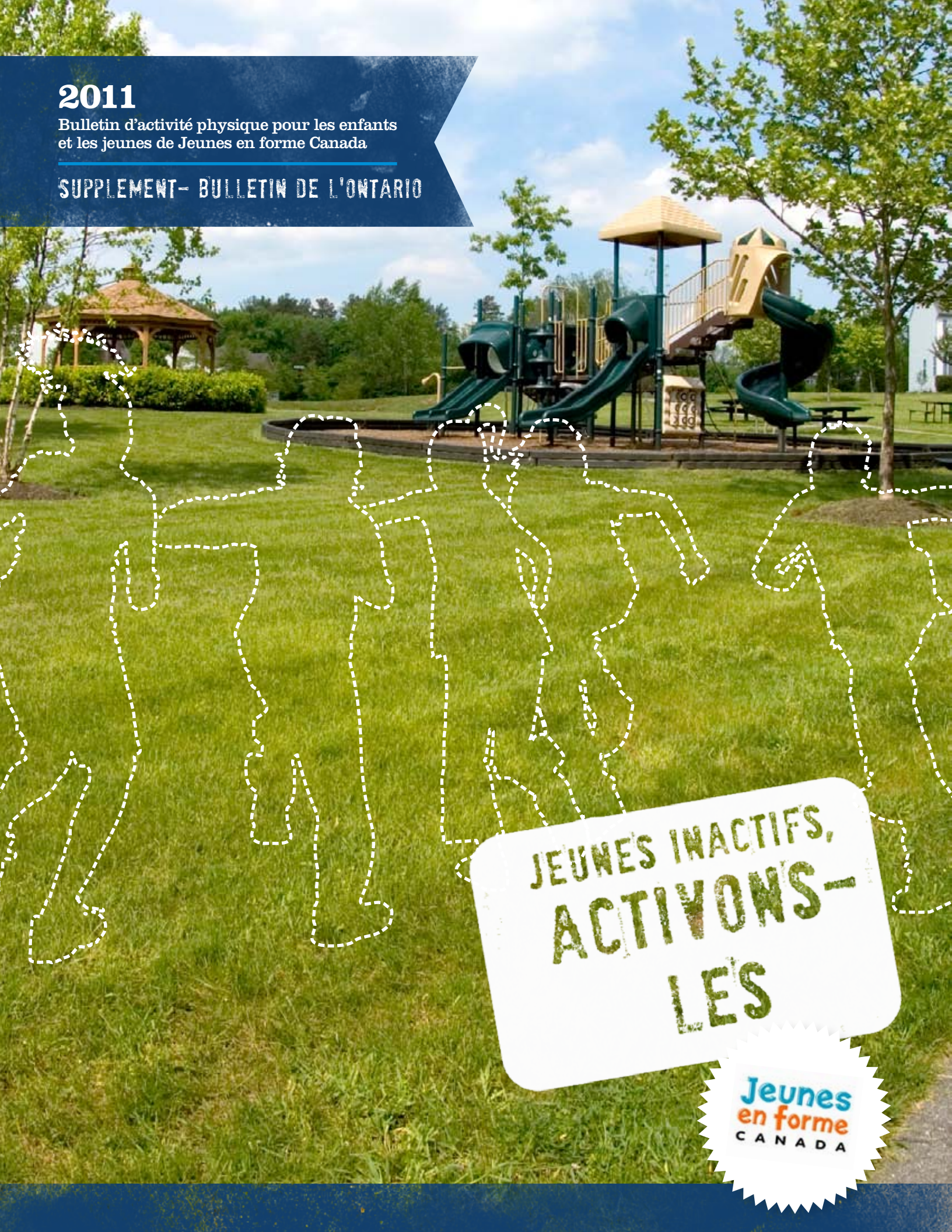


2011

Bulletin d'activité physique pour les enfants
et les jeunes de Jeunes en forme Canada

