

Portrait des jeunes Sherbrookois de 4 à 17 ans en matière d'activité physique et sportive et d'alimentation

Analyse détaillée par communauté



Ce document a été produit par :

Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie
300, rue King Est, bureau 300
Sherbrooke (Québec) J1G 1B1
Téléphone : 819 566-7861
Télécopieur : 819 569-8894

Coordination

Service de la surveillance de la santé publique et de l'évaluation
Direction de santé publique et de l'évaluation

Rédaction

Gino Perreault, agent de planification, de programmation et de recherche

Collaboration

Pascale Morin, Ph. D., Faculté d'éducation physique et sportive, Université de Sherbrooke
Sylvain Turcotte, Ph. D., Faculté d'éducation physique et sportive, Université de Sherbrooke

Révision des textes, mise en pages et correction

Marie-Ève Brière, agente administrative
Caroline Smith, agente administrative
Sylvie Castonguay, agente administrative

Citation suggérée

Perreault, G., P. Morin et S. Turcotte (2011). *Portrait des jeunes Sherbrookoïses de 4 à 17 ans en matière d'activité physique et d'alimentation : analyse détaillée par communauté.*

Dépôt légal – 2011

Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque et Archives du Canada

ISBN : 978-2-923743-45-5 (version imprimée)

ISBN : 978-2-923743-46-2 (version PDF)

Dans ce document, le genre masculin est utilisé dans le seul but d'alléger le texte et, lorsqu'il y a lieu, désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Toute reproduction totale ou partielle est autorisée à condition de mentionner la source.

Pour obtenir copie de ce document, vous pouvez communiquer avec l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie au 819 566-7861. Ce document est également disponible sur le site Internet de l'Agence, à l'adresse suivante : www.santeestrie.qc.ca.

Avant-propos

Au cours de l'année 2007, l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie, le Centre de santé et de services sociaux – Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke, la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke (CSRS), Québec en Forme et la Ville de Sherbrooke, se sont associés dans le but de dresser un portrait des habitudes de vie (alimentation et activité physique et sportive) des jeunes Sherbrookoises de 4 à 17 ans. Ce portrait constitue le point de départ d'un plan d'action concerté ayant pour objectif d'améliorer les habitudes de vie des jeunes.

Une enquête transversale a été réalisée au printemps 2008. Au total, 8 612 (79 %) parents d'élèves de niveau primaire et 5 250 (83 %) élèves de niveau secondaire de la CSRS ont répondu à un questionnaire portant sur les habitudes de vie des jeunes, mentionnées ci-haut.

Les résultats se retrouvent dans le rapport final du *Portrait des Sherbrookoises de 4 à 17 ans en matière d'alimentation et d'activité physique et sportive*. Le présent document présente des résultats complémentaires sur ces deux habitudes de vie à l'échelle des communautés locales. Par ailleurs, un croisement de données permet de dresser un profil alimentaire des jeunes qui atteignent les recommandations d'experts en activité physique et de ceux qui ne l'atteignent pas. Ainsi, il est possible de comparer les habitudes alimentaires des jeunes qui font un minimum de 60 minutes d'activité physique sur une base quotidienne, avec ceux qui n'atteignent pas cette recommandation.

Veuillez prendre note que, même si certains élèves demeurent à l'extérieur du territoire de la Ville de Sherbrooke, seules les communautés situées à l'intérieur du périmètre de celle-ci ont été retenues. Étant donné les très faibles effectifs, les valeurs obtenues pour les autres communautés sont jugées imprécises et ne sont pas présentées.

Table des matières

Avant-propos	iii
1. Introduction – Activité physique.....	1
2. L’atteinte des recommandations d’experts.....	1
2.1 Les garçons plus actifs que les filles.....	2
2.2 Proportion des jeunes atteignant les recommandations par école.....	2
2.3 L’adolescence, une période charnière.....	4
2.4 L’atteinte des recommandations et les communautés.....	4
3. Types d’activités pour atteindre les recommandations	7
3.1 Plus populaires au primaire	7
3.2 Les APS organisées.....	8
3.2.1 Les APS organisées et les communautés.....	8
3.2.2 Les APS organisées et les coûts associés	11
3.2.3 Soccer, hockey sur glace et ski alpin / planche à neige organisés.....	11
3.3 Les APS libres.....	11
3.3.1 Les APS libres et les communautés.....	12
3.3.2 Soccer, hockey sur glace et ski alpin / planche à neige libres.....	14
3.4 Les déplacements actifs.....	14
3.4.1 Les déplacements actifs et les communautés	15
3.4.2 Les déplacements actifs et le sentiment de sécurité.....	16
3.4.3 Les déplacements actifs, une question de proximité	16
4. Les facteurs empêchant la pratique d’APS	17
4.1 Facteurs selon le niveau scolaire.....	17
5. Recommandations – activité physique	18
6. Introduction – Pratiques alimentaires.....	20
7. Fréquence de consommation par communauté.....	20
8. Repas.....	24
8.1 Déjeuner	24
8.2 Dîner	24
8.3 Souper.....	25
8.3.1 Avec qui?	25
8.3.2 Dans quelle pièce?.....	26

9.	Alimentation hors du cadre familial	27
9.1	Établissements de restauration rapide.....	27
9.2	Dépanneurs.....	29
9.3	Machines distributrices	30
10.	Recommandations - alimentation	30
11.	Introduction – croisements activité physique et alimentation.....	31
12.	La perception du poids	31
12.1	La perception du poids chez les jeunes du primaire.....	32
12.2	La perception du poids chez les jeunes du secondaire.....	33
13.	Pratiques alimentaires et le niveau d’APS.....	33
14.	Établissements de restauration rapide et le niveau d’APS.....	34
15.	Recommandations – croisements activité physique et alimentation.....	34
	Annexe A.....	35
	Annexe B.....	37
	Annexe C.....	39
	Annexe D.....	41
	Annexe E.....	43
	Annexe F.....	45
	Annexe G.....	47
	Annexe H.....	49
	Annexe I.....	51
	Annexe J.....	53
	Annexe K.....	55
	Annexe L.....	57
	Annexe M.....	59
	Annexe N.....	61
	Annexe O.....	63
	Annexe P.....	65
	Annexe Q.....	67
	Notes méthodologiques.....	69
	Glossaire.....	71
	Références bibliographiques.....	73

Liste des tableaux

Tableau I :	Proportion de jeunes de 4 à 17 ans réalisant 60 minutes ou plus d'activité physique par jour, Sherbrooke, 2008.....	2
Tableau II :	Proportion de jeunes de 4 à 17 ans réalisant 60 minutes ou plus d'activité physique par jour par école primaire, Sherbrooke, 2008.....	3
Tableau III :	Proportion de jeunes de 4 à 17 ans réalisant 60 minutes ou plus d'activité physique par jour par école secondaire, Sherbrooke, 2008.....	3
Tableau IV :	Proportion de jeunes de 4 à 17 ans réalisant 60 minutes ou plus d'activité physique par jour selon le niveau scolaire et la communauté de résidence, Sherbrooke, 2008.....	6
Tableau V :	Proportion de jeunes de 4 à 17 ans ayant pratiqué différents types d'activités physiques selon le sexe et le niveau scolaire, Sherbrooke, 2008.....	8
Tableau VI :	Proportion de jeunes de 4 à 17 ans s'étant inscrits à au moins une APS organisée selon le niveau scolaire et la communauté de résidence, Sherbrooke, 2008.....	10
Tableau VII :	Proportion de jeunes de 4 à 17 ans ayant fait des APS libres selon le niveau scolaire et la communauté de résidence, Sherbrooke, 2008.....	13
Tableau VIII :	Proportion de jeunes de 4 à 17 ans optant principalement pour les déplacements actifs pour se rendre à l'école par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008.....	15
Tableau IX :	Classement général des communautés locales en fonction des 22 catégories d'aliments, Sherbrooke, 2008.....	23
Tableau X :	Pourcentage de jeunes de 4 à 17 ans ayant mangé au moins un repas du soir seuls au cours des sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008.....	26
Tableau XI :	Pourcentage de jeunes du secondaire ayant mangé à la maison au moins une fois un repas provenant du restaurant (livré ou « pris en passant ») au cours des sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008.....	28
Tableau XII :	Pourcentage de jeunes du secondaire ayant acheté des aliments ou des boissons au dépanneur ou à l'épicerie au cours des sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008.....	29
Tableau XIII :	Proportion de jeunes du primaire considérés comme étant suffisamment actifs par leurs parents en fonction de la perception du poids corporel, Sherbrooke, 2008.....	32
Tableau XIV :	Proportion de jeunes du primaire ayant occasionnellement ou régulièrement certains obstacles à la pratique d'APS en fonction de la perception poids corporel, Sherbrooke, 2008.....	33
Tableau XV :	Nombre de répondants par communauté selon le niveau scolaire.....	37

Liste des figures

Figure 1.	Proportion des jeunes de 4 à 17 ans qui réalisent au moins 60 minutes d'activité physique par jour selon l'âge et le sexe.....	4
-----------	--	---

1. Introduction – Activité physique

La prévalence de l'obésité chez les jeunes a considérablement augmenté au cours des dernières décennies. On estime qu'environ 10 % des enfants d'âge scolaire dans le monde ont un excès de poids. Parmi ceux-ci, près du quart sont considérés comme obèses. Ces jeunes sont plus à risque de développer des maladies chroniques (Lobstein, 2004).

On associe la sédentarité à la prévalence de l'obésité. L'inactivité physique est actuellement considérée comme l'une des principales causes de l'excès pondéral, surpoids et obésité confondus, chez les adolescents (Delagrande et Annaheim, 2009). Une pratique régulière d'activité physique aide à prévenir et à réduire l'obésité, ainsi qu'à maintenir un poids santé (World Health Organization, 2007).

Dans les pages suivantes, le portrait de la pratique d'activité physique et sportive (APS) des jeunes Sherbrookoïses de 4 à 17 ans sera exposé selon différents aspects : l'atteinte des recommandations d'experts en matière d'activité physique par jour, ainsi que les différents types d'activités pour atteindre ces recommandations. Les données seront présentées selon le niveau de scolarité, le sexe, et d'après les 33 communautés de la Ville de Sherbrooke (Annexe A) où chaque communauté est représentée par un numéro et une couleur différente. De plus, il est possible de connaître le nombre de répondants par communauté selon le niveau de scolarité, en consultant l'Annexe B. Par ailleurs, des liens sont faits avec l'indice de défavorisation matérielle et sociale combinées par Robert Pampalon à l'échelle des communautés¹. Cet indice, développé par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), est obtenu à partir de six indicateurs socioéconomiques, issus du recensement.

2. L'atteinte des recommandations d'experts

Les recommandations d'experts en matière d'activité physique concernant les jeunes suggèrent que les enfants et les adolescents réalisent 60 minutes ou plus d'activité physique d'intensité moyenne et élevée par jour (OMS, 2010; Physical Activity Guidelines Advisory Committee, 2008). Différentes études effectuées auprès des jeunes ont démontré que les garçons sont plus propices que les filles à atteindre ces recommandations, et on observe que le niveau d'activité physique diminue à l'adolescence (Clark, 2008; Currie et al., 2008; Nolin et Hamel, 2005). De plus, même si la proportion de jeunes physiquement actifs a augmenté au cours des dernières années, les niveaux d'activités des enfants et des jeunes Canadiens sont encore très insuffisants (Cameron et al., 2005).

1. Habituellement, cet indice est calculé à l'échelle des aires de diffusion.

2.1 Les garçons plus actifs que les filles

Les résultats de cette étude démontrent que près de deux Sherbrookoïses de 4 à 17 ans sur cinq (41,4 %) réalisent 60 minutes ou plus d'activité physique par jour (Tableau I).

Peu importe le niveau scolaire, la proportion de garçons atteignant les recommandations d'experts en matière d'activité physique est supérieure à celle des filles.

En moyenne, environ un garçon sur deux (48,5 %) et une fille sur trois (34,3 %) sont physiquement actifs au moins 60 minutes par jour.

Tableau I

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans réalisant 60 minutes ou plus d'activité physique par jour, Sherbrooke, 2008

	Sexe		Sexes réunis (%)
	Masculin (%)	Féminin (%)	
Primaire	45,0	34,3	39,8
Secondaire	54,9	34,2	44,4
Primaire et Secondaire	48,5	34,3	41,4

2.2 Proportion des jeunes atteignant les recommandations par école

Parmi toutes les écoles ayant participé à cette étude, il n'y a seulement que deux écoles de niveau primaire (Tableau II) où plus de la moitié des élèves sont physiquement actifs au moins 60 minutes par jour : l'école des Enfants-de-la-Terre (57,5 %) et l'école Jean-XXIII (51,7 %). Au niveau secondaire (Tableau III), on ne retrouve qu'une seule école dans cette situation : l'école du Triolet (52,5 %). Au moment de la collecte de données, neuf écoles s'étaient engagées dans l'implantation de l'approche École en santé². Parmi celles-ci (en couleur dans le tableau), seulement deux possèdent une proportion plus élevée de jeunes réalisant 60 minutes ou plus d'activité physique par jour, que la moyenne de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke (CSRS), selon leur niveau scolaire respectif : au primaire (Tableau II), l'école du Boisjoli (44,3 %), et au secondaire (Tableau III), l'école de la Montée – Pavillon Le Ber (44,6 %).

2. Cette approche vise à accroître l'efficacité des interventions de promotion-prévention pour la santé, le bien-être et la réussite des jeunes d'âge scolaire, tout en favorisant la création de liens significatifs entre le jeune, sa famille, l'école et la communauté.

Tableau II

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans réalisant 60 minutes ou plus d'activité physique par jour par école primaire, Sherbrooke, 2008

Primaire	%	Primaire	%
Enfant-de-la-Terre	57,5 (+)	Primaire - CSRS	39,8
Jean-XXIII	51,7 (+)	Notre-Dame-du-Rosaire	39,6
Sylvestre	49,7 (+)	Carillon (de)	39,0
Quatre-Vents (St-Joseph)	49,4	Desjardins	38,8
Notre-Dame-de-Liesse	47,9 (+)	Cœur-Immaculé	37,9
Hélène-Boullé	45,7	Quatre-Vents (Bussières)	37,6
Laroque	44,5	Marie-Reine	37,6
Boisjoli (du)	44,3	Maisonnée (de la)	37,2
Saint-Esprit	44,1	Jardin-des-Lacs	37,0
Beaulieu	44,0	Desranleau	37,0
Passerelle (de la)	43,9	Notre-Dame-des-Champs	36,8
Champlain	43,6	Soleil-Levant	36,8
Sainte-Anne	43,6	Alfred-DesRochers	35,7
Laporte	43,5	Écollectif	35,5
Samare	43,0	Marie-Immaculée	34,7
Pie-X	42,5	Académie du Sacré-Coeur	34,6
Saint-Antoine	41,9	Eymard	34,5
Assomption (de l')	41,7	Sainte-Famille	33,5
Brébeuf	41,7	Source-Vive	32,9
Val-du-Lac	41,2	Sacré-Coeur	28,5 (-)
Notre-Dame-de-la-Paix	41,0		

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la CSRS au seuil de 0,05

Tableau III

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans réalisant 60 minutes ou plus d'activité physique par jour par école secondaire, Sherbrooke, 2008

Secondaire	%
du Triolet	52,5
Val-du-Lac	45,1
de La Montée (Le Ber)	44,6
Secondaire - CSRS	44,4
de La Montée (St-François)	44,3
du Phare	41,3
Mitchell-Montcalm (Mitchell)	37,4
Mitchell-Montcalm (Montcalm)	34,7
Enfants-de-la-Terre	12,5

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la CSRS au seuil de 0,05

2.3 L'adolescence, une période charnière

Lorsque les données sont regroupées par âge (Figure 1), on constate qu'au début de l'adolescence, il y a augmentation de la proportion des jeunes, tant chez les garçons que chez les filles, qui réalisent au moins 60 minutes d'activité physique par jour. Cependant, cette proportion diminue tout au long de l'adolescence, à l'exception des garçons de 17 ans.

