

SUPPLÉMENT DU DOSSIER DE RECHERCHE

ÉDITION 7-07/09

RENSEIGNEMENTS PRÉSENTÉS PAR L'INSTITUT CANADIEN DE LA RECHERCHE SUR LA CONDITION PHYSIQUE ET LE MODE DE VIE EN COLLABORATION AVEC PARTICIPATION.



UN PROGRAMME EN DIX POINTS POUR REHAUSSER L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DE LA POPULATION

Dans un article récent, Shilton propose un moyen aux professionnels de la santé publique pour mettre les preuves de l'importance de l'activité physique au haut de l'ordre du jour des politiques publiques. Dans le Dossier de recherche sur la revendication en faveur de l'activité physique, nous décrivons les trois étapes de ce processus, c'est à dire la collecte et la présentation des preuves sur l'activité physique; l'élaboration et la présentation d'un plan d'action sur l'activité physique; et la mise en œuvre d'une stratégie à plusieurs volets pour susciter le soutien envers le plan d'action. Le présent article porte sur le programme en dix points que Shilton propose pour mettre en œuvre une démarche globale pour augmenter l'activité physique de la population. Voici ce que recommande Shilton :

1. ÉTABLIR UN GROUPE DE TRAVAIL PLURIDISCIPLINAIRE

Ce groupe doit comprendre des représentants des organismes de divers paliers de gouvernement et des organismes communautaires. On doit encourager la participation des initiateurs de politiques sur la santé, l'éducation, le transport, la planification, le sport et les loisirs ainsi que des membres des groupes d'intérêt et du grand public; viser la collaboration et les partenariats intersectoriels; et favoriser une démarche globale.



Feuillet rédigé par l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie et ParticipACTION.



LE PROGRAMME EN DIX ÉTAPES AU CANADA :

Selon les recherches, 49 p. 100 des Canadiens et Canadiennes ont suffisamment de temps de loisir pour faire de l'activité physique. Voici un échantillon des stratégies mises en œuvre pour rehausser l'activité physique :

1. De nombreux gouvernements provinciaux ont adopté une démarche pancommunautaire. En Colombie Britannique, le programme ActNowBC est un programme pangouvernemental de promotion de la santé qui appuie les écoles, les employeurs, les gouvernements locaux et les collectivités pour qu'ils élaborent et mettent en œuvre des programmes pour faciliter l'adoption d'un mode de vie sain.
2. Certaines collectivités adoptent des stratégies globales de promotion de la santé. Par exemple, dans le cadre de la campagne Saskatoon In motion, les organisateurs sensibilisent les résidents, mettent en œuvre des stratégies ciblées, édifient des partenariats et font le suivi de leurs succès.
3. En mai 2008, les ministres responsables du sport, de l'activité physique et des loisirs ont demandé à leurs fonctionnaires de proposer des solutions dont un examen des pratiques exemplaires, afin de trouver des moyens concrets d'atteindre et de dépasser les objectifs d'activité physique durant les loisirs.
4. L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie surveille les niveaux d'activité physique et sportive de la population de manière globale et dans divers lieux afin d'orienter les politiques et les pratiques actuelles portant sur les activités physiques et sportives.
5. Les efforts actuels de mise en marché sociale portent fruit comme en témoignent les succès des campagnes Canada en mouvement et ParticipACTION relancée récemment.
6. La proportion de Canadiens et Canadiennes qui sont modérément actifs diminue rapidement après l'adolescence. Chez les hommes, cette tendance est assez constante. Toutefois, chez les femmes, le déclin est plus marqué et les femmes plus âgées sont moins actives que les plus jeunes. L'Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique fait la promotion de l'activité physique auprès des filles et des femmes; la Coalition d'une vie active pour les aînés fait de même auprès des aînés tandis que l'organisme Jeunes en forme Canada s'intéresse à l'activité physique des enfants.
7. Seules 13 p. 100 des municipalités ont un plan global de transport. Trois collectivités sur cinq ont reconnu que l'agrandissement du réseau de trottoirs, de sentiers et de pistes cyclables était l'objectif d'infrastructure prioritaire afin de rehausser le niveau d'activité physique de leurs citoyens et citoyennes.
8. Les deux tiers des Canadiens et Canadiennes conviennent que la majorité des rues de leur quartier ont des trottoirs et qu'ils habitent de 10 à 15 minutes de marche d'un arrêt de transport en commun; environ 6 sur 10 conviennent qu'ils sont à distance de marche de bon nombre de magasins et d'installations de cyclisme.
9. Les municipalités adaptent leurs programmes et leurs horaires en fonction de groupes particuliers : 93 p. 100 le font pour les enfants; 92 p. 100 pour les adultes; 90 p. 100 pour les aînés; 84 p. 100 pour les familles; 79 p. 100 pour les femmes et les deux tiers pour les enfants en situation de risque, les personnes handicapées et les résidents à faibles revenus.
10. Parmi les écoles canadiennes, 35 p. 100 ont mis en œuvre des politiques sur l'éducation physique quotidienne; 36 p. 100 ont fait une mise en œuvre partielle; et 29 p. 100 n'ont pas de telles politiques.