SUPPLEMENT- BULLETIN DE L'ONTARIO



**JEUNES INACTIFS,
ACTIVONS-
LES**

**Jeunes
en forme
CANADA**

Pour que l'Ontario ait la population la plus en santé au Canada, il faut activer nos jeunes inactifs

LES JEUNES INACTIFS, ACTIVONS-LES

Les Ontariens sont préoccupés par l'état de santé général de la population et veulent que leur gouvernement s'engage à améliorer la santé de la population ontarienne. D'après un récent sondage mené par Ipsos Reid, neuf Ontariens sur dix se disent être en accord avec un investissement accru pour la promotion de la santé. De plus, 80 % d'entre eux y croient si fortement qu'ils affirment que cet enjeu influencera leur vote lors de l'élection provinciale qui aura lieu prochainement.²

L'Alliance pour la prévention des maladies chroniques en Ontario, une coalition composée de plus de 30 organisations, exhorte le gouvernement de faire de l'Ontario la province la plus saine au Canada. Un Ontarien sur trois est atteint d'une maladie chronique. Entre 1994 et 2005, les taux d'hypertension artérielle chez les Canadiens et les Canadiennes ont augmenté de 77 %, ceux du diabète de 45 % et de l'obésité de 18 %, affectant des personnes de tous les âges. Il est aussi estimé que 45 % des hommes et 40 % des femmes développeront probablement un cancer au cours de leur vie.³

Il est possible de prévenir en grande partie ces problèmes de santé. Malheureusement, un grand nombre d'enfants et de jeunes de l'Ontario n'ont pas un mode de vie actif favorisant leur santé.

Bien que légèrement plus élevées que la moyenne nationale, les notes « D » assignées pour les niveaux d'activités physiques et le jeu actif et loisir ne suffiront pas à prévenir la crise de la santé qui se pointe à l'horizon. La note « D » assignée pour l'éducation physique est aussi inquiétante.

La note « F », assignée en raison que les enfants et les jeunes passent en moyenne presque deux tiers de leur temps d'éveil à des activités sédentaires, montre qu'il y a clairement une occasion pour les jeunes ontariens de passer moins de temps assis et plus de temps à bouger.

Bien qu'il y ait eu des progrès quant à l'élaboration de politiques et de stratégies,

un appui plus efficace pour les initiatives au sol est nécessaire pour accroître la participation des enfants et des jeunes de l'Ontario aux activités physiques.

Plus précisément, il est nécessaire d'appuyer les stratégies qui ciblent les jeunes qui ne sont pas rejoints par les systèmes traditionnels en place dans la province et ne participent pas aux activités physiques et sportives et aux activités de loisirs qui sont offertes par ceux-ci.

Les disparités à l'égard du sexe, du statut socioéconomique et de l'âge sont évidentes pour plusieurs indicateurs. Généralement, les filles provenant de famille à faible revenu et dont les parents ont un niveau d'éducation moins élevé sont plus susceptibles d'être physiquement inactives. La programmation offerte doit aussi tenir compte des capacités et des handicaps. Ceux qui sont jugés moins habiles sont souvent exclus des activités traditionnelles et les enfants et les jeunes ayant des handicaps font face à plusieurs obstacles pour accéder aux occasions d'activités physiques intégrées et spécialisées. Ceci est aussi, souvent la même expérience des enfants qui sont considérés comme obèses.

Il est sans équivoque que les intervenants clés des secteurs public et privé se doivent d'agir maintenant, de travailler ensemble et de jouer un rôle de leadership pour faire de l'Ontario la province la plus saine au Canada. Pour réaliser cet objectif, il est nécessaire de déployer plus de ressources pour encourager les enfants et les jeunes de l'Ontario à être actifs et en santé.

NEUF ONTARIENS SUR DIX SE DISENT EN FAVEUR D'UN INVESTISSEMENT ACCRU POUR LA PROMOTION DE LA SANTÉ.