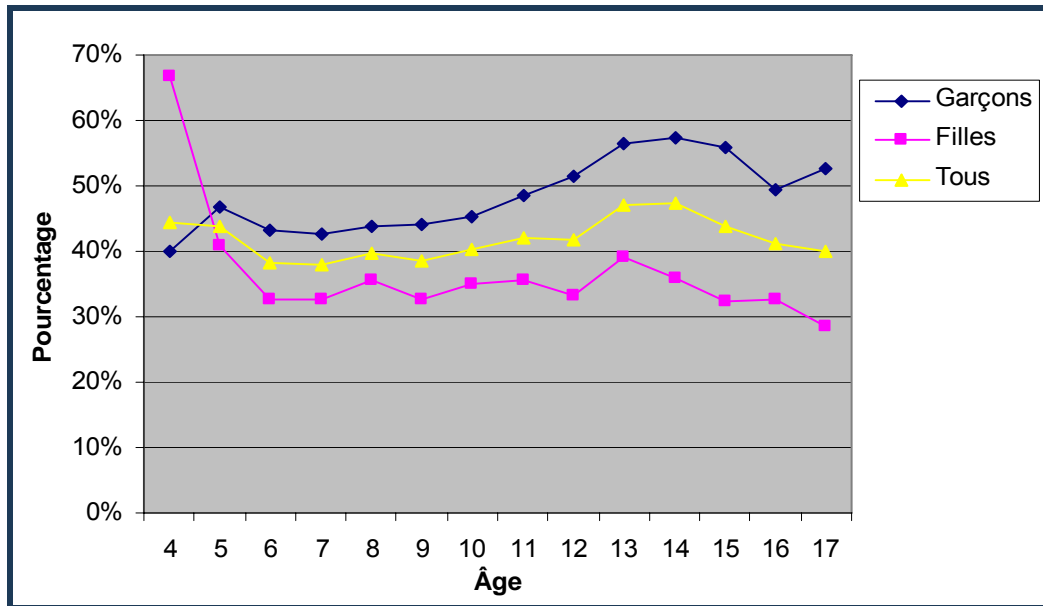


Figure 1. Pourcentage des jeunes de 4 à 17 ans qui réalisent au moins 60 minutes d'activité physique par jour selon l'âge et le sexe, Sherbrooke, 2008

2.4 L'atteinte des recommandations et les communautés

Les données par communauté³ de la Ville de Sherbrooke démontrent que la communauté des Grands-Monts (C-14) est celle où l'on retrouve la plus grande proportion de jeunes effectuant quotidiennement 60 minutes ou plus d'activité physique (Tableau IV). Dans les dix communautés ayant la plus grande proportion, on en retrouve cinq des sept de l'arrondissement du Mont-Bellevue, et trois des six communautés de Rock Forest-Saint-Élie-Deauville. À l'opposé, la proportion la plus faible se retrouve dans la communauté de Saint-Jean-Baptiste (C-10). Parmi les dix communautés possédant la plus petite proportion, on retrouve cinq des huit communautés de l'arrondissement de Fleurimont, et trois des neuf communautés de Jacques-Cartier. Autre fait d'intérêt, la plupart des communautés défavorisées, autant sur le plan social que sur le plan économique (en couleur dans le tableau), possèdent des proportions parmi les plus élevées sur le territoire de la Ville de Sherbrooke.

3. Dans ce cas-ci, une communauté représente un regroupement d'unités de voisinage possédant, au total, une population d'environ 5 000 personnes. Elle se compose de secteurs ayant des caractéristiques similaires.

Comme il a été vu dans le Tableau I :

Il y a une plus grande proportion d'élèves du secondaire qui atteignent les recommandations d'experts en matière d'activité physique que ceux du primaire.

Pour la plupart des communautés, on retrouve la même tendance. Cependant, il existe des exceptions. En ce sens, les communautés des Grands-Monts (C-14), de Saint-Alphonse (C-27), de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16), de l'Immaculée-Conception (C-13), d'André-Viger (C-32), du Vieux-Nord (C-28) et des Jardins-Fleuris (C-6) possèdent une plus grande proportion d'élèves du primaire qui sont physiquement actifs sur une base quotidienne.

Tableau IV

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans réalisant 60 minutes ou plus d'activité physique par jour selon le niveau scolaire et la communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	Primaire (%)	Secondaire (%)	Primaire et secondaire (%)
des Grands-Monts (C-14)	50,0	40,9	47,6 (+)
de l'Université (C-17)	43,8	51,4	46,4 (+)
de Saint-Michel (C-5)	43,9	50,0	46,2
de Saint-Alphonse (C-27)	46,4	44,7	45,9
du Petit-Lac-Magog (C-19)	42,1	54,9	45,8
de Sainte-Catherine (C-18)	43,0	50,0	45,1
de Boisjoli (C-21)	43,9	45,8	44,5
du Centre-Ville (C-12)	42,6	47,6	44,1
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	46,5	39,7	44,1
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	43,8	44,3	44,0
du Phare (C-15)	41,3	47,4	43,9
du Pin-Solitaire (C-4)	41,2	47,1	43,5
de l'Immaculée-Conception (C-13)	43,3	43,0	43,2
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	41,7	44,6	43,0
de Desranleau (C-7)	39,4	48,3	42,1
de Lavigerie (C-9)	40,8	44,0	41,9
du Mi-Vallon (C-20)	38,9	47,7	41,6
d'André-Viger (C-32)	41,9	41,1	41,6
d'Hélène-Boullé (C-26)	40,2	45,5	41,5
de Saint-Élie (C-24)	37,9	49,7	41,4
Ville de Sherbrooke	39,8	44,4	41,4
du Vieux-Nord (C-28)	46,7	31,7	41,2
de Deauville (C-23)	39,9	44,1	41,1
de Lionel-Groulx (C-30)	38,8	43,1	40,6
de Laurentie (C-29)	40,4	40,8	40,5
de Lennoxville (C-11)	38,4	43,2	39,2
des Jardins-Fleuris (C-6)	39,6	37,9	39,1
de Julien-Ducharme (C-3)	32,8	51,1	38,7
des Châteaux (C-8)	36,5	42,3	38,4
de Beckett (C-25)	35,5	40,3	37,3
de Brompton (C-1)	35,3	40,9	36,7 (-)
de l'Aéroport (C-2)	32,7	40,5	35,2 (-)
de Chauveau (C-31)	27,8	43,8	33,5 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	28,5	36,9	31,7 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

3. Types d'activités pour atteindre les recommandations

Pour atteindre les recommandations d'experts en matière d'activité physique, trois types d'activités physiques peuvent être pratiqués : les APS organisées, les APS libres et les déplacements actifs. Le Tableau V fait ressortir le pourcentage de garçons et de filles du primaire et du secondaire qui ont pratiqué de façon régulière au moins une APS organisée, qui ont fait des APS libres, ainsi que ceux qui se sont rendus à l'école en optant principalement pour les déplacements actifs (à pied, en patin à roues alignées ou à vélo) au cours des douze derniers mois.

3.1 Plus populaires au primaire

Au niveau primaire, les deux tiers des élèves (67,8 %) ont participé à une APS organisée, avec une proportion légèrement supérieure du côté des garçons (69,7 % contre 65,9 % pour les filles). Pour ce qui est des APS libres, la quasi-totalité (97,4 %) des Sherbrookoises de ce niveau scolaire en ont fait au cours de l'année. D'autre part, trois élèves sur dix (29,7 %) se sont rendus à l'école essentiellement à pied, en patin à roues alignées ou en vélo l'automne. Cette proportion diminue à un élève sur quatre (26,3 %) pendant l'hiver.

La situation est similaire pour les élèves des écoles secondaires : près de deux élèves sur trois (63,1 %) ont pratiqué au moins une APS organisée. Tout comme au niveau primaire, il existe une proportion plus importante de garçons qui a pratiqué au moins une APS organisée au cours des douze mois qui ont précédé l'administration du questionnaire (68,7 % contre 57,6 % pour les filles). Par ailleurs, la majorité des élèves fréquentant une école secondaire (92,8 %) ont fait des APS libres, et un peu plus d'un élève sur cinq (20,8 %) a opté pour les déplacements actifs en automne. En hiver, ce pourcentage est réduit à 15,8 %.

Tableau V

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans ayant pratiqué différents types d'activités physiques selon le sexe et le niveau scolaire, Sherbrooke, 2008

		Sexe		Sexes réunis (%)
		Masculin (%)	Féminin (%)	
Primaire	APS organisées	69,7	65,9	67,8
	APS libres	97,8	97,1	97,4
	Déplacements actifs (automne)*	30,2	29,2	29,7
	Déplacements actifs (hiver)*	26,7	25,6	26,3
Secondaire	APS organisées	68,7	57,6	63,1
	APS libres	93,0	92,6	92,8
	Déplacements actifs (automne)*	22,7	19,0	20,8
	Déplacements actifs (hiver)*	18,5	13,2	15,8

* À pied, en patin à roues alignées ou à vélo

3.2 Les APS organisées

La pratique d'APS organisées contribue fortement au niveau recommandé d'activité physique des jeunes. Selon une étude canadienne, les enfants qui participent à des APS organisées sont plus actifs physiquement que tous les autres enfants (Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, 2006).

Par ailleurs, les jeunes qui participent à des APS organisées ont davantage tendance à demeurer actifs à l'âge adulte (Le Menestrel et Perkins, 2007).

En 2005, le Québec figurait parmi les provinces où le pourcentage de jeunes de 5 à 14 ans qui optent pour des APS organisées était le moins élevé (Clark, 2008).

3.2.1 Les APS organisées et les communautés

Lorsque regroupées par communauté, les données indiquent que la communauté d'Hélène-Boullé (C-26), très favorisée au plan matériel, est celle où la proportion de jeunes inscrits à des APS organisées est la plus élevée (Tableau VI).

Il s'agit de la seule communauté avec une proportion supérieure à 80 %. À l'inverse, les sept communautés défavorisées sur les plans matériel et social (en couleur dans le tableau) possèdent les sept proportions d'inscription les plus faibles. Aucune d'entre elles n'atteint une proportion de 60 % (niveaux scolaires réunis).

Comme le démontre le Tableau VI :

Il existe une plus grande proportion de jeunes du primaire qui s'inscrivent à des APS organisées.

À l'instar de la moyenne municipale, la majorité des communautés possèdent une plus grande proportion de jeunes du primaire que ceux du secondaire inscrits à au moins une APS organisée. Toutefois, environ le tiers des communautés ont une plus grande proportion de jeunes fréquentant une école secondaire s'étant inscrits à des APS : les communautés de Saint-Alphonse (C-27), de Brompton (C-1), du Phare (C-15), du Pin-Solitaire (C-4), de l'Aéroport (C-2), de Saint-Jean-Baptiste (C-10), des Grands-Monts (C-14), de Saint-Michel (C-5), de même que la communauté de l'Immaculée-Conception (C-13). Pour sa part, la communauté de Lionel-Groulx (C-30) est la seule avec des proportions égales au primaire et au secondaire.

Tableau VI

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans s'étant inscrits à au moins une APS organisée selon le niveau scolaire et la communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	Primaire (%)	Secondaire (%)	Primaire et secondaire (%)
d'Hélène-Boullé (C-26)	88,0	80,0	86,0 (+)
de Beckett (C-25)	80,7	69,7	76,6 (+)
de Sainte-Catherine (C-18)	79,1	69,8	76,1 (+)
de Saint-Alphonse (C-27)	74,5	79,3	76,0 (+)
de Chauveau (C-31)	77,2	70,2	74,8 (+)
de Laurentie (C-29)	75,6	70,4	73,9 (+)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	77,1	66,7	73,5 (+)
des Châteaux (C-8)	74,7	70,9	73,4 (+)
d'André-Viger (C-32)	79,6	61,6	73,2 (+)
de Lionel-Groulx (C-30)	71,7	71,7	71,7
de Desranleau (C-7)	71,3	68,6	70,5
de Deauville (C-23)	72,7	63,6	70,1
de Lennoxville (C-11)	70,9	65,9	70,0
de Julien-Ducharme (C-3)	70,4	68,5	69,8
de Saint-Élie (C-24)	71,5	64,9	69,5
de l'Université (C-17)	70,6	66,9	69,2
du Mi-Vallon (C-20)	69,6	66,2	68,5
de Brompton (C-1)	68,0	69,1	68,3
de Boisjoli (C-21)	69,7	63,7	67,7
du Petit-Lac-Magog (C-19)	68,2	65,6	67,4
Ville de Sherbrooke	67,8	63,1	66,8
du Vieux-Nord (C-28)	69,1	59,7	65,5
du Phare (C-15)	63,7	66,9	65,1
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	70,3	57,6	64,7
du Pin-Solitaire (C-4)	60,4	68,4	64,0
de l'Aéroport (C-2)	61,3	66,7	63,1
de Lavigerie (C-9)	62,3	60,5	61,6 (-)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	58,5	59,7	59,0 (-)
des Jardins-Fleuris (C-6)	58,0	57,6	57,9 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	53,5	58,6	55,5 (-)
des Grands-Monts (C-14)	53,8	56,8	54,7 (-)
du Centre-Ville (C-12)	54,7	47,8	52,6 (-)
de Saint-Michel (C-5)	47,7	59,8	52,4 (-)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	46,1	62,3	51,9 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

3.2.2 Les APS organisées et les coûts associés

Les coûts associés aux APS organisées peuvent influencer l'inscription des jeunes à ces dernières. En ce sens, les coûts d'inscription et des équipements peuvent faire en sorte qu'un jeune s'inscrive à une APS organisée ou non.

Les données regroupées par communauté démontrent que les communautés défavorisées sur les plans matériel et social sont celles avec la proportion la plus grande de jeunes en accord avec l'affirmation « Les coûts d'inscription aux activités physiques et sportives sont trop élevés » (Annexe C).

D'autre part, on retrouve une situation similaire lorsqu'il est question des coûts reliés aux équipements. Ainsi, les jeunes des communautés défavorisées sur les plans matériel et social sont davantage en accord avec l'affirmation « Les coûts d'équipements pour la pratique d'activités physiques et sportives sont trop élevés », que les autres communautés. Les cinq communautés avec la plus grande proportion en accord avec cette affirmation sont des communautés défavorisées, autant sur le plan matériel que social (Annexe C). De plus, toutes ces communautés ont une proportion plus élevée que la moyenne municipale.

3.2.3 Soccer, hockey sur glace et ski alpin / planche à neige organisés

Parmi les APS organisées les plus populaires auprès des jeunes Sherbrookoïses de 4 à 17 ans, on retrouve le soccer, le hockey sur glace, ainsi que le ski alpin ou la planche à neige. Dans le but de vérifier s'il existe des relations pour chacune de ces activités avec l'ensemble des communautés locales, une analyse de données a été faite. Or, la communauté d'Hélène-Boullé (C-26) est celle qui présente la plus grande proportion de jeunes s'étant inscrits au soccer (Annexe D), ainsi qu'au ski alpin ou à la planche à neige (Annexe F). En ce qui concerne le hockey sur glace (Annexe E), la communauté avec la plus grande proportion de jeunes inscrits est celle de Sainte-Catherine (C-18). Pour ce qui est des communautés étant défavorisées sur les plans matériel et social, ils se situent toutes sous la moyenne municipale, et ce, pour les trois APS ciblées.

3.3 Les APS libres

Même si les APS libres sont moins structurées que les activités organisées, elles peuvent aussi influencer positivement la dépense énergétique. En plus, le jeu libre favorise l'imagination, la fantaisie et la créativité de l'enfant. Il peut même avoir plus de plaisir et d'intérêt à s'adonner à un jeu libre (Ferland, 2002).

Selon une étude faite auprès de 11 000 élèves américains de 8 à 9 ans, ceux qui bénéficiaient d'au moins 15 minutes de jeu libre par jour adoptaient un meilleur comportement en classe (Barros et *al.*, 2009).

3.3.1 Les APS libres et les communautés

Les données par communauté démontrent que celle d'Hélène-Boullé (C-26) est la communauté où la proportion de jeunes ayant fait des APS libres, au cours des douze mois précédant l'enquête, est la plus élevée (Tableau VII). Au contraire, toutes les communautés défavorisées, tant sur le plan matériel que sur le plan social, sont parmi celles où la proportion est la plus faible. Il est à noter qu'une seule communauté, soit celle des Grands-Monts (C-14), possède une proportion inférieure à 90 %.

Toutes les communautés, à l'exception de celles de Chauveau (C-31) et de Julien-Ducharme (C-3) où la proportion est égale, possèdent une proportion plus élevée de jeunes du primaire qui ont fait des APS libres au cours des douze mois ayant précédé l'enquête, comparativement au secondaire.

