

## Qu'est-ce qu'un modèle écologique?

Le terme écologique fait référence à l'ensemble des interactions entre l'individu et son environnement social et physique. Ainsi, une approche écologique s'intéresse aux gestes, aux caractéristiques d'un individu, à ses relations avec son environnement ainsi qu'à ses aptitudes et capacités à interagir avec ce dernier.

Utiliser un modèle écologique comme cadre de référence dans l'élaboration de stratégies de promotion de l'activité physique permet d'avoir une vue d'ensemble de la problématique de la sédentarité. Ce type d'approche permet de réaliser que certains partenaires, auxquels on n'avait pas pensé de prime abord, doivent participer à la promotion de l'activité physique. Les modèles écologiques fournissent également l'occasion d'agir sur différents facteurs influençant les décisions des personnes quant au niveau d'activité physique à inclure dans leur vie.

### Quelques exemples de modèles écologiques

- Le modèle écologique de développement de l'enfant de Bronfenbrenner (1979).
- Le modèle écologique de White et Jodoin sur la prévention du suicide chez les jeunes (White et Jodoin, 1998).
- Le cadre conceptuel de Kino-Québec en matière de promotion d'un mode de vie physiquement actif.

Marie-Pierre Arsenault et Guy Thibault