CHAQUE ANNÉE, LE BULLETIN DE JEUNES EN FORME CANADA PRÉSENTE L'ÉVALUATION ANNUELLE LA PLUS COMPLÈTE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DES ENFANTS ET DES JEUNES AU CANADA.

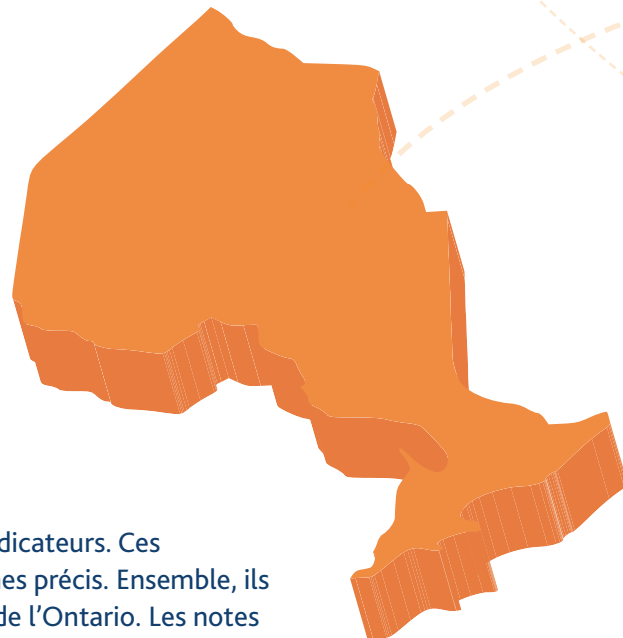
Le bulletin analyse et synthétise les conclusions de la recherche la plus actuelle portant sur les relations entre les nombreux résultats et influences liés aux divers niveaux d'activité physique chez les enfants et les jeunes. Les indicateurs sont évalués selon les sources d'influence – la famille et les pairs, l'école, la collectivité et l'environnement bâti, ainsi que les politiques – et sont notés selon leur efficacité à faciliter, promouvoir et encourager l'activité physique. Les notes finales sont toujours attribuées en tenant compte des disparités éventuelles relatives au revenu, aux capacités, à la religion, à l'âge, au sexe, etc.



Plusieurs caractéristiques des enfants et des jeunes canadiens diffèrent selon leur lieu de résidence et l'activité physique ne fait pas exception. Cela s'avère exact pour l'Ontario, une province ayant une grande population et un vaste territoire diversifiés. En effet, 40 % des Canadiens vivent en Ontario et 28 % des Ontariens ne sont pas natifs de la province. Il y a un grand nombre de fournisseurs de services dans la province : 72 conseils scolaires, 36 bureaux de santé publique, 444 municipalités, 5000 écoles. Il y a donc des milliers d'intervenants qui partagent la responsabilité de donner des occasions aux enfants et aux jeunes de l'Ontario de faire de l'activité physique.

SUPPLÉMENT – BULLETIN DE L'ONTARIO

Afin de jeter un regard plus précis sur les questions et les préoccupations dans la province, Jeunes en forme Canada a collaboré avec diverses parties intéressées à créer le tout premier supplément ontarien du Bulletin national d'activité physique pour les enfants et les jeunes.



Le Bulletin de l'Ontario attribue des notes sous forme de lettres pour 12 indicateurs. Ces indicateurs jouent un rôle important en attirant l'attention sur des domaines précis. Ensemble, ils révèlent l'état général de l'activité physique chez les enfants et les jeunes de l'Ontario. Les notes attribuées dans l'édition nationale du bulletin d'activité physique pour 2011 sont présentées à côté des notes de l'Ontario pour donner une idée de la façon dont les enfants et les jeunes de l'Ontario se comparent à leurs pairs ailleurs au Canada. Les différences entre les notes attribuées pour le Canada et pour l'Ontario sont déterminées selon l'examen des données et de la littérature actuelles à l'échelle nationale et ontarienne.