Tableau VII

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans ayant fait des APS libres selon le niveau scolaire et la communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	Primaire (%)	Secondaire (%)	Primaire et secondaire (%)
d'Hélène-Boullé (C-26)	99,1	97,2	98,6 (+)
de Lennoxville (C-11)	99,4	95,0	98,6 (+)
de Saint-Alphonse (C-27)	98,9	96,6	98,2 (+)
de Sainte-Catherine (C-18)	99,1	96,2	98,2 (+)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	99,0	95,5	97,9 (+)
de Brompton (C-1)	98,1	97,2	97,9 (+)
de Chauveau (C-31)	97,8	97,8	97,8 (+)
de Beckett (C-25)	98,1	96,9	97,6
de Laurentie (C-29)	100,0	92,5	97,6
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	99,2	94,2	97,5 (+)
de Boisjoli (C-21)	98,5	95,2	97,4 (+)
de Desranleau (C-7)	98,3	95,3	97,4 (+)
de Saint-Élie (C-24)	98,9	93,4	97,2
de l'Aéroport (C-2)	98,2	94,2	96,9
du Mi-Vallon (C-20)	98,8	92,5	96,9
des Châteaux (C-8)	99,1	92,0	96,8
de l'Université (C-17)	97,9	93,0	96,1
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	97,2	94,8	96,1
Ville de Sherbrooke	97,3	93,1	95,9
de Deauville (C-23)	98,6	88,0	95,7
de Lavigerie (C-9)	96,2	94,5	95,6
d'André-Viger (C-32)	96,7	92,9	95,4
du Phare (C-15)	96,8	92,2	94,9
de Julien-Ducharme (C-3)	94,8	94,8	94,8
de Lionel-Groulx (C-30)	95,5	93,3	94,6
du Vieux-Nord (C-28)	94,3	93,9	94,2
de l'Immaculée-Conception (C-13)	93,8	93,0	93,5
de Saint-Michel (C-5)	93,0	92,4	92,8
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	93,8	89,6	92,2 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	93,0	90,8	92,2 (-)
des Jardins-Fleuris (C-6)	93,9	87,6	92,0 (-)
du Centre-Ville (C-12)	96,2	81,8	91,9
du Pin-Solitaire (C-4)	92,2	86,8	89,9
des Grands-Monts (C-14)	89,0	80,8	86,7 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

3.3.2 Soccer, hockey sur glace et ski alpin / planche à neige libres

Il a été mentionné précédemment que le soccer, le hockey sur glace et le ski alpin ou la planche à neige figuraient parmi les APS organisées les plus populaires. Les données sur ces APS ont aussi été compilées, mais cette fois-ci, en tant qu'APS libres. Or, on constate certaines similitudes et différences entre la pratique organisée et libre de ces APS.

En ce qui concerne le soccer (Annexe D), la communauté d'Hélène-Boullé (C-26), qui possède la plus grande proportion de jeunes inscrits au soccer organisé, se retrouve au 21^e rang (sur 33) lorsque le soccer est pratiqué librement. D'autre part, même si certaines communautés défavorisées sur les plans matériel et social possèdent une faible proportion de jeunes pratiquant le soccer, autant de manière organisée que sans entraîneur ou moniteur, il existe une exception : la communauté de Saint-Michel (C-5) est parmi celles ayant la plus faible proportion de jeunes pratiquant le soccer organisé, mais elle possède une proportion plus élevée que la moyenne municipale lorsque cette activité est pratiquée librement.

Pour ce qui est du hockey sur glace (Annexe E), les trois communautés avec la plus grande proportion de jeunes pratiquant cette activité sans entraîneur ni moniteur, Desranleau (C-7), Sainte-Catherine (C-18) et Petit-Lac-Magog (C-19), sont aussi celles avec la plus grande proportion lorsque cette APS est pratiquée de manière organisée. Parmi les communautés défavorisées, autant sur plan matériel que sur le plan social, les communautés de Saint-Michel (C-5) et des Jardins-Fleuris (C-6) ont une proportion supérieure à la moyenne municipale.

Du côté du ski alpin ou de la planche à neige (Annexe F), trois communautés défavorisées sur les plans matériel et social possèdent une proportion supérieure à la moyenne municipale : les communautés de l'Immaculée-Conception (C-13), des Grands-Monts (C-14) et du Centre-Ville (C-12). Cette dernière étant celle avec la plus grande proportion parmi les 33 communautés de la Ville de Sherbrooke.

3.4 Les déplacements actifs

Les déplacements actifs représentent également un moyen favorisant l'atteinte des recommandations d'experts en matière d'activité physique. Selon une étude québécoise, 15 % des élèves, filles ou garçons, se rendent à l'école à pied ou à bicyclette seulement (Desrosiers, 2007). D'après des données européennes, les enfants qui marchent pour aller à l'école sont plus actifs pendant la semaine que ceux qui s'y rendent en voiture (Cooper et al., 2005).

Une autre enquête menée dans deux grandes villes québécoises permet de faire la lumière sur les facteurs liés au déclin de la marche et du vélo pour se rendre à l'école : les parents craignent pour la sécurité de leurs enfants (du primaire), les enfants sont dépendants des déplacements de leurs parents (ceux-ci se déplacent majoritairement en voiture pour se rendre au travail et ils déposent leurs enfants à l'école en passant), la distance entre la maison et l'école augmente, les parents ne choisissent pas nécessairement l'école à proximité du domicile (Lewis, 2008).

3.4.1 Les déplacements actifs et les communautés

Pour l'ensemble de l'année scolaire, trois jeunes sur dix (29,8 %) de 4 à 17 ans sur le territoire de la Ville de Sherbrooke optent principalement pour les déplacements actifs pour se rendre à l'école (Tableau VIII). Les trois communautés avec la plus grande proportion de jeunes se déplaçant activement (à pied, en vélo ou en patin à roues alignées) pour se rendre à l'école sont les suivantes : de l'Université (C-17), de l'Immaculée-Conception (C-13) et de Saint-Michel (C-5). Pour leur part, les communautés de Saint-Élie (C-24), de Chauveau (C-31) et du Petit-Lac-Magog (C-19) sont celles possédant la plus faible proportion. Toutes les communautés considérées comme défavorisées, tant sur le plan social que sur le plan matériel (en couleur dans le tableau), ont une proportion supérieure à la moyenne municipale.

Tableau VIII

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans optant principalement pour les déplacements actifs pour se rendre à l'école par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%	Communautés	%
de l'Université (C-17)	67,1 (+)	du Vieux-Nord (C-28)	32,0
de l'Immaculée-Conception (C-13)	64,0 (+)	du Mi-Vallon (C-20)	30,6
de St-Michel (C-5)	56,6 (+)	Ville de Sherbrooke	29,8
d'Hélène-Boullé (C-26)	55,2 (+)	de Boisjoli (C-21)	24,7 (-)
de Saint-Alphonse (C-27)	54,9 (+)	de Brompton (C-1)	20,7 (-)
des Grands-Monts (C-14)	54,8 (+)	de Lennoxville (C-11)	20,5 (-)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	53,3 (+)	de Beckett (C-25)	17,4 (-)
des Jardins-Fleuris (C-6)	53,2 (+)	de Julien-Ducharme (C-3)	15,1 (-)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	52,8 (+)	de Desranleau (C-7)	15,0 (-)
de Lavigerie (C-9)	49,3 (+)	d'André-Viger (C-32)	5,4 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	47,2 (+)	de l'Aéroport (C-2)	5,3 (-)
du Phare (C-15)	45,8 (+)	de Deauville (C-23)	5,2 (-)
du Pin-Solitaire (C-4)	44,6 (+)	de Sainte-Catherine (C-18)	3,9 (-)
du Centre-Ville (C-12)	42,6 (+)	du Petit-Lac-Magog (C-19)	3,9 (-)
de Lionel-Groulx (C-30)	35,9	de Chauveau (C-31)	3,5 (-)
de Laurentie (C-29)	35,4	de Saint-Élie (C-24)	1,5 (-)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	33,1		
des Châteaux (C-8)	33,0		

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

3.4.2 Les déplacements actifs et le sentiment de sécurité

Le sentiment de sécurité peut influencer le moyen de transport choisi pour se rendre à l'école. En effet, il semble exister un lien entre la proportion de jeunes optant pour les déplacements actifs et le sentiment de sécurité pour se rendre à l'école à pied ou en vélo.

En plus d'avoir la plus grande proportion de jeunes favorisant les déplacements actifs pour se rendre à l'école, la communauté de l'Université (C-17) possède la plus grande proportion de répondants en accord (71,5 %) avec l'affirmation « *Je peux me rendre à l'école à pied ou en vélo en toute sécurité* » (Annexe G). À l'opposé, les sept communautés avec la proportion la plus faible de jeunes se rendant à l'école principalement à pied, en vélo ou en patin à roues alignées (moins de 10 %), sont les sept communautés avec la plus grande proportion de répondants en désaccord avec l'affirmation mentionnée ci-haut (moins de 25 % sont d'accord).

3.4.3 Les déplacements actifs, une question de proximité

Lorsque l'on observe où se retrouvent les écoles de la CSRS sur le territoire de la Ville de Sherbrooke, on se rend compte qu'il pourrait exister un lien entre le nombre d'écoles dans chacune des communautés et la proportion de jeunes favorisant les déplacements actifs. Effectivement, les trois communautés avec la proportion la plus élevée de jeunes se rendant à l'école à pied, en vélo ou en patin à roues alignées possèdent trois ou quatre écoles sur leur territoire (les communautés de l'Université (C-17), de l'Immaculée-Conception (C-13) et de Saint-Michel (C-5)). Par ailleurs, aucune ou seulement une école est érigée sur le territoire de chacune des trois communautés ayant la plus faible proportion (les communautés de Saint-Élie (C-24), de Chauveau (C-31) et du Petit-Lac-Magog (C-19)).

Le croisement des données du lieu de résidence et de l'école fréquentée des répondants de l'enquête démontrent que les jeunes des communautés où les déplacements actifs sont plus populaires fréquentent particulièrement les écoles situées dans la communauté où ils résident. Ainsi, 82 % des jeunes de la communauté de l'Université (C-17), 52 % de la communauté de l'Immaculée-Conception (C-13) et 46 % de la communauté de Saint-Michel (C-5) fréquentent des écoles qui sont sur le territoire de leur communauté de résidence. De plus, un pourcentage non négligeable pourrait être ajouté à ces deux dernières communautés, car certains jeunes fréquentent une école secondaire à proximité de la frontière de la communauté voisine. Or, lorsqu'on analyse les données des trois communautés où les déplacements actifs sont moins populaires, on constate que seule la communauté de Saint-Élie (C-24) possède une proportion supérieure à 1 % (31 %) de jeunes de sa communauté fréquentant une école sur son territoire.

Finalement, un autre lien pourrait être établi entre les déplacements actifs et la superficie des communautés. En effet, les communautés de l'Université (3,8 km²), de l'Immaculée-Conception (1,7 km²) et de Saint-Michel (1,5 km²) ont de très petites superficies tandis que celles de Saint-Élie (44,8 km²) et du Petit-Lac-Magog (25,3 km²) possèdent des superficies beaucoup plus grandes. Ces dernières sont les communautés avec la plus faible proportion de jeunes se rendant à l'école à pied, en vélo ou en patin à roues alignées.

4. Les facteurs empêchant la pratique d'APS

Plusieurs facteurs peuvent empêcher les jeunes de faire de l'APS. Selon les résultats d'une étude canadienne, plus du tiers des parents estiment que les coûts de participation aux activités physiques et sportives sont un obstacle à la participation de leur enfant (Cameron et *al.*, 2005). Les parents croient aussi qu'il n'y a pas assez d'endroits où leur enfant peut être actif avec d'autres membres de la famille. Parmi les autres raisons mentionnées pour empêcher la pratique d'activité physique, on retrouve :

- la circulation dense;
- l'éclairage inadéquat;
- le manque d'information sur les possibilités d'activités physiques et sportives offertes localement aux enfants;
- le niveau limité de compétences et d'habiletés des enfants;
- la difficulté d'amener les enfants à des endroits où ils peuvent être actifs.

4.1 Facteurs selon le niveau scolaire

Dans le cadre de la présente enquête, les facteurs empêchant les jeunes de faire une quelconque APS peuvent se diviser en deux catégories : individuels et environnementaux. Peu importe le niveau scolaire, il existe des similarités pour chacune des catégories.

Les parents des jeunes du primaire croient que les principaux facteurs individuels empêchant leur enfant de faire de l'activité physique sont les suivants :

- le manque de temps (N=1051);
- le manque d'intérêt envers l'activité physique (N=1034);
- le manque de volonté ou de discipline (N=943);
- le fait que leur enfant n'aime pas faire de l'activité physique (N=552);
- le manque de confiance lors de la pratique (N=538).

Pour ce qui est des facteurs environnementaux, ceux-ci croient :

- que c'est difficile pour leur enfant de se rendre à l'école à pied ou en vélo en toute sécurité (N=4522);
- qu'il y a beaucoup de circulation (N=4401);
- que les coûts d'équipement sont trop élevés (N=4353);
- que les coûts d'inscription sont trop élevés (N=4019);
- qu'il manque d'infrastructures à proximité (N=1989).

D'autre part, les principaux facteurs individuels évoqués par les élèves de niveau secondaire sont les suivants :

- le manque de temps (N=1176);
- le fait de ne pas aimer transpirer (N=741);
- le manque d'énergie (N=642);
- le manque d'intérêt (N=604);
- le manque de discipline ou de volonté (N=599).

Ils indiquent aussi les principaux facteurs environnementaux empêchant la pratique d'activité physique :

- les coûts élevés de l'équipement (N=2185);
- le fait de ne pas être assez informés sur les APS offertes dans leur quartier (N=2136);
- les coûts d'inscription élevés (N=2060);
- l'éclairage insuffisant (N=1704);
- la difficulté de se rendre à l'école à pied ou en vélo en toute sécurité (N=1669).

Que ce soit au primaire ou au secondaire, on remarque que les facteurs environnementaux risquent davantage de constituer des obstacles à la pratique d'APS que les facteurs individuels.

5. Recommandations – activité physique

À la lumière des différents résultats, quelques recommandations pour améliorer la situation peuvent être envisagées.

Premièrement, il est nécessaire de poursuivre les différentes initiatives faisant la promotion de la pratique régulière d'activité physique, afin qu'il y ait une plus grande proportion de jeunes de 4 à 17 ans réalisant au moins 60 minutes d'activité physique par jour. Or, ces initiatives doivent tenir compte de la nécessité de travailler sur les environnements favorables et non seulement sur la programmation, car les facteurs environnementaux constituent le principal obstacle à la pratique d'APS.

Par ailleurs, une attention spéciale doit être portée aux élèves du secondaire, car le processus de désengagement envers l'activité physique commence à l'adolescence. Cette attention doit cibler davantage les filles, car les résultats démontrent qu'elles sont moins actives que les garçons.

En ce qui concerne les APS organisées, l'offre faite aux enfants et aux adolescents doit considérer les préférences des garçons et celles des filles. Ainsi, si l'offre répond aux intérêts de chacun, il y a plus de chances que le taux de participation augmente tant chez les garçons que chez les filles.

D'autre part, il serait intéressant de promouvoir les programmes d'aide financière, tel le *Fonds du sport et du loisir sherbrookoïse*, dans les communautés dites plus défavorisées. Ainsi, la proportion de jeunes pratiquant des APS organisées dans ces communautés pourrait augmenter.

De plus, dans le but d'augmenter le nombre de jeunes physiquement actifs dans les communautés plus défavorisées, il serait intéressant de développer des contextes de pratique moins contraignants : minimum d'encadrement, peu ou pas de frais d'inscription, service de prêt d'équipement et distance de déplacement minimum pour le lieu de pratique. Ainsi, la pratique se retrouverait dans un contexte à mi-chemin entre celle des APS organisées et celles des APS libres.

Pour ce qui est des déplacements actifs, si l'on souhaite augmenter la proportion de jeunes se rendant à l'école à pied ou en vélo, il est primordial de faire en sorte que chaque école soit desservie par une piste cyclable et que les trottoirs soient abondants autour des établissements scolaires. De plus, la présence de nombreux supports à vélo dans un endroit surveillé serait un incitatif pour les jeunes. Par conséquent, avec toutes ces installations, on tend à augmenter le sentiment de sécurité des enfants et des parents. D'autre part, l'effet combiné de mesures d'apaisement de circulation et d'une limitation de vitesse dans les zones résidentielles et à proximité des écoles augmenterait le sentiment de sécurité. Ces modifications favoriseraient les déplacements actifs.

Finalement, pour accroître la proportion de jeunes physiquement actifs, il est fondamental de miser sur des initiatives qui nécessitent la participation de toute la communauté : les membres des services de santé, des autorités locales, des milieux scolaire et communautaire, ainsi que les élèves et leurs parents. En incluant les jeunes dans la prise de décision, on favorise le développement d'activités qui répondent aux besoins de ceux-ci. De plus, en impliquant toutes les personnes qui gravitent autour des jeunes, on vise la mise en place d'occasions de pratique d'activité physique se déroulant à tout moment de la journée.

6. Introduction – Pratiques alimentaires

Il a été mentionné précédemment que la prévalence de l'obésité chez les jeunes a considérablement augmenté au cours des dernières décennies (Lobstein, 2004) et que la sédentarité est actuellement considérée comme l'une des principales causes de l'excès pondéral et de l'obésité chez les adolescents (Delagrande et Annaheim, 2009). Par ailleurs, ces auteurs soulignent que la prévalence croissante de l'excès pondéral serait aussi attribuable aux facteurs nutritionnels, soient des apports énergétiques liés à la consommation d'aliments riches en gras et en sucre.

