes, ainsi que le total des programmes, initiatives, événements et participants suivis. Un des objectifs principaux est d'encourager un maximum d'organisations de votre communauté à inscrire leurs programmes, initiatives ou événements d'activités physiques et sportives, et à faire le suivi du nombre de participants tout au long du mois de juin sur la page dédiée au Défi. Un classement des 20 premières communautés, tant au niveau national qu'au sein de chaque province et territoire, y sera affiché.

Pour plus d'informations, veuillez consulter la section « Couronnement de la communauté la plus active du Canada » ci-dessous. Les règles complètes du concours seront publiées sur la page du Défi Ensemble, on bouge à la mi-avril.

#### Quand puis-je inscrire les programmes, initiatives ou événements d'activités physiques et de sport de mon organisation et faire le suivi du nombre de participants?

Les organisations peuvent inscrire leurs programmes, initiatives et événements d'activités physiques et sportives sur la page du Défi Ensemble, on bouge de la mi-avril jusqu'au 30 juin. À partir du 1<sup>er</sup> juin, elles pourront enregistrer le nombre de participants à leurs programmes,



Présenté par



initiatives et événements directement sur la page du Défi Ensemble, on bouge. Assurez-vous que toutes les informations sont enregistrées avant le 30 juin 2025, à 23 h 59 (HP).

## **Participation des organisations**

### **Quels programmes, initiatives ou événements d'activités physiques et sportives mon organisation devrait-elle comptabiliser dans le total de ma communauté ? Doivent-ils être d'une certaine intensité ou durée?**

L'objectif du Défi Ensemble, on bouge est d'inciter la population à bouger. Par conséquent, nous n'avons pas établi de paramètres relativement à l'intensité de vos activités. De la pause active au bureau aux récréations scolaires, nous vous encourageons à tout enregistrer!

### **Comment inscrire les programmes, initiatives ou événements d'activité physique et sportive de mon organisation et faire le suivi du nombre de participants?**

1. Inscrivez votre organisation sur la page du Défi Ensemble, on bouge de ParticipACTION entre la mi-avril et le 30 juin. Vous devrez compléter un profil pour votre organisation.
2. Après avoir inscrit votre organisation, vous pourrez enregistrer les programmes, initiatives ou événements que vous organiserez en juin.
3. Du 1<sup>er</sup> au 30 juin, enregistrez le nombre de participants à vos programmes, initiatives ou événements.

Nous organiserons également un webinaire en avril pour expliquer comment faire le suivi des participants. Les informations seront disponibles sur la page du Défi Ensemble.

### **Puis-je comptabiliser plus d'un programme, activité physique ou événement dans une journée?**

Oui! Il n'y a aucune limite quant au nombre de programmes, initiatives ou événements que vous pouvez enregistrer dans une journée.

## **Codes postaux et communautés**

### **Comment les communautés sont-elles déterminées?**

Les communautés participantes sont principalement composées de municipalités et bandes comprenant une population de 1 000 habitants ou plus. Les municipalités et bandes dont la population inférieure à 1 000 habitants sont jumelées aux communautés voisines pour respecter le seuil démographique. Les frontières d'une communauté participante sont établies en fonction des codes postaux.

### **Comment ma communauté est-elle déterminée?**

Toutes les personnes inscrites et les activités qu'elles ont enregistrées sur la page Web du Défi Ensemble seront prises en compte dans le total de la communauté associée au code postal



Présenté par



figurant dans le profil de chaque personne ou organisation. Nous encourageons tous les participants à s'inscrire avec le code postal de la communauté dans laquelle ils résident.

Par exemple, la municipalité participante de Deer Lake, Terre-Neuve-et-Labrador, a une population de 5,249 habitants, et 327 codes postaux sont reliés à Deer Lake. Tout individu ou organisation qui inscrit l'un de ces 327 codes postaux dans l'appli ou le site Web de ParticipACTION en créant son profil ajoutera ses minutes actives au pointage total de Deer Lake.

### **Et si je n'ai pas l'impression d'appartenir à la communauté identifiée? Y a-t-il une façon de changer la communauté à laquelle mes minutes sont ajoutées?**

Nous comprenons que certaines personnes ne s'associeront pas nécessairement à la communauté qui leur a été attribuée en fonction du code postal. Afin de respecter les critères pour la taille de la communauté, nous avons fait de notre mieux pour délimiter les communautés en fonction des données de Postes Canada qui régissent l'attribution des codes postaux au Canada. ParticipACTION est ouverte aux commentaires constructifs pour améliorer cette structure. N'hésitez pas à nous envoyer un courriel et nous serons heureux d'en tenir compte pour l'édition 2025 du Défi.