CANADA

ONTARIO

F

D-

NIVEAUX D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

32 % des enfants et des jeunes de l'Ontario font au moins 13,500 pas par jour, ce qui correspond environ aux nouvelles Lignes directrices canadiennes en matière d'activité physique. Celles-ci recommandent d'accumuler au moins 60 minutes par jour d'activité physique modérée à vigoureuse. ⁵

Activité physique et sédentarité

C

B-

PARTICIPATION AUX ACTIVITÉS PHYSIQUES ET AUX SPORTS ORGANISÉS

➤ 75 % DES PARENTS ONTARIENS DISENT QUE LEURS ENFANTS ÂGÉS DE 5 À 17 ANS ONT PRIS PART À DES SPORTS AU COURS DE LA DERNIÈRE ANNÉE ET 32 % DISENT QUE LES ENFANTS PRENNENT PART À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES OU À DES SPORTS ORGANISÉS AU COURS DE LA PÉRIODE APRÈS L'ÉCOLE. ⁶

F

D

JEU ACTIF ET LOISIR

➤ 65 % DES PARENTS ONTARIENS DISENT QUE LEURS ENFANTS ÂGÉS DE 5 À 17 ANS S'ADONNENT À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES OU SPORTIVES NON ORGANISÉES ET 67 % DISENT QUE LEURS ENFANTS ET LEURS JEUNES JOUENT À L'EXTÉRIEUR AU COURS DE LA PÉRIODE APRÈS L'ÉCOLE. ⁶

D

C

TRANSPORT ACTIF

➤ LA MARCHÉ À PIED EST LE MODE DE TRANSPORT LE PLUS COURANT CHEZ LES ENFANTS ET LES JEUNES DE L'ONTARIO. 49 % SE RENDENT À L'ÉCOLE DE CETTE FAÇON ET 58 % EN REVIENNENT. ⁷

➤ 22 % DES ÉLÈVES DE LA 7^E À LA 12^E ANNÉE EN ONTARIO DISENT UTILISER DES MODES DE TRANSPORT ACTIF POUR SE RENDRE À L'ÉCOLE LE MATIN ET 32 % POUR LE RETOUR À LA MAISON. ⁸

F

F

COMPORTEMENTS SÉDENTAIRES

➤ LES ENFANTS ET LES JEUNES CANADIENS ÂGÉS DE 6 À 19 ANS PASSENT UNE MOYENNE DE 8,6 HEURES PAR JOUR, OU 62 % DE LEUR TEMPS D'ÉVEIL, À DES ACTIVITÉS SÉDENTAIRES. ⁹

École

C-

D

ÉDUCATION PHYSIQUE

- 84 % DES PARENTS CROIENT QUE L'ÉDUCATION PHYSIQUE EST TRÈS IMPORTANTE POUR LEURS ENFANTS QUI FRÉQUENTENT UNE ÉCOLE ÉLÉMENTAIRE, MAIS SEULEMENT 44 % SONT TRÈS SATISFAITS DES COURS D'ÉDUCATION PHYSIQUE QUE REÇOIVENT LEURS ENFANTS.¹⁰
- BIEN QUE LE MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION DE L'ONTARIO AIT ÉLABORÉ EN 2005 UNE POLITIQUE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE QUOTIDIENNE ET AIT PUBLIÉ UNE VERSION RÉVISÉE EN 2010 DU CURRICULUM DE L'ONTARIO POUR L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SANTÉ, IL FAUT ÉVALUER DE MANIÈRE PLUS EFFICACE CES INITIATIVES ET MIEUX SOUTENIR LEUR MISE EN ŒUVRE. PAR EXEMPLE, SEULEMENT 43 % DES ÉCOLES ÉLÉMENTAIRES EN ONTARIO ONT UN ENSEIGNANT SPÉCIALISÉ EN SANTÉ ET EN ÉDUCATION PHYSIQUE.¹¹
- CONTRAIREMENT AUX PROGRÈS RÉALISÉS DANS D'AUTRES PROVINCES COMME LE MANITOBA, L'ONTARIO REQUIERT TOUJOURS L'OBTENTION D'UN SEUL CRÉDIT D'EPS À L'ÉCOLE SECONDAIRE.