Il n'y a pas que l'excès de poids qui constitue une problématique de santé chez les jeunes. En effet, il existe plusieurs écarts entre les recommandations nutritionnelles et les apports alimentaires des jeunes Québécois : seulement une faible proportion d'entre eux consomment les quantités minimales suggérées par le Guide alimentaire canadien, notamment pour les groupes des fruits et légumes et des produits laitiers (Lavallée, 2004). Selon la même enquête, la consommation de produits laitiers, de légumes et de fruits est insuffisante chez les enfants ainsi que chez les adolescents. Par ailleurs, les données concernant ces derniers révèlent qu'ils consomment beaucoup trop de sodium, mais pas assez de vitamines, de minéraux et de fibres alimentaires.

Dans les pages qui suivent, il sera question des pratiques alimentaires des jeunes selon leur communauté locale de résidence, du saut du déjeuner, des habitudes alimentaires au dîner, des caractéristiques de la prise du repas du soir, et finalement, de la prise du repas à l'extérieur du cadre familial.

7. Fréquence de consommation par communauté

Le Guide alimentaire canadien recommande la consommation d'une variété d'aliments sains provenant des quatre groupes alimentaires (Santé Canada, 2007). Il est facile pour un jeune d'obtenir tous les éléments nutritifs dont il a besoin pour sa croissance, en appliquant les recommandations énoncées.

Dans l'enquête sherbrookoise, les répondants indiquaient la fréquence de consommation (par jour, par semaine, par mois ou jamais) de 23 catégories d'aliments. Pour les fins de l'analyse qui suit, nous avons conservé 22 catégories d'aliments (le lait et la boisson de soya ont été regroupés) et deux fréquences de consommation (l'aliment a été consommé au moins une fois par jour ou au moins une fois par semaine, au cours de la dernière année). L'annexe H présente les 22 catégories d'aliments, de même que la fréquence de consommation retenue pour chacune.

D'après certaines études, les enfants qui grandissent dans des quartiers défavorisés sont plus susceptibles d'avoir une alimentation de moindre densité nutritionnelle (Simen-Kapeu et Veugelers, 2010). Or, qu'en est-il de l'alimentation des enfants vivant dans des communautés locales défavorisées sur les plans économique et social, sur le territoire de la Ville de Sherbrooke?

Pour élaborer un portrait de la consommation alimentaire par communauté de résidence, nous avons d'abord réparti les 22 catégories d'aliments en deux groupes distincts : les aliments reconnus pour leurs qualités nutritionnelles (aliments du groupe A) et ceux dont la teneur en gras, en sucre, en sel ou en caféine en font des aliments moins recherchés sur le plan nutritionnel (aliments du groupe B).

Aliments du groupe A	Aliments du groupe B
<ul style="list-style-type: none">• Légumes crus• Fruits frais• Jus de légumes ou de fruits 100 % pur• Lait ou boisson de soya• Fromages• Yogourt• Pain/bagel brun• Poisson/fruits de mer• Légumineuses• Eau naturelle	<ul style="list-style-type: none">• Charcuteries• Frites• Beignes/biscuits/pâtisseries ou autres• Mets congelés• Boissons gazeuses• Boissons pour sportifs• Boissons énergisantes• Boissons et thé glacé• Thé/café/tisane• Barbotines• Eau aromatisée• Eau minérale

Le territoire de la Ville de Sherbrooke compte 33 communautés locales. Pour chacune d'entre elles, nous avons d'abord calculé la proportion d'enfants ayant consommé les aliments des 22 catégories. Nous avons ensuite attribué une note de 1 à 33 à chaque communauté de résidence selon la proportion d'enfants qui consommaient un aliment reconnu pour ses qualités nutritionnelles (1 pour la proportion la plus élevée et 33 pour la proportion la plus faible). Nous avons inversé le pointage pour les aliments moins recherchés sur le plan nutritionnel, c'est-à-dire que nous avons donné une note de 33 à la communauté ayant la plus forte proportion de consommateurs, et la note de 1 à celle ayant obtenu le plus faible pourcentage.

Comme il y a 22 catégories d'aliments, le pointage minimum qu'une communauté peut obtenir est de 22 par niveau scolaire (primaire, secondaire) et le pointage maximum est de 726 (22 x 33). Plus la note est élevée, plus il y a d'enfants dont la consommation alimentaire laisse à désirer, en ce sens qu'elle inclut peu d'aliments reconnus pour leurs qualités nutritionnelles et beaucoup d'aliments dont la teneur en gras, en sel, en sucre ou en caféine est élevée.

En regroupant les résultats des écoles primaires et ceux des écoles secondaires, on constate que les jeunes des communautés défavorisées sur les plans matériel et social (en couleur dans le tableau) obtiennent les scores les plus élevés (Tableau IX).

Tableau IX

**Classement général des communautés locales en fonction
des 22 catégories d'aliments, Sherbrooke, 2008**

Communautés	Primaire	Secondaire	Tous
des Grands-Monts (C-14)	590	594	1184
de l'Immaculée-Conception (C-13)	570	561	1131
de Saint-Michel (C-5)	554	547	1101
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	510	535	1045
de Lavigerie (C-9)	524	515	1039
des Jardins-Fleuris (C-6)	531	481	1012
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	496	480	976
du Centre-Ville (C-12)	510	462	972
du Phare (C-15)	414	505	919
de Julien-Ducharme (C-3)	431	352	783
de Lionel-Groulx (C-30)	410	367	777
de l'Aéroport (C-2)	349	424	773
de Boisjoli (C-21)	331	429	760
de Brompton (C-1)	365	377	742
de Deauville (C-23)	357	383	740
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	345	365	710
de l'Université (C-17)	386	296	682
d'André-Viger (C-32)	286	395	681
de Desranleau (C-7)	310	368	678
du Mi-Vallon (C-20)	309	361	670
des Châteaux (C-8)	334	326	660
du Pin-Solitaire (C-4)	409	239	648
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	256	348	604
de Laurentie (C-29)	301	291	592
de Lennoxville (C-11)	321	247	568
de Chauveau (C-31)	334	229	563
de Saint-Alphonse (C-27)	244	319	563
de Beckett (C-25)	254	304	558
du Petit-Lac-Magog (C-19)	289	257	546
de Saint-Élie (C-24)	286	237	523
de Sainte-Catherine (C-18)	191	318	509
d'Hélène-Boullé (C-26)	240	216	456
du Vieux-Nord (C-28)	217	161	378

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

8. Repas

8.1 Déjeuner

On entend fréquemment que le déjeuner est le repas le plus important. Le fait de consommer des aliments au déjeuner, en privilégiant ceux avec une grande valeur nutritive, permet d'influencer positivement la mémoire, les performances académiques et l'humeur (Rampersaud et coll., 2005). Néanmoins, les auteurs de cette revue de littérature mentionnent qu'entre 10 % et 30 % des jeunes occidentaux sautent le déjeuner.

À Sherbrooke, les données sont-elles similaires? Y-a-t-il des différences en fonction du statut économique et social? L'habitude de sauter le petit déjeuner commence vers l'âge de 11 ans. Au secondaire, 31 % des élèves de Sherbrooke disent avoir sauté au moins un petit déjeuner dans les cinq derniers jours d'école et 38 %, au cours de la dernière fin de semaine.

Les proportions varient selon les communautés de résidence et on observe qu'elles sont en général plus élevées dans les communautés défavorisées sur les plans économique et social. La tendance est la même, qu'elle concerne les matins de semaine ou de fin de semaine (Annexe I).

8.2 Dîner

Pendant les jours d'école, diverses options s'offrent aux jeunes quant à l'endroit où ils prendront leur repas. À Sherbrooke, environ la moitié des jeunes du primaire et du secondaire ont apporté leur boîte à lunch à chacun des cinq jours précédant l'enquête, et 30 % d'entre eux ont mangé un repas de la cafétéria scolaire au moins une fois sur la même période (Morin, 2009).

Les habitudes des jeunes diffèrent-elles s'ils proviennent d'un milieu défavorisé ou d'un milieu favorisé? Les résultats de l'enquête indiquent que les communautés défavorisées sur les plans matériel et social (en couleur dans le tableau) sont parmi celles, à l'exception des communautés du Centre-Ville (C-12) et de Saint-Jean-Baptiste (C-10), avec la plus faible proportion de jeunes de 4 à 17 ans ayant apporté leur lunch à l'école au moins une fois dans les cinq jours qui ont précédé l'enquête (Annexe J). C'est donc dire que la majorité des communautés favorisées ont des proportions plus élevées de jeunes ayant apporté leur lunch.

On retrouve une situation similaire concernant la proportion de jeunes ayant mangé au moins un repas préparé à la cafétéria sur la même période. Cette situation est davantage marquée au primaire, alors que seule la communauté des Grands-Monts (C-14) ne figure pas parmi celles avec la plus faible proportion de jeunes ayant mangé à la cafétéria (Annexe K). Les communautés davantage favorisées possèdent en général des proportions beaucoup plus élevées d'élèves qui mangent des repas préparés à la cafétéria.

En ce qui a trait aux jeunes qui ont mangé à la maison au repas du dîner au moins une fois dans les cinq jours précédant l'enquête, la situation est totalement à l'opposée : tant au primaire qu'au secondaire, cinq des sept communautés défavorisées sur les plans matériel et social figurent parmi celles avec la plus grande proportion de jeunes ayant mangé à la maison au moins une fois dans les cinq derniers jours (Annexe L). Une raison qui pourrait expliquer ce phénomène est que plusieurs jeunes de ces communautés demeurent à proximité de l'école qu'ils fréquentent. Par conséquent, ils ont la possibilité de retourner à la maison pour prendre leur repas du dîner. On retrouve la situation inverse dans les communautés en périphérie du territoire de la Ville de Sherbrooke.

8.3 Souper

Les jeunes qui prennent leurs repas en famille ont une alimentation principalement basée sur des aliments sains, et leurs habitudes alimentaires ont tendance à continuer lorsqu'ils atteignent l'âge adulte (Larson et coll., 2007). D'autre part, les jeunes qui regardent la télévision lorsqu'ils mangent optent davantage pour une alimentation de moins bonne qualité nutritive, soit plus de boissons gazeuses et moins de légumes (Feldman et coll., 2007). Qu'en est-il de la situation à Sherbrooke?

8.3.1 Avec qui?

Même s'il est connu qu'un repas pris en famille risque d'influencer positivement la qualité nutritionnelle de celui-ci, certains Sherbrookoïses doivent prendre le repas du soir seuls. Un peu moins d'un enfant du primaire sur dix, et quatre adolescents du secondaire sur dix, ont admis avoir pris au moins un repas du soir en solitaires au cours de la semaine précédant l'enquête.

Lorsqu'on compare les communautés défavorisées sur les plans matériel et social avec les autres communautés, on ne remarque aucune différence significative pour les jeunes fréquentant une école secondaire.

Au primaire, cependant, le pourcentage d'enfants qui ont pris leur repas du soir seuls est plus variable. Il est plus élevé dans les communautés défavorisées sur les plans matériel et social (en couleur dans le tableau).

De ces communautés, celles des Grands-Monts (C-14), de Sainte-Jeanne-d'Arc (16) et de Saint-Michel (C-5) arrivent respectivement aux deuxième, troisième et quatrième rangs des communautés avec la proportion la plus élevée (Tableau X).

Tableau X

Pourcentage de jeunes de 4 à 17 ans ayant mangé au moins un repas du soir seuls au cours des sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%	Communautés	%
du Phare (C-15)	18,5 (+)	de Laurentie (C-29)	6,5
des Grands-Monts (C-14)	15,7 (+)	de Lennoxville (C-11)	6,0
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	15,2 (+)	du Pin-Solitaire (C-4)	6,0
de Saint-Michel (C-5)	14,8 (+)	de l'Aéroport (C-2)	5,9
de Julien-Ducharme (C-3)	10,8	d'Hélène-Boullé (C-26)	5,8
de l'Université (C-17)	10,2	de Chauveau (C-31)	5,6
de Lavigerie (C-9)	10,0	de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	5,5
des Jardins-Fleuris (C-6)	9,1	de Brompton (C-1)	5,3
de Lionel-Groulx (C-30)	9,0	du Petit-Lac-Magog (C-19)	5,2
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	8,5	de Desranleau (C-7)	5,2
de Saint-Alphonse (C-27)	8,4	de Saint-Élie (C-24)	5,1 (-)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	8,4	du Vieux-Nord (C-28)	4,9
du Centre-Ville (C-12)	8,3	du Mi-Vallon (C-20)	4,3 (-)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	7,3	de Deauville (C-23)	4,2 (-)
Ville de Sherbrooke	7,3	de Boisjoli (C-21)	4,2 (-)
d'André-Viger (C-32)	7,1	de Sainte-Catherine (C-18)	3,2 (-)
des Châteaux (C-8)	6,7		
de Beckett (C-25)	6,5		

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

8.3.2 Dans quelle pièce?

Dans un monde idéal, tous les Sherbrookoïses mangeraient leur repas du soir en famille dans la salle à manger ou dans la cuisine avec la télévision éteinte. Cependant, la réalité de chacun fait en sorte que tous ces critères ne sont pas nécessairement respectés. On sait que certains jeunes mangent leur repas du soir seuls, mais qu'en est-il de l'endroit, dans la maison, où ils prennent ce repas?

Parmi les pièces d'une maison ou d'un appartement, certaines dont le salon et la chambre à coucher sont plus propices à favoriser la présence d'un téléviseur. Or, les Sherbrookoïses de 4 à 17 ans ont-ils tendance à prendre leur repas du soir dans ces pièces?

En ce qui a trait au salon, le quart des enfants du primaire et un peu moins de la moitié des adolescents du secondaire ont opté pour cette pièce au moins une fois dans la semaine qui a précédé l'enquête. Tant au niveau primaire que secondaire, les jeunes résidant dans les communautés défavorisées sur les plans matériel et social (en couleur dans le tableau) apparaissent parmi celles avec la proportion la plus élevée d'élèves prenant leur repas du soir dans cette pièce (Annexe M).

Quant à la chambre à coucher, même si certains enfants et adolescents ont choisi ce lieu pour consommer leur repas du soir, cette pièce semble moins populaire que le salon. En effet, 2,7 % des élèves du primaire et 17,2 % des jeunes fréquentant le secondaire ont mangé leur repas du soir dans leur chambre à coucher au moins une fois dans la semaine précédant l'enquête. À l'image des résultats sur la consommation du repas du soir dans le salon, les jeunes des communautés défavorisées, tant sur le plan matériel que social, sont plus enclins à manger ce repas dans leur chambre (Annexe N).

9. Alimentation hors du cadre familial

Depuis la fin des années 1970, la consommation de repas préparés à l'extérieur du domicile a grandement augmenté, même si l'on sait que ces repas sont plus caloriques (Guthrie et coll., 2002). D'après une étude américaine, on estime que les jeunes consomment le tiers de leur repas à l'extérieur de la maison (Story et coll., 2002). Toujours selon cette étude, un peu plus de la moitié de ces repas sont consommés à l'école, 16 % sont pris dans les établissements de consommation rapide, 16 % dans d'autres commerces d'alimentation, et 6 % proviennent de machines distributrices.

9.1 Établissements de restauration rapide

Une enquête québécoise indique que plus de la moitié des jeunes prennent un repas dans un établissement de restauration rapide chaque semaine (Lavallée, 2004). Qu'en est-il à Sherbrooke? Y-a-t-il des différences entre les communautés défavorisées et les autres?

Selon les données de l'enquête sherbrookoise, environ deux jeunes du primaire sur cinq et près de la moitié de ceux fréquentant une école secondaire ont acheté des aliments ou des boissons dans un commerce de restauration rapide, au moins une fois dans la semaine précédant l'enquête (Annexe O).

Par ailleurs, tant au primaire qu'au secondaire, la majorité des communautés défavorisées sur les plans social et matériel (en couleur dans le tableau) possèdent une proportion plus élevée que la moyenne municipale. Cependant, dans la majorité des cas, l'écart n'est pas significatif. Malgré tout, les données montrent que pour chaque niveau scolaire, la communauté du Centre-ville (C-12) est celle où l'on retrouve les proportions les plus élevées. Or, après la communauté de Lionel-Groulx (C-30) qui en possède dix, il s'agit de la communauté avec le plus grand nombre de commerces de restauration rapide (six) sur le territoire de la Ville de Sherbrooke.

D'autre part, les adolescents du secondaire devaient indiquer s'ils avaient mangé à la maison un repas provenant du restaurant (livré ou « à emporter »). Les résultats indiquent que toutes les communautés défavorisées sur les plans matériel et social ont une proportion plus élevée de jeunes ayant consommé un repas livré ou « à emporter » que la moyenne municipale. De plus, trois d'entre elles, soit celles des Grands-Monts (C-14), de l'Immaculée-Conception (C-13) et de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16), sont les communautés avec la plus grande proportion (Tableau XI).