2. ÉLABORER ET METTRE EN ŒUVRE UNE STRATÉGIE GLOBALE D'AUGMENTATION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Cette stratégie est l'élément le plus important du programme en dix points. Elle doit inclure la presse, les programmes communautaires et les démarches politiques et environnementales en plus de viser la participation de tous les secteurs de la société.

3. ASSURER UN INVESTISSEMENT SUFFISANT

On doit obtenir l'affectation de nouveaux fonds ou la réaffectation de fonds existants ainsi que la réorientation des politiques, des programmes et des dépenses.



4. SUIVRE LES PROGRÈS DE LA POPULATION

On doit faire un suivi du niveau d'activité physique de la population pour établir des données de base afin de suivre le progrès subséquent et découvrir rapidement les tendances, les succès et les échecs dans le but de mieux cibler les groupes démographiques ayant le plus besoin d'interventions.

5. FINANCER ET METTRE EN ŒUVRE DES CAMPAGNES DE SENSIBILISATION

De telles campagnes servent à sensibiliser et à renseigner les gens et l'ensemble de la société et elles peuvent influencer favorablement l'adoption de nouvelles habitudes. Ces campagnes doivent être fondées sur la recherche, disposer d'un financement suffisant à long terme et promouvoir les bienfaits de l'activité physique et sa pertinence à l'égard des divers secteurs de la collectivité. Les campagnes doivent aussi être conçues selon les meilleures connaissances en mise en marché sociale.

6. FINANCER LA PARTICIPATION POPULAIRE PAR DES PROGRAMMES À L'EFFICACITÉ ÉPROUVÉE

On doit offrir aux divers groupes cibles des activités accessibles et abordables, et ce, dans les secteurs où le besoin est le plus important.

7. FINANCER DES PROGRAMMES DE TRANSPORT ACTIF

La marche et le vélo sont les activités physiques les plus courantes, les plus abordables et les plus populaires. De concert avec le transport en commun, elles constituent des moyens de transport écologique et durable.

8. ÉTABLIR DES PARTENARIATS AVEC LES URBANISTES

La marche et d'autres activités physiques sont influencées par l'aménagement des quartiers et des édifices dont les

écoles et d'autres éléments d'architecture urbaine. On doit établir des partenariats stratégiques avec les urbanistes, les ingénieurs et les architectes afin que les possibilités d'activité physique soient à l'ordre du jour.

9. ADOPTER UNE DÉMARCHÉ AXÉE SUR LES ÉTAPES DE LA VIE

On doit mettre en œuvre des programmes qui tiennent compte des besoins des divers groupes démographiques qui risquent de diminuer leur niveau d'activité physique dont les enfants et les adolescents, les jeunes adultes, dont plus particulièrement les jeunes femmes, et les adultes d'âge moyen.

10. EXIGER UNE ÉDUCATION PHYSIQUE OBLIGATOIRE

On doit mettre en œuvre des programmes appropriés et bien conçus, présentés par des enseignants qualifiés, afin de rehausser le niveau d'activité physique des enfants et leurs compétences physiques.



POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS :

Shilton, T., « Advocacy for physical activity From evidence to influence », Promotion and Education, International Union for Health Promotion and Education, vol. 13, no 2, 2006, p. 118-126.

Statistiques : www.cflri.ca

ActNowBC : www.actnowbc.ca

Saskatoon in Motion : www.in-motion.ca

Campagne Canada en mouvement : www.cflri.ca/fra/dossier_recherche/documents/Research_file_fr_09_02.pdf

ParticipACTION : www.participaction.com

Femmes et filles : Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique; www.caaws.ca

Aînés : www.alcoa.ca

Enfants : Jeunes en forme; www.jeunesenforme.ca