POSSIBILITÉS D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES À L'ÉCOLE

- 81 % DES ÉCOLES ÉLÉMENTAIRES EN ONTARIO DISENT AVOIR UN PROGRAMME INTRA-MUROS TANDIS QUE 87 % DISENT AVOIR UN PROGRAMME DE SPORTS INTER-SCOLAIRES.¹²
- 66 % DES ÉCOLES SECONDAIRES EN ONTARIO DISENT AVOIR UN PROGRAMME INTRA-MUROS TANDIS QUE 97 % DISENT AVOIR UN PROGRAMME DE SPORTS INTER-SCOLAIRES.¹³
- LE « MOINS » POUR LA NOTE ATTRIBUÉE EST DÛ À L'INCAPACITÉ D'ÉVALUER LA DURÉE ET LE TEMPS PASSÉ DANS CES PROGRAMMES ET DE SAVOIR SI CE SONT LES MÊMES PETITS GROUPES D'ENFANTS ACTIFS QUI PARTICIPENT À CES PROGRAMMES.

Famille

D+

C

ACTIVITÉ PHYSIQUE AU SEIN DE LA FAMILLE

- 64 % DES PARENTS ONTARIENS AMÈNENT RÉGULIÈREMENT LEURS ENFANTS À DES ENDROITS OÙ ILS PEUVENT ÊTRE ACTIFS.⁶
- SEULEMENT 15 % DES PARENTS CANADIENS SATISFONT AUX NOUVELLES LIGNES DIRECTRICES CANADIENNES EN MATIÈRE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE, DONC PLUSIEURS NE SONT PAS DES MODÈLES À L'ÉGARD DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE.⁹

Collectivité
et cadre bâti

A-

A-

PROXIMITÉ ET DISPONIBILITÉ

- 94 % DES PARENTS ONTARIENS AFFIRMENT QUE DES INSTALLATIONS, DES PARCS, DES ESPACES EXTÉRIEURS ET DES PROGRAMMES PUBLICS D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET DE SPORT SONT DISPONIBLES LOCALEMENT.⁶
- 75 % DES PARENTS ONTARIENS AFFIRMENT QU'UN PARC OU UN TERRAIN DE JEU EST SITUÉ À MOINS D'UN KILOMÈTRE DE LEUR RÉSIDENCE.⁶

UTILISATION DES INSTALLATIONS, DES PROGRAMMES, DES PARCS ET DES TERRAINS DE JEU

- 59 % DES PARENTS ONTARIENS DISENT UTILISER LES INSTALLATIONS ET LES PROGRAMMES PUBLICS AU MOINS À L'OCCASION, VOIR MÊME SOUVENT OU TRÈS SOUVENT.⁶
- 69 % DES PARENTS ONTARIENS AFFIRMENT QUE LEURS ENFANTS UTILISENT AU MOINS À L'OCCASION LES PARCS ET LES ESPACES EXTÉRIEURS.⁶

Politiques

B+

B

STRATÉGIES DES GOUVERNEMENTS PROVINCIAUX/TERRITORIAUX

- PLUSIEURS INITIATIVES ONT ÉTÉ MISES EN ŒUVRE POUR PROMOUVOIR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE : LE PROGRAMME D'APPRENTISSAGE DES JEUNES ENFANTS ET LE PROGRAMME AVANT ET APRÈS L'ÉCOLE POUR L'APPRENTISSAGE PRÉSCOLAIRE; LE CURRICULUM DE L'ONTARIO, ÉDUCATION PHYSIQUE ET SANTÉ; LA POLITIQUE SUR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE QUOTIDIENNE; LES NORMES DE SANTÉ PUBLIQUE DE L'ONTARIO; UTILISATION COMMUNAUTAIRE DES INSTALLATIONS SCOLAIRES; LE PROGRAMME ONTARIEN D'ACTIVITÉS APRÈS L'ÉCOLE POUR LES JEUNES DE LA 1^{RE} À LA 12^E ANNÉE. LES FONDS INVESTIS ET LES STRATÉGIES D'ÉVALUATION VARIENT POUR CHACUNE DES INITIATIVES.