Tableau XI

Pourcentage de jeunes du secondaire ayant mangé à la maison au moins une fois un repas provenant du restaurant (livré ou « pris en passant ») au cours des sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%	Communautés	%
des Grands-Monts (C-14)	65,5 (+)	de Sainte-Catherine (C-18)	39,6
de l'Immaculée-Conception (C-13)	57,4 (+)	du Vieux-Nord (C-28)	39,4
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	52,5 (+)	de Saint-Alphonse (C-27)	39,3
du Phare (C-15)	48,9	du Village-de-Rock-Forest (C-22)	39,1
du Centre-Ville (C-12)	48,1	de Brompton (C-1)	38,1
du Mi-Vallon (C-20)	47,8	de Laurentie (C-29)	38,0
de Saint-Michel (C-5)	46,1	d'André-Viger (C-32)	37,0
du Pin-Solitaire (C-4)	45,9	de Julien-Ducharme (C-3)	37,0
des Jardins-Fleuris (C-6)	45,4	de Deauville (C-23)	36,4
de Boisjoli (C-21)	44,6	des Châteaux (C-8)	35,2
de Lavigerie (C-9)	44,2	de Saint-Élie (C-24)	33,3 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	43,5	de Lionel-Groulx (C-30)	31,1
de l'Aéroport (C-2)	43,3	de Beckett (C-25)	28,4 (-)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	42,1	de Chauveau (C-31)	28,3 (-)
Ville de Sherbrooke	41,6	d'Hélène-Boullé (C-26)	27,8
de Lennoxville (C-11)	41,5	du Petit-Lac-Magog (C-19)	27,2 (-)
de l'Université (C-17)	40,0		
de Desranleau (C-7)	39,6		

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

9.2 Dépanneurs

Comme il a été mentionné précédemment, il n'y a pas que dans les établissements de restauration rapide où les jeunes achètent leurs repas. Ainsi, d'autres commerces d'alimentation, tels les dépanneurs et les épiceries, sont également propices à l'achat d'aliments et de boissons.

En ce qui concerne les habitudes d'achats des Sherbrookoïses fréquentant une école secondaire, près des deux tiers d'entre eux ont acheté des aliments ou des boissons au dépanneur ou à l'épicerie au moins une fois dans la semaine qui a précédé l'enquête. De plus, les résultats illustrent le fait que la majorité des communautés défavorisées sur les plans matériel et social (en couleur dans le tableau) figurent parmi les communautés avec la proportion la plus élevée (Tableau XII).

Néanmoins, outre la communauté de l'Immaculée-Conception (C-13), l'écart avec la moyenne municipale n'est pas significatif. Or, parmi les cinq communautés avec la proportion la plus élevée, elles possèdent toutes, à l'exception de la communauté de Saint-Alphonse, entre cinq et huit dépanneurs et/ou épiceries sur leur territoire, soit le plus haut total parmi toutes les communautés locales sur le territoire de la Ville de Sherbrooke. Ainsi, cette grande disponibilité peut influencer les adolescents dans leurs habitudes de consommation.

Tableau XII

Pourcentage de jeunes du secondaire ayant acheté des aliments ou des boissons au dépanneur ou à l'épicerie au cours des sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%	Communautés	%
du Centre-Ville (C-12)	79,3	de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	65,5
du Vieux-Nord (C-28)	76,5 (+)	de Beckett (C-25)	65,2
de l'Immaculée-Conception (C-13)	73,4 (+)	Ville de Sherbrooke	65,0
de Saint-Alphonse (C-27)	72,2 (+)	de Sainte-Catherine (C-18)	64,8
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	71,8	de Julien-Ducharme (C-3)	64,2
des Grands-Monts (C-14)	71,1	de Lionel-Groulx (C-30)	63,5
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	70,0	des Jardins-Fleuris (C-6)	62,7
du Pin-Solitaire (C-4)	69,2	de l'Aéroport (C-2)	62,5
de Laurentie (C-29)	69,0	de Desranleau (C-7)	62,1
d'André-Viger (C-32)	68,7	de Boisjoli (C-21)	59,1
des Châteaux (C-8)	68,6	de Saint-Élie (C-24)	58,8
de Saint-Michel (C-5)	68,4	de Deauville (C-23)	58,4
de Chauveau (C-31)	68,4	de Lennoxville (C-11)	58,1
de Brompton (C-1)	67,6	d'Hélène-Boullé (C-26)	57,1
de Lavigerie (C-9)	67,5	du Mi-Vallon (C-20)	56,8 (-)
de l'Université (C-17)	66,7	du Petit-Lac-Magog (C-19)	49,5 (-)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	66,0		
du Phare (C-15)	65,9		

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

9.3 Machines distributrices

Dans les habitudes de consommation des adolescents, les achats dans les machines distributrices obtiennent aussi leur part du marché. En effet, environ un adolescent sur cinq a acheté des aliments ou des boissons dans une machine distributrice au moins une fois dans la semaine qui a précédé l'enquête. Lorsque l'on compare les achats des jeunes en fonction du niveau d'activité physique, on constate que 18,9 % des jeunes qui font moins de 60 minutes d'activité physique par jour, comparé à 24,4 % de ceux qui font 60 minutes et plus d'activité physique sur une base quotidienne, ont acheté au moins une fois des produits provenant d'une machine distributrice au cours des sept jours précédant l'enquête.

À la suite de ce constat, deux hypothèses peuvent être émises. Tout d'abord, dans certaines écoles de niveau secondaire, des machines distributrices se retrouvent à proximité des gymnases. Ainsi, à la sortie du cours d'éducation physique, d'une activité parascolaire du midi ou d'une séance d'entraînement du matin ou du soir, un élève peut être tenté par un achat dans une machine distributrice, car l'environnement est plutôt favorable à cet achat. Deuxièmement, l'image peut jouer un rôle dans les habitudes de consommation. On associe fréquemment les sportifs aux boissons pour...sportifs! Par conséquent, les adolescents voudront faire comme leurs idoles et consommer des boissons pour sportifs. Ces dernières sont beaucoup plus populaires chez ceux qui font au moins 60 minutes d'activité physique quotidiennement (Annexe J).

10.Recommandations - alimentation

À l'instar de l'activité physique, on peut dégager certaines recommandations afin d'améliorer la situation au point de vue de l'alimentation chez les Sherbrookoïses de 4 à 17 ans.

Tout d'abord, il faut s'assurer de la poursuite de toute initiative faisant la promotion des saines habitudes de vie incluant la saine alimentation et un mode de vie physiquement actif. Ces initiatives doivent tenir compte de la nécessité de travailler à la fois, entre autres, sur les environnements favorables, sur les connaissances et les compétences des jeunes (Martin et coll., 2005). Les facteurs environnementaux réfèrent à une offre d'aliments sains dans les endroits fréquentés par les jeunes. Par exemple, une machine distributrice pourrait contenir une plus grande proportion de laits de soya, de fruits séchés que de boissons sucrées et de friandises. L'acquisition des connaissances et les compétences, par des initiatives efficaces, permettraient aux jeunes de se préparer des lanches et des repas simples et nutritifs.

Par ailleurs, une attention spéciale doit être portée aux jeunes de niveau secondaire, car le processus de désengagement envers la saine alimentation commence à l'adolescence. Ils deviennent plus autonomes et possèdent un peu d'argent de poche donc peuvent se procurer divers aliments dans les restaurants, les dépanneurs et les épiceries. Aussi, cette attention doit cibler davantage les garçons que les filles car les résultats démontrent qu'au dépanneur, ils choisissent des aliments moins nutritifs que les filles (Morin et coll. 2010).

Finalement, il est primordial de favoriser le maintien et la création d'initiatives dans les milieux plus défavorisés. Les résultats de la présente enquête démontrent que ces communautés locales sont celles où l'on retrouve, en général, une alimentation de moindre valeur nutritive et que le nombre de dépanneurs est plus élevé dans les communautés défavorisées. De plus, les enfants et les jeunes sont davantage enclins à prendre leur repas du soir seuls, dans le salon ou dans leur chambre, et finalement, que les adolescents ont plus tendance à sauter le déjeuner, tant la fin de semaine que les jours d'école. Les interventions devraient viser les jeunes, mais aussi sensibiliser leurs parents, car ce sont eux qui demeurent responsables des achats d'aliments et des menus pour la famille.

11. Introduction – croisements activité physique et alimentation

Dans le but de vérifier s'il existait des liens entre les résultats obtenus pour les variables reliées aux APS et celles en alimentation, quelques croisements de données ont été faits. Ainsi, dans les lignes qui suivent, il sera question de la perception du poids en lien avec la perception du niveau d'activité physique et les obstacles à la pratique d'APS, de même que les pratiques alimentaires et les établissements de restauration rapide en lien avec le niveau d'APS.

12. La perception du poids

Selon des données de 2004, plus d'un jeune Québécois âgé de 2 à 17 ans sur cinq présente un surplus de poids. De manière plus spécifique, 15,5 % des enfants et des adolescents souffrent d'embonpoint, et 7,1 % d'obésité (Lamontagne et Hamel, 2009). Malgré tout, les enfants ayant un surplus de poids ne sont pas considérés ainsi par leur mère s'ils sont physiquement actifs (Jain et coll., 2001).

12.1 La perception du poids chez les jeunes du primaire

Dans l'enquête sherbrookoise, les parents d'enfants du primaire devaient qualifier le poids corporel de leur enfant : était-il maigre / mince, de poids normal ou en surpoids? Ils indiquaient également si leur enfant était suffisamment actif, d'après eux. Le croisement de ces données montre que trois parents sur dix considèrent leur enfant suffisamment actif, même s'ils perçoivent qu'il est en surpoids. Par ailleurs, sept parents sur dix percevant leur enfant comme étant mince / maigre ou avec un poids normal croient que leur enfant est suffisamment actif (Tableau XIII). Ces données peuvent être d'autant plus surprenantes, car seulement 39,8 % (Tableau I) des élèves du primaire sont physiquement actifs durant 60 minutes et plus sur une base quotidienne.

Ainsi, l'hypothèse que le poids corporel peut influencer les perceptions du niveau pratique d'activités physiques demeure présente.

Cependant, la présente enquête ne permet pas d'établir un lien chronologique entre les deux variables.

Tableau XIII

Proportion de jeunes du primaire considérés comme étant suffisamment actifs par leurs parents en fonction de la perception du poids corporel, Sherbrooke, 2008

	Surplus de poids	Maigre / mince	Poids normal	Tous
Parent considère son enfant suffisamment actif	30,3 % (-)	67,8 %	70,0 % (+)	66,5 %

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Par ailleurs, les parents devaient répondre à des questions concernant des obstacles à la pratique d'activités physiques : le manque de confiance lors de la pratique d'APS, le manque d'habiletés pour pratiquer celles-ci et les taquineries des amis lors de la pratique. Or, le croisement de données fait ressortir que les parents qui perçoivent leur enfant comme ayant un surplus de poids sont plus nombreux à mettre ces obstacles en évidence (Tableau XIV).

Tableau XIV

Proportion de jeunes du primaire ayant occasionnellement ou régulièrement certains obstacles à la pratique d'APS en fonction de la perception poids corporel, Sherbrooke, 2008

	Surplus de poids	Maigre / mince	Poids normal	Tous
Manque de confiance quand il fait des APS	68,9 % (+)	51,4 %	45,7 % (-)	48,4 %
Manque d'habiletés pour faire des APS	75,9 % (+)	63,6 %	59,2 % (-)	61,2 %
Ses amis le taquinent quand il fait des APS	50,9 % (+)	30,6 %	25,0 % (-)	27,9 %

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

12.2 La perception du poids chez les jeunes du secondaire

Les adolescents ne sont pas toujours satisfaits de leur poids et de leur image corporelle. Une étude québécoise menée en 1999 révèle que 50 % des jeunes de 13 à 16 ans tentaient de perdre ou de contrôler leur poids. Toutefois, 80 % des jeunes Québécois présentaient un poids normal à cette époque (Lavallée, 2004).

Dans la présente enquête, les élèves du secondaire devaient indiquer, au moment de celle-ci, ce qu'ils faisaient concernant leur poids : ne rien faire, tenter de maintenir leur poids actuel, ou essayer de perdre ou de gagner du poids. Or, en croisant les résultats de cette question à ceux des obstacles à la pratique d'APS, on constate le fait suivant :

Le manque de confiance en soi lors de la pratique d'APS, le fait de ne pas aimer faire des APS et les taquineries par les amis lors de la pratique sont des obstacles plus marqués chez les adolescents qui tentent de perdre du poids (données non présentées).

13. Pratiques alimentaires et le niveau d'APS

Les pratiques alimentaires des enfants et des adolescents ont aussi été croisées avec le niveau d'activités physiques et sportives (moins de 60 minutes par jour/plus de 60 minutes par jour).

Les données montrent que les jeunes qui font 60 minutes ou plus d'activités et sportives par jour sont en général plus nombreux à consommer les aliments reconnus pour leurs qualités nutritionnelles, que ce soit au niveau primaire ou secondaire (Annexe P).

Ils sont également plus nombreux à consommer plusieurs aliments du groupe B, notamment les charcuteries, toutes les boissons (boissons et thé glacé, barbotines, boissons pour sportifs, eau aromatisée, eau minérale) à l'exception des boissons gazeuses et du thé/café ou tisane chez les jeunes du secondaire. La consommation de frites, de beignes/biscuits et celle de boissons gazeuses ne sont pas différentes entre les jeunes qui font 60 minutes et plus d'APS par jour et ceux qui font moins de 60 minutes par jour (Annexe Q). Celle des mets congelés est inférieure.

14. Établissements de restauration rapide et le niveau d'APS

À l'instar des pratiques alimentaires, la consommation des jeunes dans un établissement de restauration rapide a été croisée avec le niveau d'activités physiques et sportives de ceux-ci. Ainsi, au primaire, parmi les enfants qui ont acheté dans un établissement de restauration rapide, 60 % d'entre eux n'atteignent pas les recommandations d'experts en matière d'activité physique, c'est-à-dire qu'ils font moins de 60 minutes d'activité physique et sportive par jour.

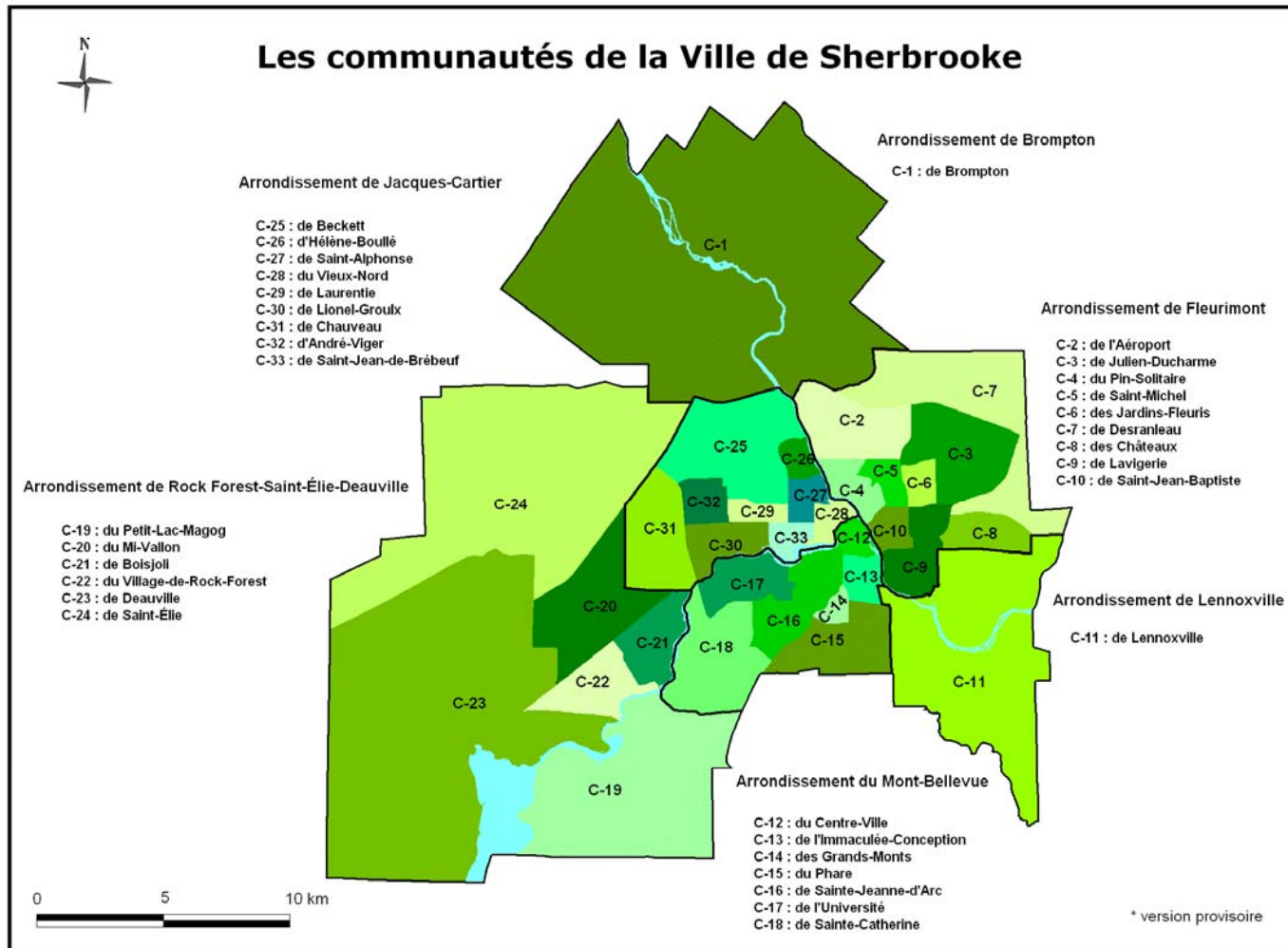
15. Recommandations – croisements activité physique et alimentation

Il est essentiel de sensibiliser les parents que le poids corporel n'est pas nécessairement un indice du niveau d'activité physique de leur jeune. Un enfant plutôt mince peut ne pas atteindre les recommandations d'experts en matière d'activité physique. D'autre part, des interventions doivent être faites auprès de jeunes afin de les sensibiliser à l'impact des taquineries en direction de ceux qui sont en surplus de poids. Le but est de diminuer le plus possible tous les obstacles à la pratique d'APS.