### **Devons-nous enregistrer officiellement notre communauté?**

Non, toutes les municipalités participent automatiquement au Défi Ensemble, on bouge en fonction de leur code postal. Les municipalités sont invitées à soutenir le défi en suivant ces étapes :

- Inscrire et faire le suivi de leurs programmes, événements et activités offerts en juin au <https://www.participaction.com/defi>.
- Solliciter leurs organismes communautaires locaux à réaliser des programmes et événements et à faire le suivi des activités au nom de leurs membres.
- Encourager les citoyens à s'inscrire en tant qu'individu sur le site Web du Défi.
- Utiliser les [ressources gratuites](#) de ParticipACTION pour aider leur communauté à devenir active.

### **Devons-nous enregistrer officiellement notre communauté?**

Non. Toutes les municipalités participent automatiquement au Défi Ensemble, on bouge en fonction de leur code postal. Si un organisme participant inscrit ses programmes, initiatives ou événements en utilisant un code postal associé à votre communauté et fait le suivi du nombre de participants, ces données seront automatiquement comptabilisées dans le score de votre communauté.

Cependant, nous encourageons fortement les municipalités à inscrire leurs propres programmes, initiatives et événements, et à faire le suivi du nombre de participants. Si elles sont sélectionnées comme finalistes du Défi, elles devront remplir un formulaire expliquant pourquoi leur communauté mérite d'être nommée la Communauté la plus active au Canada. Veuillez consulter la section suivante pour plus de détails concernant la sélection des finalistes.



Présenté par



## **Couronnement de la Communauté la plus active au Canada**

### **Comment déterminons-nous les communautés gagnantes?**

La détermination des communautés gagnantes se fait en deux étapes :

#### **1. Identification des communautés finalistes**

Les finalistes pour chaque province et chaque territoire sont déterminés selon le :

- 1) Nombre d'organisations participantes
- 2) Nombre de programmes, initiatives et événements enregistrés par les organisations
- 3) Nombre de participants comptabilisés par les organisations

Ces trois facteurs seront évalués en tenant compte de la population totale de la communauté.

#### **2. Identification des communautés gagnantes**

Au terme du défi, 40 communautés finalistes seront invitées à remplir un bref formulaire où elles expliqueront les raisons pour lesquelles leur communauté devrait être choisie comme la Communauté la plus active au Canada. Ces 40 communautés ne correspondront pas forcément aux 40 premières figurant sur le tableau de classement du Défi Ensemble, on bouge, car les finalistes comprendront les deux premières communautés de chaque province et territoire, ainsi que les 14 autres communautés les mieux classées.

Les gagnants seront choisis en fonction de leur pointage cumulatif sur la base de leur participation tel qu'indiqué ci-dessus et de leur candidature à titre de finalistes.

### **Est-ce que ma communauté a une chance de gagner si nous sommes une petite municipalité?**

Tout le monde a une chance égale de gagner. La formule de pointage repose sur le nombre total d'individus inscrits, d'organisations, de programmes, d'initiatives ou d'événements, ainsi que sur le nombre de participants suivis. La population de la communauté est également prise en compte dans le calcul du score global. Hay River, dans les Territoires du Nord-Ouest, a remporté le titre national en 2024, avec une population d'environ 3 000 habitants.

### **Quels prix les communautés peuvent-elles gagner en participant au défi Ensemble, on bouge?**

La Communauté la plus active au Canada, ainsi que les communautés gagnantes des 12 autres provinces et territoires, recevront chacune un financement pour soutenir des initiatives locales de sport et d'activité physique. Nous confirmerons les montants d'ici le 1<sup>er</sup> avril 2026.

### **De quelle façon ma communauté peut-elle dépenser le prix?**

L'argent doit soutenir des projets d'activité physique ou de sport dans la communauté, comme :



Présenté par



- Capital social (terrains de jeu, sentiers, rénovation, etc.).
- Programmes existants ou nouveaux pour les inactifs ou sous représentés.
- Acquisition d'équipement ou de matériel pour l'amélioration de programmes d'activité physique dans la communauté (équipement sportif et récréatif pour un centre communautaire, des groupes de loisirs, etc.).
- Développement et implantation d'une stratégie en matière d'activité physique.

### Qui puis-je contacter en cas de questions?

Nous nous ferons un plaisir de vous aider! Veuillez envoyer toute question à [projects@participACTION.com](mailto:projects@participACTION.com).