INVESTISSEMENTS DES GOUVERNEMENTS PROVINCIAUX/TERRITORIAUX

- BIEN QUE LES INITIATIVES CI-DESSUS ET LES RÉCENTS INVESTISSEMENTS EN INFRASTRUCTURE INDIQUENT QU'UN MODE DE VIE SAIN ET ACTIF EST DE PLUS EN PLUS PRIORISÉ, À L'HEURE ACTUELLE LA COLOMBIE BRITANNIQUE ET LE QUÉBEC SONT LES SEULES PROVINCES AYANT DES ORGANISMES/AGENCES DE SANTÉ PUBLIQUE DISPOSANT DE SUFFISAMMENT DE RESSOURCES. CES PROVINCES DÉPENSENT DE 3 À 8 FOIS PLUS SUR LES PROGRAMMES COMPARATIVEMENT À L'ONTARIO.⁴

¹ Fondation Trillium de l'Ontario. « La diversité en Ontario: un profil communautaire ». Toronto, Ontario. <http://www.otf.ca/fr/knowledgeSharingCentre/resources/DiversityReportOntarioFRENCH.pdf>

² Alliance pour la prévention des maladies chroniques en Ontario (2011). Sondage Ipsos Reid "Healthiest Province" Février 2011. Sondage mené entre le 24 janvier et le 1^{er} février 2011.

³ Action Cancer Ontario. Plan de lutte contre le cancer en Ontario 2011-2015. <http://www.cancercare.on.ca/cms/one.aspx?portal=13778&pageId=8630> [offert en anglais seulement à la date de parution]

⁴ Alliance pour la prévention des maladies chroniques en Ontario (Ontario Chronic Disease Prevention Alliance) (2011). "Make Ontario the Healthiest Province in Canada - A statement to Ontario Political Party Leaders."

⁵ Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. Étude sur l'activité physique des enfants au Canada (EAPIC), 2009-2010.

⁶ Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (2010). Sondage indicateur de l'activité physique et du sport en 2010.

⁷ 2008-09 Family Intervention Survey.

⁸ Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH). 2009 Ontario Student Drug Use and Health Survey.

⁹ Statistique Canada (2010). Enquête canadienne sur les mesures de la santé de 2007 à 2009. Ottawa, ON.

¹⁰ Ipsos Reid (2010). "Parents consider school health and physical education classes important, seek improvements to current offering." Toronto, ON. <http://www.ipsos-na.com/news-polls/pressrelease.aspx?id=5053>

¹¹ People for Education. (2011). Annual Report on Ontario's Publicly Funded Schools in Ontario. Toronto, Ontario.

¹² Faulkner GEJ, Dwyer JJM, Irving H, Allison KR, Adlaf EM, Goodman J. (2008). Specialist or nonspecialist physical education teachers in Ontario elementary schools: Examining differences in opportunities for physical activity. The Alberta Journal of Educational Research. 54(4):407-419.

¹³ Dwyer JJM, Allison KR, LeMoine KN, Adlaf EM, Goodman J, Faulkner GEJ, Lysy DC (2006). A provincial study of opportunities for school-based physical activity in secondary schools. J Adolesc Health. 39:80-86.

La version détaillée de ce bulletin « Supplément – Bulletin de l'Ontario » comporte des données de base relatives à notre méthodologie et à nos procédures, des analyses en profondeur, des comptes rendus de recherches clés, des tableaux et des graphiques, ainsi que des références complètes.

Veillez visiter le www.activehealthykids.ca/Francais.aspx pour télécharger la version détaillée ou la version sommaire du Supplément – Bulletin de l'Ontario et pour avoir accès à du matériel additionnel qui vous permettra de mieux comprendre et de partager les résultats et les conclusions de ce bulletin.