Finalement, des initiatives pour informer les jeunes sportifs des aliments à choisir, avant ou après une séance d'entraînement ou une compétition, seraient à considérer. Ainsi, s'ils optent pour des aliments provenant de machines distributrices, ils seront en mesure de faire des choix éclairés.

Annexe A

Carte des 33 communautés de la Ville de Sherbrooke



Réalisation: Service de la surveillance de la santé publique et de l'évaluation, Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie, mai 2010.

Sources: Division de la géographie, Statistique Canada, Profil du recensement 2006, fichier des limites 2006. Service de la planification et du développement urbain, Ville de Sherbrooke, fichier cartographique des communautés.

L'intégration des données de Statistique Canada ne doit pas être interprétée comme une approbation de Statistique Canada de ce produit. Reproduit avec la permission de Statistique Canada.

Annexe B

Répondants par communauté

Nombre de répondants par communauté selon le niveau scolaire

Communauté	Primaire	Secondaire	Total
de Brompton (C-1)	431	146	577
de l'Aéroport (C-2)	290	147	437
de Julien-Ducharme (C-3)	197	96	293
du Pin-Solitaire (C-4)	54	40	94
de Saint-Michel (C-5)	184	117	301
des Jardins-Fleuris (C-6)	222	103	325
de Desranleau (C-7)	362	164	526
des Châteaux (C-8)	219	106	325
de Lavigerie (C-9)	245	154	399
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	148	91	239
de Lennoxville (C-11)	175	43	218
du Centre-Ville (C-12)	54	29	83
de l'Immaculée-Conception (C-13)	248	145	393
des Grands-Monts (C-14)	209	90	299
du Phare (C-15)	166	134	300
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	259	171	430
de l'Université (C-17)	290	171	461
de Sainte-Catherine (C-18)	228	108	336
du Petit-Lac-Magog (C-19)	201	95	296
du Mi-Vallon (C-20)	524	240	764
de Boisjoli (C-21)	349	174	523
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	371	198	569
de Deauville (C-23)	387	156	543
de Saint-Élie (C-24)	467	210	677
de Beckett (C-25)	112	68	180
d'Hélène-Boullé (C-26)	109	36	145
de Saint-Alphonse (C-27)	188	91	279
du Vieux-Nord (C-28)	112	68	180
de Laurentie (C-29)	176	85	261
de Lionel-Groulx (C-30)	93	63	156
de Chauveau (C-31)	184	100	284
d'André-Viger (C-32)	185	102	287
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	74	59	133
Ville de Sherbrooke	7 513	3 800	11 313
Communautés hors-Sherbrooke	1099	1450	2 549

Annexe C

Les coûts d'inscription et des équipements

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans étant en accord avec l'affirmation « Les coûts d'inscription aux APS sont trop élevés » par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	62,6 (+)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	58,2 (+)
de Saint-Michel (C-5)	56,9 (+)
de l'Aéroport (C-2)	56,5 (+)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	55,6 (+)
du Pin-Solitaire (C-4)	55,6
du Petit-Lac-Magog (C-19)	53,7 (+)
de Lavigerie (C-9)	53,1 (+)
de Julien-Ducharme (C-3)	53,0
des Jardins-Fleuris (C-6)	52,8
des Grands-Monts (C-14)	52,5
de l'Université (C-17)	49,1
de Chauveau (C-31)	48,9
de Desranleau (C-7)	47,8
de Lionel-Groulx (C-30)	47,3
Ville de Sherbrooke	47,3
du Mi-Vallon (C-20)	46,7
de Boisjoli (C-21)	46,6
du Phare (C-15)	46,0
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	45,1
des Châteaux (C-8)	44,1
du Vieux-Nord (C-28)	43,0
de Sainte-Catherine (C-18)	42,6
d'André-Viger (C-32)	42,5
de Saint-Élie (C-24)	42,3 (-)
de Brompton (C-1)	41,8 (-)
du Centre-Ville (C-12)	41,1
de Lennoxville (C-11)	40,8
de Deauville (C-23)	40,2 (-)
de Saint-Alphonse (C-27)	40,0 (-)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	39,8
de Laurentie (C-29)	39,6 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	38,2 (-)
de Beckett (C-25)	1,6 (-)

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans étant en accord avec l'affirmation « Les coûts d'équipements pour la pratique d'APS sont trop élevés » par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	63,0 (+)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	62,6 (+)
de Saint-Michel (C-5)	59,8 (+)
des Jardins-Fleuris (C-6)	59,0 (+)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	58,7 (+)
de l'Aéroport (C-2)	58,4 (+)
de Lavigerie (C-9)	58,3 (+)
de Julien-Ducharme (C-3)	57,1 (+)
des Grands-Monts (C-14)	56,5
de Lionel-Groulx (C-30)	54,3
du Petit-Lac-Magog (C-19)	54,2
du Centre-Ville (C-12)	52,7
de Boisjoli (C-21)	51,9
de l'Université (C-17)	51,9
de Chauveau (C-31)	51,6
du Phare (C-15)	51,3
Ville de Sherbrooke	51,0
de Desranleau (C-7)	50,8
du Pin-Solitaire (C-4)	50,5
du Mi-Vallon (C-20)	50,3
des Châteaux (C-8)	48,4
de Saint-Élie (C-24)	47,3
de Saint-Alphonse (C-27)	46,9
de Deauville (C-23)	46,4 (-)
de Sainte-Catherine (C-18)	46,3
de Laurentie (C-29)	46,3
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	45,4 (-)
du Vieux-Nord (C-28)	44,5
de Brompton (C-1)	44,0 (-)
d'André-Viger (C-32)	43,8 (-)
de Lennoxville (C-11)	42,3 (-)
de Beckett (C-25)	41,8 (-)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	41,5 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	41,3 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe D

Le soccer organisé et le soccer libre

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans s'étant inscrits au soccer par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
d'Hélène-Boullé (C-26)	45,5 (+)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	36,9 (+)
de Beckett (C-25)	36,7 (+)
de Brompton (C-1)	36,0 (+)
de Sainte-Catherine (C-18)	36,0 (+)
des Châteaux (C-8)	33,8
de Boisjoli (C-21)	33,1 (+)
de Deauville (C-23)	32,8
du Petit-Lac-Magog (C-19)	32,8
d'André-Viger (C-32)	32,4
de Desranleau (C-7)	32,1
de Lennoxville (C-11)	32,1
de l'Université (C-17)	32,1
du Vieux-Nord (C-28)	31,1
de Saint-Élie (C-24)	30,3
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	30,1
de Saint-Alphonse (C-27)	29,7
de Lavigerie (C-9)	29,3
de Laurentie (C-29)	29,1
Ville de Sherbrooke	28,9
de Lionel-Groulx (C-30)	28,8
du Mi-Vallon (C-20)	28,5
des Jardins-Fleuris (C-6)	26,2
de l'Aéroport (C-2)	24,5 (-)
de Chauveau (C-31)	23,6 (-)
du Phare (C-15)	23,3 (-)
de Julien-Ducharme (C-3)	22,9 (-)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	20,9 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	20,5 (-)
du Pin-Solitaire (C-4)	19,1 (-)
de Saint-Michel (C-5)	18,3 (-)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	15,3 (-)
du Centre-Ville (C-12)	14,5 (-)
des Grands-Monts (C-14)	13,4 (-)

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans pratiquant le soccer sans entraîneur ni moniteur par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
de Sainte-Catherine (C-18)	57,6 (+)
du Phare (C-15)	57,0
d'André-Viger (C-32)	56,2
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	56,2 (+)
de Lavigerie (C-9)	55,9
de Boisjoli (C-21)	55,5
de Beckett (C-25)	55,2
de Lionel-Groulx (C-30)	55,1
du Vieux-Nord (C-28)	55,1
de Brompton (C-1)	55,1
de Desranleau (C-7)	54,8
de Saint-Michel (C-5)	53,6
de Saint-Élie (C-24)	52,1
Ville de Sherbrooke	51,4
de l'Université (C-17)	51,1
des Grands-Monts (C-14)	50,9
de Deauville (C-23)	50,8
des Châteaux C-8)	50,7
des Jardins-Fleuris (C-6)	50,5
de Laurentie (C-29)	50,4
de Saint-Alphonse (C-27)	50,0
d'Hélène-Boullé (C-26)	49,6
du Petit-Lac-Magog (C-19)	49,1
de Chauveau (C-31)	48,5
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	48,0
du Pin-Solitaire (C-4)	47,5
de l'Aéroport (C-2)	47,1
de Lennoxville (C-11)	47,1
de Julien-Ducharme (C-3)	47,0
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	46,4
du Mi-Vallon (C-20)	46,3 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	46,2
de l'Immaculée-Conception (C-13)	44,7 (-)
du Centre-Ville (C-12)	44,3

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe E

Le hockey sur glace organisé et le hockey sur glace libre

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans s'étant inscrits au hockey sur glace par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
de Sainte-Catherine (C-18)	15,8 (+)
de Desranleau (C-7)	14,3 (+)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	12,5 (+)
de Lionel-Groulx (C-30)	11,5 (+)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	11,4 (+)
du Mi-Vallon (C-20)	11,3 (+)
des Châteaux (C-8)	10,8 (+)
de Saint-Élie (C-24)	10,3 (+)
du Phare (C-15)	10,3 (+)
de Deauville (C-23)	10,3 (+)
de Boisjoli (C-21)	10,1 (+)
de l'Aéroport (C-2)	9,8 (+)
d'Hélène-Boullé (C-26)	9,0 (+)
de Brompton (C-1)	8,7 (+)
Ville de Sherbrooke	8,6
des Jardins-Fleuris (C-6)	8,3 (-)
de Julien-Ducharme (C-3)	7,8 (-)
de Lennoxville (C-11)	7,8 (-)
de Beckett (C-25)	7,8 (-)
de l'Université (C-17)	7,4 (-)
d'André-Viger (C-32)	7,0 (-)
de Saint-Alphonse (C-27)	6,8 (-)
de Chauveau (C-31)	6,7 (-)
de Saint-Michel (C-5)	6,0 (-)
de Lavigerie (C-9)	5,8 (-)
du Pin-Solitaire (C-4)	5,3 (-)
du Centre-Ville (C-12)	4,8 (-)
du Vieux-Nord (C-28)	4,4 (-)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	4,2 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	3,8 (-)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	3,8 (-)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	2,8 (-)
de Laurentie (C-29)	2,7 (-)
des Grands-Monts (C-14)	2,3 (-)

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans pratiquant le hockey sur glace sans entraîneur ni moniteur par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
de Desranleau (C-7)	33,5 (+)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	32,5 (+)
de Sainte-Catherine (C-18)	31,0 (+)
de Lavigerie (C-9)	30,1 (+)
de Deauville (C-23)	30,0 (+)
de Lennoxville (C-11)	29,5
de Lionel-Groulx (C-30)	28,7
de Saint-Michel (C-5)	28,6
du Phare (C-15)	28,3
de Brompton (C-1)	27,5
de Julien-Ducharme (C-3)	27,2
de Saint-Élie (C-24)	26,7
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	26,5
des Jardins-Fleuris (C-6)	25,6
de Chauveau (C-31)	25,4
Ville de Sherbrooke	25,0
de l'Aéroport (C-2)	24,7
de Boisjoli (C-21)	23,5
des Châteaux (C-8)	23,2
du Mi-Vallon (C-20)	22,7
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	22,4
de l'Université (C-17)	22,2
de Saint-Alphonse (C-27)	21,9
de Beckett (C-25)	21,5
de l'Immaculée-Conception (C-13)	21,1
des Grands-Monts (C-14)	20,1
d'André-Viger (C-32)	19,8 (-)
du Centre-Ville (C-12)	18,0
du Vieux-Nord (C-28)	17,9 (-)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	17,9 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	16,8 (-)
de Laurentie (C-29)	15,1 (-)
du Pin-Solitaire (C-4)	15,0 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	14,4 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe F

Le ski alpin / planche à neige organisé et le ski alpin / planche à neige libre

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans s'étant inscrits au ski alpin / planche à neige par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
d'Hélène-Boullé (C-26)	21,4 (+)
de Beckett (C-25)	20,0 (+)
de Laurentie (C-29)	19,9 (+)
de Sainte-Catherine (C-18)	18,8 (+)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	18,0 (+)
de Lennoxville (C-11)	17,9 (+)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	17,4 (+)
de Lionel-Groulx (C-30)	17,3 (+)
d'André-Viger (C-32)	16,7 (+)
des Châteaux (C-8)	15,4 (+)
de Saint-Élie (C-24)	14,8 (+)
de l'Université (C-17)	14,5 (+)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	14,5
de Boisjoli (C-21)	14,3 (+)
de Saint-Alphonse (C-27)	14,3 (+)
de Chauveau (C-31)	13,0 (+)
de Deauville (C-23)	12,9 (+)
de Desranleau (C-7)	12,7 (+)
Ville de Sherbrooke	12,7
du Mi-Vallon (C-20)	12,6 (-)
de Brompton (C-1)	12,1 (-)
du Vieux-Nord (C-28)	11,7 (-)
du Phare (C-15)	10,3 (-)
de Julien-Ducharme (C-3)	10,2 (-)
de l'Aéroport (C-2)	9,8 (-)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	9,8 (-)
du Pin-Solitaire (C-4)	8,5 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	8,4 (-)
de Saint-Michel (C-5)	7,3 (-)
de Lavigerie (C-9)	7,3 (-)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	6,6 (-)
des Jardins-Fleuris (C-6)	4,9 (-)
du Centre-Ville (C-12)	4,8 (-)
des Grands-Monts (C-14)	4,7 (-)

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans pratiquant le ski alpin / planche à neige sans entraîneur ni moniteur par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
du Centre-Ville (C-12)	23,3
de Laurentie (C-29)	21,5 (+)
de Saint-Élie (C-24) :	20,0 (+)
de Sainte-Catherine (C-18)	19,3
de Chauveau (C-31)	17,7
de Beckett (C-25)	17,6
de Deauville (C-23) :	17,6
d'Hélène-Boullé (C-26)	17,5
du Petit-Lac-Magog (C-19)	16,9
des Grands-Monts (C-14)	16,9
de Lavigerie (C-9)	16,7
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	16,2
des Châteaux (C-8)	15,9
de Boisjoli (C-21)	15,8
de l'Immaculée-Conception (C-13)	15,8
de Saint-Alphonse (C-27)	15,3
Ville de Sherbrooke	15,1
de l'Aéroport (C-2)	15,0
de Julien-Ducharme (C-3)	14,8
du Vieux-Nord (C-28)	14,8
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	14,4
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	14,3
de Brompton (C-1)	14,0
de Desranleau (C-7)	13,9
des Jardins-Fleuris (C-6)	13,6
du Phare (C-15)	13,3
d'André-Viger (C-32)	13,2
du Pin-Solitaire (C-4)	13,2
de l'Université (C-17)	13,0
du Mi-Vallon (C-20)	13,0
de Saint-Michel (C-5)	12,9
de Lennoxville (C-11)	12,6
de Lionel-Groulx (C-30)	11,8
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	11,6

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe G

Les déplacements actifs et le sentiment de sécurité

Proportion de jeunes de 4 à 17 ans étant en accord avec l'affirmation « Je peux me rendre à l'école à pied ou en vélo en toute sécurité » par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
de l'Université (C-17)	71,5 (+)
d'Hélène-Boullé (C-26)	68,8 (+)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	57,7 (+)
de Lavigerie (C-9)	56,4 (+)
du Pin-Solitaire (C-4)	56,0 (+)
de Saint-Alphonse (C-27)	55,7 (+)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	51,2 (+)
des Jardins-Fleuris (C-6)	50,5 (+)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	49,6 (+)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	48,8 (+)
du Phare (C-15)	48,1 (+)
du Centre-Ville (C-12)	47,9
de Saint-Michel (C-5)	46,8 (+)
des Châteaux (C-8)	46,0 (+)
de Lionel-Groulx (C-30)	45,3
de Laurentie (C-29)	44,7 (+)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	44,3 (+)
des Grands-Monts (C-14)	44,2 (+)
du Vieux-Nord (C-28)	43,4
du Mi-Vallon (C-20)	40,8
de Boisjoli (C-21)	37,5
Ville de Sherbrooke	37,3
de Beckett (C-25)	32,4
de Desranleau (C-7)	31,8 (-)
de Brompton (C-1)	30,6 (-)
de Lennoxville (C-11)	28,4 (-)
de Julien-Ducharme (C-3)	26,0 (-)
d'André-Viger (C-32)	24,5 (-)
de l'Aéroport (C-2)	19,7 (-)
de Chauveau (C-31)	18,0 (-)
de Sainte-Catherine (C-18)	16,0 (-)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	12,6 (-)
de Saint-Élie (C-24)	10,2 (-)
de Deauville (C-23)	10,1 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe H

Catégories d'aliments selon la fréquence de consommation retenue

Aliment	Consommation / jour	Consommation / semaine
Poisson / fruits de mer		X
Charcuteries		X
Mets congelés		X
Légumineuses		X
Lait et boisson de soya	X	
Fromages		X
Yogourt		X
Frites		X
Légumes crus	X	
Fruits frais	X	
Jus de fruits/légumes 100 %	X	
Boissons et thé glacé		X
Pain, bagel, etc. (brun)	X	
Beignes, biscuits, etc.	X	
Eau naturelle	X	
Eau aromatisée		X
Eau minérale		X
Boissons gazeuses	X	
Barbotines		X
Boissons pour sportifs		X
Boissons énergisantes		X
Thé, café, tisane, etc.		X

Annexe I

Déjeuner sauté

Proportion de jeunes du secondaire ayant sauté au moins un déjeuner dans les cinq derniers jours d'école par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
des Grands-Monts (C-14)	48,2 (+)
du Centre-Ville (C-12)	46,2
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	45,8 (+)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	43,3 (+)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	36,2
du Phare (C-15)	35,7
de Saint-Michel (C-5)	34,5
du Pin-Solitaire (C-4)	34,2
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	34,1
de Deauville (C-23)	34,0
de l'Université (C-17)	33,7
de Saint-Alphonse (C-27)	33,3
des Jardins-Fleuris (C-6)	33,3
de Boisjoli (C-21)	32,3
de Laurentie (C-29)	32,1
de Lavigerie (C-9)	31,6
Ville de Sherbrooke	31,2
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	30,0
de Chauveau (C-31)	28,7
d'André-Viger (C-32)	28,7
des Châteaux (C-8)	28,2
du Mi-Vallon (C-20)	27,9
de Lionel-Groulx (C-30)	27,9
de Julien-Ducharme (C-3)	27,7
de Brompton (C-1)	27,5
de Saint-Élie (C-24)	26,7
du Vieux-Nord (C-28)	26,5
de l'Aéroport (C-2)	26,1
de Desranleau (C-7)	24,4 (-)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	23,9
de Beckett (C-25)	22,7
de Sainte-Catherine (C-18)	21,3 (-)
de Lennoxville (C-11)	20,9
d'Hélène-Boullé (C-26)	17,6 (-)

Proportion de jeunes du secondaire ayant sauté au moins un déjeuner lors de la dernière fin de semaine par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
des Jardins-Fleuris (C-6)	55,6 (+)
des Grands-Monts (C-14)	49,4 (+)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	45,5
de Saint-Michel (C-5)	44,7
du Centre-Ville (C-12)	44,4
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	43,0
de Boisjoli (C-21)	42,2
du Phare (C-15)	41,5
de Brompton (C-1)	41,3
de l'Immaculée-Conception (C-13)	41,0
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	40,7
de Lavigerie (C-9)	40,4
de Saint-Alphonse (C-27)	40,0
de Lionel-Groulx (C-30)	39,7
de Beckett (C-25)	39,1
du Vieux-Nord (C-28)	38,8
de l'Université (C-17)	38,8
Ville de Sherbrooke	38,2
d'André-Viger (C-32)	37,3
de Julien-Ducharme (C-3)	36,8
du Mi-Vallon (C-20)	36,8
de Laurentie (C-29)	36,6
de Desranleau (C-7)	36,0
de l'Aéroport (C-2)	35,5
des Châteaux (C-8)	34,7
de Deauville (C-23)	34,6
de Lennoxville (C-11)	33,3
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	33,3
du Pin-Solitaire (C-4)	33,3
de Chauveau (C-31)	33,0
de Saint-Élie (C-24)	30,2 (-)
de Sainte-Catherine (C-18)	25,9 (-)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	25,0 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	17,1 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe J

Repas du dîner – lunch

Proportion de jeunes du primaire ayant apporté leur lunch pour dîner à l'école au moins une fois dans les cinq derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
de l'Aéroport (C-2)	94,5 (+)
de Sainte-Catherine (C-18)	93,8 (+)
de Lennoxville (C-11)	93,0 (+)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	92,0 (+)
de Beckett (C-25)	91,8 (+)
de Saint-Élie (C-24)	91,1 (+)
d'André-Viger (C-32)	89,7 (+)
du Vieux-Nord (C-28)	88,3 (+)
de Laurentie (C-29)	86,6 (+)
de Brompton (C-1)	86,0 (+)
de Deauville (C-23)	85,5 (+)
de Chauveau (C-31)	85,2 (+)
de Julien-Ducharme (C-3)	83,7 (+)
de Desranleau (C-7)	81,2 (+)
du Centre-Ville (C-12)	81,1
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	81,0
du Pin-Solitaire (C-4)	79,6
du Phare (C-15)	77,2
Ville de Sherbrooke	76,6
de Lionel-Groulx (C-30)	75,8
des Châteaux (C-8)	75,6
de Boisjoli (C-21)	74,1
de Saint-Alphonse (C-27)	71,5
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	70,8
du Mi-Vallon (C-20)	68,5 (-)
de Lavigerie (C-9)	66,3 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	66,1 (-)
des Jardins-Fleuris (C-6)	63,8 (-)
des Grands-Monts (C-14)	61,8 (-)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	61,3 (-)
de Saint-Michel (C-5)	59,0 (-)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	59,0 (-)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	54,3 (-)
de l'Université (C-17)	53,3 (-)

Proportion de jeunes du secondaire ayant apporté leur lunch pour dîner à l'école au moins une fois dans les cinq derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
d'Hélène-Boullé (C-26)	94,3 (+)
de Saint-Élie (C-24)	92,8 (+)
de Chauveau (C-31)	91,8 (+)
d'André-Viger (C-32)	91,0 (+)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	90,3 (+)
de Boisjoli (C-21)	90,1 (+)
de Brompton (C-1)	90,1 (+)
de Sainte-Catherine (C-18)	89,8 (+)
de l'Aéroport (C-2)	89,5 (+)
du Mi-Vallon (C-20)	89,0 (+)
de Deauville (C-23)	89,0 (+)
du Centre-Ville (C-12)	88,9
de Saint-Alphonse (C-27)	88,6
de Lennoxville (C-11)	88,4
du Vieux-Nord (C-28)	87,9
des Châteaux (C-8)	87,5
de Lionel-Groulx (C-30)	87,1
de Laurentie (C-29)	86,9
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	86,8
de Desranleau (C-7)	85,0
Ville de Sherbrooke	83,0
de Beckett (C-25)	82,1
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	79,5
de Julien-Ducharme (C-3)	78,5
de Lavigerie (C-9)	77,1
du Phare (C-15)	75,2 (-)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	73,7
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	72,7 (-)
de Saint-Michel (C-5)	71,9 (-)
du Pin-Solitaire (C-4)	71,8
de l'Université (C-17)	68,8 (-)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	67,6 (-)
des Jardins-Fleuris (C-6)	65,0 (-)
des Grands-Monts (C-14)	59,0 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe K

Repas du dîner – cafétéria

Proportion de jeunes du primaire ayant mangé au moins un repas préparé par la cafétéria au repas du dîner dans les cinq derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
de Saint-Élie (C-24)	57,5 (+)
de Deauville (C-23)	50,1 (+)
de Lennoxville (C-11)	48,8 (+)
de l'Aéroport (C-2)	39,1 (+)
de Chauveau (C-31)	39,1 (+)
de Sainte-Catherine (C-18)	38,6 (+)
d'André-Viger (C-32)	36,7 (+)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	36,5 (+)
de Desranleau (C-7)	34,2 (+)
du Mi-Vallon (C-20)	32,4 (+)
de Julien-Ducharme (C-3)	31,3
du Phare (C-15)	29,8
du Pin-Solitaire (C-4)	28,3
de Laurentie (C-29)	27,8
Ville de Sherbrooke	27,7
des Grands-Monts (C-14)	26,6
de Beckett (C-25)	25,9
de Lionel-Groulx (C-30)	22,5
des Châteaux (C-8)	22,1
des Jardins-Fleuris (C-6)	21,9 (-)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	21,5 (-)
de Saint-Michel (C-5)	21,5 (-)
de Brompton (C-1)	21,0 (-)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	20,6 (-)
de l'Université (C-17)	16,6 (-)
de Lavigerie (C-9)	14,3 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	14,2 (-)
du Centre-Ville (C-12)	14,0 (-)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	11,5 (-)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	8,6 (-)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	8,1 (-)
de Saint-Alphonse (C-27)	7,8 (-)
du Vieux-Nord (C-28)	5,6 (-)
de Boisjoli (C-21)	5,5 (-)

Proportion de jeunes du secondaire ayant mangé au moins un repas préparé par la cafétéria au repas du dîner dans les cinq derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
de Saint-Alphonse (C-27)	40,2 (+)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	38,2
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	37,6 (+)
de Lennoxville (C-11)	35,9
de Laurentie (C-29)	34,6
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	34,6
de Beckett (C-25)	33,8
du Pin-Solitaire (C-4)	33,3
d'André-Viger (C-32)	32,7
de Julien-Ducharme (C-3)	32,2
de Saint-Michel (C-5)	31,9
du Mi-Vallon (C-20)	31,3
du Petit-Lac-Magog (C-19)	30,7
de Brompton (C-1)	30,7
de l'Université (C-17)	30,3
de Chauveau (C-31)	30,0
de Boisjoli (C-21)	29,8
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	29,8
Ville de Sherbrooke	29,7
de l'Aéroport (C-2)	29,0
de l'Immaculée-Conception (C-13)	28,7
du Vieux-Nord (C-28)	28,1
du Centre-Ville (C-12)	28,0
de Sainte-Catherine (C-18)	27,6
de Saint-Élie (C-24)	27,6
des Grands-Monts (C-14)	27,5
du Phare (C-15)	27,1
de Desranleau (C-7)	26,1
de Lionel-Groulx (C-30)	25,9
des Jardins-Fleuris (C-6)	25,0
des Châteaux (C-8)	23,0
de Deauville (C-23)	22,7 (-)
de Lavigerie (C-9)	20,4 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	20,0

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe L

Repas du dîner – à la maison

Proportion de jeunes du primaire ayant mangé à la maison au repas du dîner au moins une fois dans les cinq derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
de l'Université (C-17)	62,5 (+)
d'Hélène-Boullé (C-26)	53,7 (+)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	52,9 (+)
de Lavigerie (C-9)	51,0 (+)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	50,8 (+)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	50,6 (+)
de Saint-Alphonse (C-27)	50,0 (+)
des Jardins-Fleuris (C-6)	44,7 (+)
de Saint-Michel (C-5)	44,7 (+)
des Grands-Monts (C-14)	42,3 (+)
du Mi-Vallon (C-20)	40,0 (+)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	39,7
de Boisjoli (C-21)	38,7 (+)
des Châteaux (C-8)	33,8
de Lionel-Groulx (C-30)	33,3
du Phare (C-15)	31,5
du Pin-Solitaire (C-4)	30,8
Ville de Sherbrooke	29,6
du Centre-Ville (C-12)	27,7
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	25,7
de Laurentie (C-29)	25,4
de Desranleau (C-7)	23,9 (-)
de Brompton (C-1)	22,6 (-)
du Vieux-Nord (C-28)	20,6 (-)
de Julien-Ducharme (C-3)	16,2 (-)
de Chauveau (C-31)	12,4 (-)
de Sainte-Catherine (C-18)	10,3 (-)
de Deauville (C-23)	9,8 (-)
de Beckett (C-25)	9,3 (-)
d'André-Viger (C-32)	7,2 (-)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	7,1 (-)
de Lennoxville (C-11)	5,3 (-)
de l'Aéroport (C-2)	4,7 (-)
de Saint-Élie (C-24)	2,9 (-)

Proportion de jeunes du secondaire ayant mangé à la maison au repas du dîner au moins une fois dans les cinq derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
des Grands-Monts (C-14)	41,3 (+)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	33,1 (+)
des Jardins-Fleuris (C-6)	33,0 (+)
de Saint-Michel (C-5)	29,1 (+)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	27,3 (+)
du Phare (C-15)	26,4 (+)
de l'Université (C-17)	26,1 (+)
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	25,0 (+)
de Lavigerie (C-9)	23,6 (+)
de Julien-Ducharme (C-3)	20,9
du Pin-Solitaire (C-4)	14,3
Ville de Sherbrooke	14,0
du Vieux-Nord (C-28)	13,6
de Laurentie (C-29)	12,8
du Petit-Lac-Magog (C-19)	12,5
du Centre-Ville (C-12)	12,0
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	11,9
d'Hélène-Boullé (C-26)	11,4
de Desranleau (C-7)	11,1
de l'Aéroport (C-2)	11,0
de Saint-Alphonse (C-27)	10,7
de Boisjoli (C-21)	10,7
de Lionel-Groulx (C-30)	8,6
des Châteaux (C-8)	8,2 (-)
de Saint-Élie (C-24)	7,1 (-)
de Chauveau (C-31)	6,8 (-)
de Beckett (C-25)	6,3 (-)
de Brompton (C-1)	5,3 (-)
de Sainte-Catherine (C-18)	4,8 (-)
du Mi-Vallon (C-20)	4,4 (-)
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	3,2 (-)
de Deauville (C-23)	2,7 (-)
de Lennoxville (C-11)	2,4 (-)
d'André-Viger (C-32)	2,1 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe M

Repas du soir dans le salon

Proportion de jeunes du primaire ayant mangé leur repas du soir dans le salon au moins une fois dans les sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
du Centre-Ville (C-12)	60,0 (+)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	40,5 (+)
des Grands-Monts (C-14)	39,3 (+)
des Jardins-Fleuris (C-6)	37,3 (+)
du Vieux-Nord (C-28)	36,5 (+)
de l'Université (C-17)	35,6 (+)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	35,6 (+)
du Pin-Solitaire (C-4)	32,7
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	30,6
du Phare (C-15)	30,1
de Laurentie (C-29)	29,5
de Saint-Michel (C-5)	29,2
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	27,1
de Lionel-Groulx (C-30)	25,9
de Lavigerie (C-9)	25,2
Ville de Sherbrooke	24,5
d'André-Viger (C-32)	24,3
de Boisjoli (C-21)	24,0
de Brompton (C-1)	22,6
de Julien-Ducharme (C-3)	22,3
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	21,6
du Petit-Lac-Magog (C-19)	21,2
de Saint-Alphonse (C-27)	20,7
du Mi-Vallon (C-20)	20,2 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	20,2
de Deauville (C-23)	19,8 (-)
de Lennoxville (C-11)	19,3
de l'Aéroport (C-2)	18,4 (-)
de Beckett (C-25)	18,1
des Châteaux (C-8)	17,7 (-)
de Sainte-Catherine (C-18)	17,6 (-)
de Saint-Élie (C-24)	16,7 (-)
de Chauveau (C-31)	16,7 (-)
de Desranleau (C-7)	16,1 (-)