Les partenaires stratégiques de Jeunes en forme Canada jouent un rôle essentiel dans la recherche, le développement du contenu et la transmission du Supplément – Bulletin de l'Ontario.



La production du Supplément pour l'Ontario a été rendue possible grâce au soutien financier de la Fondation Trillium de l'Ontario.



QUELLES SONT LES SOLUTIONS POSSIBLES?

Les ministres de la Santé et de la Promotion de la santé/du Mode de vie sain du Canada ont récemment déclaré que la promotion de la santé et la prévention des maladies, des incapacités et des blessures sont une priorité et sont nécessaires à la durabilité du système de la santé. Actuellement, l'investissement dans la promotion de la santé ne compte que pour 0,35 % du budget total de l'Ontario. Le gouvernement de l'Ontario dépense seulement 7,40 \$ par personne par année pour les stratégies de comportements liés à la santé comparativement à 21,00 \$ par personne par année en Colombie-Britannique et de 16,80 \$ par personne par année au Québec. Aujourd'hui, le financement pour les soins de la santé représente 46 % du budget total de la province. Si le financement se maintient au niveau actuel, ce sera 80 % du budget de la province qui y sera dévoué en 2030. ⁴

Pour que les jeunes de l'Ontario atteignent les objectifs des Lignes directrices en matière d'activité physique du Canada qui recommandent de faire au moins 60 minutes d'activité physique modérée à vigoureuse, cela étant une étape cruciale pour faire de l'Ontario la province la plus saine au Canada, nous devons :

- **MISER SUR LES ATOUTS** Des approches globales et soutenues sont d'une importance capitale pour réussir à long terme. Les premières étapes clés sont de mettre en œuvre le cadre d'action des ministres canadiens de la Santé pour freiner l'obésité juvénile et d'aider à mettre en œuvre le nouveau curriculum d'Éducation physique et santé dans le contexte du programme-cadre pour des écoles saines. Il y a plusieurs stratégies et politiques en place requérant moins d'analyse et plus d'efforts pour la mise en œuvre!
- **ACCROÎTRE LE FINANCEMENT** Le gouvernement doit s'engager à accroître les dépenses liées à la promotion de la santé pour qu'elles atteignent le niveau actuel de la Colombie-Britannique. De plus, il doit assurer un financement durable de ses stratégies destinées à la petite enfance, à l'éducation et à des programmes parascolaires qui promeuvent actuellement l'activité physique. Cela doit être bonifié avec des ressources provenant également d'autres secteurs.
- **UTILISER DES APPROCHES CIBLÉES** Tous les intervenants gouvernementaux et non-gouvernementaux doivent s'engager à déployer des efforts pour cibler nos populations les plus inactives dans le cadre d'initiatives promouvant l'activité physique dans la population. Il est impératif de rejoindre ceux qui ne croient pas pouvoir participer dans nos structures, systèmes et programmes actuels, et de travailler avec eux directement pour élaborer des initiatives qui satisfont leurs besoins et les aident à avoir un mode de vie sain et actif. Il faut faire participer les enfants et les jeunes dans les solutions si l'on veut rejoindre les diverses populations et ceux qui participent moins dans le cadre actuel.
- **ÉVALUER LES PROGRÈS** Tous les intervenants doivent s'engager à l'élaboration, à la mise en œuvre et au partage d'évaluations quantitatives et qualitatives à l'égard des politiques, des programmes, des dépenses et des campagnes de sensibilisation pour l'activité physique, ainsi qu'à la surveillance générale des niveaux d'activité physique des enfants et des jeunes de l'Ontario. La collecte et le partage continus des connaissances sont essentiels pour assurer que les efforts déployés pour promouvoir l'activité physique soient soutenus et ne cessent de s'améliorer. On ne peut gérer ce que l'on ne peut mesurer.

*Des solutions globales... mais des efforts concertés.
Ce que l'on fait pour les jeunes améliore nos vies à tous!*