Proportion de jeunes du secondaire ayant mangé leur repas du soir dans le salon au moins une fois dans les sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
des Grands-Monts (C-14)	57,7 (+)
de Saint-Michel (C-13)	56,7 (+)
de l'Immaculée-Conception (C-5)	56,6 (+)
du Centre-Ville (C-12)	56,0
des Jardins-Fleuris (C-6)	53,8
de Lionel-Groulx (C-30)	52,8
de Saint-Alphonse (C-27)	51,9
du Vieux-Nord (C-28)	51,7
d'André-Viger (C-32)	50,0
du Pin-Solitaire (C-4)	48,5
de l'Université (C-17)	47,9
du Phare (C-15)	46,7
de Lavigerie (C-9)	46,6
de Boisjoli (C-21)	46,5
de Lennoxville (C-11)	46,2
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	46,0
de Laurentie (C-29)	45,2
de Julien-Ducharme (C-3)	44,9
des Châteaux (C-8)	44,3
de l'Aéroport (C-2)	44,2
Ville de Sherbrooke	44,1
de Beckett (C-25)	43,8
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	43,0
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	42,5
de Deauville (C-23)	40,9
de Desranleau (C-7)	40,0
de Sainte-Catherine (C-18)	38,7
du Mi-Vallon (C-20)	37,7
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	37,5
de Saint-Élie (C-24)	37,1
d'Hélène-Boullé (C-26)	35,3
de Brompton (C-1)	32,0 (-)
de Chauveau (C-31)	31,0 (-)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	28,4 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe N

Repas du soir dans la chambre à coucher

Proportion de jeunes du primaire ayant mangé leur repas du soir dans leur chambre à coucher au moins une fois dans les sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
des Grands-Monts (C-14)	9,1 (+)
du Pin-Solitaire (C-4)	8,2
de l'Immaculée-Conception (C-13)	7,5 (+)
des Jardins-Fleuris (C-6)	7,4 (+)
du Centre-Ville (C-12)	6,8
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	6,5 (+)
de Saint-Michel (C-5)	5,3
de l'Université (C-17)	4,4
du Phare (C-15)	3,9
de Lionel-Groulx (C-30)	3,4
de l'Aéroport (C-2)	3,4
du Petit-Lac-Magog (C-19)	3,2
de Chauveau (C-31)	2,9
Ville de Sherbrooke	2,7
de Lennoxville (C-11)	2,4
d'André-Viger (C-32)	2,3
de Lavigerie (C-9)	2,2
de Julien-Ducharme (C-3)	2,2
de Desranleau (C-7)	2,1
du Mi-Vallon (C-20)	2,0
de Brompton (C-1)	1,9
de Laurentie (C-29)	1,8
de Saint-Élie (C-24)	1,8
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	1,4
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	1,4
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	1,2 (-)
de Saint-Alphonse (C-27)	1,1
de Deauville (C-23)	1,1 (-)
du Vieux-Nord (C-28)	1,0
de Boisjoli (C-21)	0,9 (-)
des Châteaux (C-8)	0,5 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	0,0 (-)
de Beckett (C-25)	0,0 (-)
de Sainte-Catherine (C-18)	0,0 (-)

Proportion de jeunes du secondaire ayant mangé leur repas du soir dans leur chambre à coucher au moins une fois dans les sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
du Centre-Ville (C-12)	32,0
de Saint-Michel (C-5)	31,4 (+)
des Grands-Monts (C-14)	30,3 (+)
de l'Immaculée-Conception (C-13)	27,9 (+)
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	25,3 (+)
de l'Université (C-17)	24,5 (+)
du Pin-Solitaire (C-4)	23,3
des Jardins-Fleuris (C-6)	22,9
d'André-Viger (C-32)	20,2
du Phare (C-15)	19,8
de Lavigerie (C-9)	19,4
de Saint-Élie (C-24)	17,8
de Desranleau (C-7)	17,8
de Saint-Alphonse (C-27)	17,6
Ville de Sherbrooke	17,2
de Julien-Ducharme (C-3)	17,1
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	16,5
de Deauville (C-23)	15,3
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	15,2
de Lionel-Groulx (C-30)	15,1
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	14,6
du Vieux-Nord (C-28)	14,5
de l'Aéroport (C-2)	13,8
du Mi-Vallon (C-20)	13,8
de Boisjoli (C-21)	13,6
de Laurentie (C-29)	13,5
de Lennoxville (C-11)	13,5
de Chauveau (C-31)	11,0
de Beckett (C-25)	9,7 (-)
de Brompton (C-1)	8,9 (-)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	8,6 (-)
de Sainte-Catherine (C-18)	8,0 (-)
des Châteaux (C-8)	6,4 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	3,2 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe O

Commerce de restauration rapide

Proportion de jeunes du primaire ayant acheté des aliments ou des boissons dans un commerce de restauration rapide au moins une fois dans les sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
du Centre-Ville (C-12)	53,8
de Lavigerie (C-9)	52,0 (+)
de l'Aéroport (C-2)	50,5 (+)
de Deauville (C-23)	49,2 (+)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	48,6
de Julien-Ducharme (C-3)	48,4
de l'Immaculée-Conception (C-13)	48,2 (+)
de Saint-Michel (C-5)	47,3
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	46,3
de Chauveau (C-31)	45,9
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	45,5
des Jardins-Fleuris (C-6)	45,2
de Saint-Élie (C-24)	44,4
du Mi-Vallon (C-20)	42,8
du Petit-Lac-Magog (C-19)	42,4
de Lionel-Groulx (C-30)	42,4
Ville de Sherbrooke	41,5
des Châteaux (C-8)	41,0
du Pin-Solitaire (C-4)	40,7
des Grands-Monts (C-14)	40,2
de Boisjoli (C-21)	40,1
de Desranleau (C-7)	38,5
de Beckett (C-25)	38,4
de Brompton (C-1)	37,1
d'André-Viger (C-32)	36,5
de Lennoxville (C-11)	36,2
de Sainte-Catherine (C-18)	35,8
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	35,2 (-)
de l'Université (C-17)	33,2 (-)
de Laurentie (C-29)	31,6 (-)
du Vieux-Nord (C-28)	30,6 (-)
de Saint-Alphonse (C-27)	30,3 (-)
du Phare (C-15)	29,4 (-)
d'Hélène-Boullé (C-26)	29,4 (-)

Proportion de jeunes du secondaire ayant acheté des aliments ou des boissons dans un commerce de restauration rapide au moins une fois dans les sept derniers jours par communauté de résidence, Sherbrooke, 2008

Communautés	%
du Centre-Ville (C-12)	62,1
de l'Immaculée-Conception (C-13)	61,8 (+)
de Saint-Jean-de-Brébeuf (C-33)	60,3 (+)
de Lavigerie (C-9)	57,6 (+)
de Saint-Michel (C-5)	55,6
du Phare (C-15)	54,1
des Grands-Monts (C-14)	54,0
de Lionel-Groulx (C-30)	53,3
de l'Aéroport (C-2)	52,1
de Julien-Ducharme (C-3)	51,0
de Desranleau (C-7)	50,6
des Jardins-Fleuris (C-6)	50,5
du Village-de-Rock-Forest (C-22)	49,7
de Lennoxville (C-11)	47,6
Ville de Sherbrooke	47,6
du Pin-Solitaire (C-4)	47,5
de Saint-Alphonse (C-27)	47,2
de Chauveau (C-31)	46,5
de Saint-Élie (C-24)	45,9
de Saint-Jean-Baptiste (C-10)	45,6
de Deauville (C-23)	45,5
de Boisjoli (C-21)	45,3
du Mi-Vallon (C-20)	44,1
de Sainte-Catherine (C-18)	43,5
de l'Université (C-17)	43,5
des Châteaux (C-8)	43,4
de Sainte-Jeanne-d'Arc (C-16)	43,4
de Beckett (C-25)	41,8
d'Hélène-Boullé (C-26)	41,7
de Laurentie (C-29)	41,2
d'André-Viger (C-32)	40,6
de Brompton (C-1)	40,3
du Vieux-Nord (C-28)	33,8 (-)
du Petit-Lac-Magog (C-19)	33,0 (-)

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke au seuil de 0,05

Annexe P

Aliments reconnus pour leurs qualité nutritionnelles et niveau d'activité physique

Proportion de jeunes du primaire consommant des aliments de consommation quotidienne en fonction de leur niveau d'activité physique, Sherbrooke, 2008

Aliment	Moins 60 min. / jour (%)	60 min. + / jour (%)
Poisson / fruits de mer*	36,1	45,8
Légumineuses*	22,8	27,8
Lait + boisson de soya	81,9	85,4
Fromages	92,1	94,7
Yogourt*	86,6	89,6
Légumes crus*	65,7	74,0
Fruits frais*	69,5	81,7
Jus de fruits/légumes 100 %*	63,9	70,8
Pain, bagel, etc. (brun)*	59,7	69,4
Eau naturelle*	83,9	89,9

* Écart statistiquement significatif entre les deux groupes au seuil de 0,05

Proportion de jeunes du secondaire consommant des aliments de consommation quotidienne en fonction de leur niveau d'activité physique, Sherbrooke, 2008

Aliment	Moins 60 min. / jour (%)	60 min. + / jour (%)
Poisson / fruits de mer*	28,5	33,7
Légumineuses*	41,9	48,3
Lait + boisson de soya	53,9	58,3
Fromages*	81,1	85,1
Yogourt*	67,6	74,5
Légumes crus	38,3	41,2
Fruits frais*	43,2	49,6
Jus de fruits/légumes 100 %*	40,7	46,8
Pain, bagel, etc. (brun)*	50,3	56,8
Eau naturelle*	76,6	81,7

* Écart statistiquement significatif entre les deux groupes au seuil de 0,05

Annexe Q

Aliments moins recherchés sur le plan nutritionnel et niveau d'activité physique

Proportion de jeunes du primaire consommant des aliments de consommation d'exception en fonction de leur niveau d'activité physique, Sherbrooke, 2008

Aliment	Moins 60 min. / jour (%)	60 min. + / jour (%)
Charcuteries*	46,9	49,6
Mets congelés	36,0	32,3
Frites	38,3	37,2
Boissons et thé glacé*	39,7	42,3
Beignes, biscuits, etc.	77,6	79,4
Eau aromatisée*	9,3	11,7
Eau minérale	2,5	3,4
Boissons gazeuses	2,2	1,7
Barbotines*	5,1	7,6
Boissons pour sportifs*	5,9	10,4
Boissons énergisantes	0,7	0,6
Thé, café, tisane, etc.	3,3	3,2

* Écart statistiquement significatif entre les deux groupes au seuil de 0,05

Proportion de jeunes du secondaire consommant des aliments de consommation d'exception en fonction de leur niveau d'activité physique, Sherbrooke, 2008

Aliment	Moins 60 min. / jour (%)	60 min. + / jour (%)
Charcuteries*	52,5	55,8
Mets congelés*	40,3	37,3
Frites	51,7	53,3
Boissons et thé glacé*	62,3	68,5
Beignes, biscuits, etc.	18,2	18,5
Eau aromatisée*	24,0	29,9
Eau minérale*	15,3	23,0
Boissons gazeuses	10,0	10,4
Barbotines*	19,8	25,1
Boissons pour sportifs*	18,8	38,5
Boissons énergisantes*	13,3	18,9
Thé, café, tisane, etc.	26,2	23,9

* Écart statistiquement significatif entre les deux groupes au seuil de 0,05

Notes méthodologiques

Test Z sur la différence entre deux pourcentages

La comparaison entre les communautés et la Ville de Sherbrooke (ou les écoles et la CSRS) a fait l'objet d'un test statistique. Il s'agit d'un test Z sur la différence entre deux pourcentages. Il est calculé de la façon suivante :

$$Z = \frac{P1-P2}{\sqrt{\frac{P1(1-P1)}{N1-1} + \frac{P2(1-P2)}{N2-2}}}$$

Les communautés (ou écoles) accompagnées des symboles (+) ou (-) possèdent, au plan statistique, une valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Ville de Sherbrooke (ou de la CSRS) au seuil de 5 %. Il en va de même pour les comparaisons faites en lien avec le poids corporel.

Comparaison de plusieurs pourcentages d'échantillons : méthode du khi carré

La comparaison entre les jeunes qui n'atteignaient pas les recommandations d'experts en matière d'activité physique, avec ceux qui faisaient au moins 60 minutes d'activité physique sur une base quotidienne, a fait l'objet d'un test statistique. Il s'agit de la méthode du khi carré. Il est calculé de la façon suivante :

$$X^2 = \sum \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e}$$

Lorsqu'une variable est accompagnée du symbole *, cela indique que les deux groupes comparés possèdent un écart statistiquement significatif au seuil de 5 %.

Les tests statistiques sont tirés de Sanders et coll. (1984).

Glossaire

Activités physiques et sportives organisées :

Activités pratiquées avec un entraîneur ou un moniteur.

Activités physiques et sportives libres :

Activités pratiquées sans entraîneur ni moniteur.

Communauté :

À Sherbrooke, elle correspond au rassemblement d'unités de voisinage qui peuvent avoir une petite superficie dans les zones à forte densité. Les critères pouvant être utilisés pour définir une communauté locale sont les suivants : sentiment d'appartenance, dynamique de vie communautaire et partenariale, facteurs ou éléments historiques et patrimoniaux, limites des paroisses religieuses, réseau social et d'entraide naturelle, notion de paysage et d'occupation de l'espace, mobilité des gens dans leur vie quotidienne, vie économique et caractéristiques socio-économiques. Le processus de délimitation des communautés a été effectué avec la participation d'intervenants clés connaissant bien le milieu.

Déplacements actifs :

Tout déplacement non motorisé, tel que la marche, le vélo et le patin à roues alignées.

Indice de défavorisation matérielle et sociale combinées :

Indice composite qui intègre une dimension de nature plus économique (scolarité, rapport emploi/population, revenu moyen) au sein d'une collectivité, ainsi qu'une dimension qui permet de juger du réseau de soutien social au sein de cette collectivité (personnes séparées, divorcées ou veuves, familles monoparentales et personnes vivant seules).

Mode de vie physiquement actif :

Intégration quotidienne de la pratique d'activités physiques (entraînement structuré, activités de plein air ou autres loisirs actifs, cours d'éducation physique, déplacements actifs, etc.).

Références bibliographiques

- BARROS, R. M., SILVER, E. J., et STEIN, R. E. K. (2008). *School Recess and Group Classroom Behavior*. *Pediatrics*, 123 (2), 431-36.
- CAMERON, C., CRAIG, C. et PAOLIN, S. (2005). *Occasions locales d'activité physique et sports tendances de 1999 à 2004*. Ottawa, Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie.
- CLARK, W. (2008). *Canadian Social Trends: Kids' sports*. No. 11-008 au catalogue de Statistiques Canada, 54-61.
- COOPER, A. R., ANDERSON, L. B., WEDDERKOPP, N., PAGE, A. S., et FROBERG, K. (2005). *Physical Activity Levels of Children Who Walk, Cycle, or Are Driven to School*. *American Journal of Preventive Medicine*, 29 (3), 179-184.
- CURRIE, C. et al. (eds) (2008) *Inequalities in young people's health: HBSC international report from the 2005/2006 Survey*. Health Policy for Children and Adolescents. No. 5, WHO Regional Office for Europe, Copenhagen, Denmark.
- DELAGRANDE Jordan, M. et ANNAHEIM, B. (2009). *Habitudes alimentaires, activité physique et statut pondéral chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse. Situation en 2006 et évolution récente – Résultats de l'Enquête internationale Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)*. Lausanne : Institut suisse de la prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies (ISPA).
- DESROSIERS, H. (2007). *La pratique d'activités physiques et sportives en dehors des heures de classe chez les enfants de 6 ans*. Institut de la statistique du Québec : Portraits et trajectoire.
- FELDMAN, S., EISENBERG, M.E., NEUMARK-SZTAINER, D. ET STORY, M. (2007). *Associations between watching TV during family meals and dietary intake among adolescents*. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 39 (5), 257-263.
- FERLAND, F. (2002). *Et si on jouait? : Le jeu chez l'enfant de la naissance à 6 ans*. Montréal : Collection de l'Hôpital Sainte-Justine pour les parents.
- GUTHRIE, J.F., LIN, B.-H. ET FRAZAO, E.. (2002). *Role of food prepared away from home in the American diet, 1977-78 versus 1994-96: Changes and consequences*. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 34 (3), 140-150.
- INSTITUT CANADIEN DE LA RECHERCHE SUR LA CONDITION PHYSIQUE ET LE MODE DE VIE. (2006). *Activité physique chez les Canadiens : La situation actuelle*. Ottawa.
- LAMONTAGNE, P. ET HAMEL, D. (2009). *Le poids corporel chez les enfants et adolescents du Québec : de 1978 à 2005*. Québec, Institut national de santé publique du Québec, 55 p.
- LARSON, N.I., NEUMARK-SZTAINER, D., HANNAN, P.J. AND STORY, M. (2007). *Family meals during adolescence are associated with higher diet quality and healthful meal patterns during young adulthood*. *Journal of the American Dietetic Association*, 107 (9), 1502-1510.
- LAVALLÉE, C. (2004). *Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois*. Volet nutrition. Québec, Institut de la statistique du Québec, 166 p.

- LE MENESTREL, S. et PERKINS, D. (2007). *An overview of how sports, out-to-school time, and youth well-being can and do intersect*. New Directions for Youth Development, 115, 13-25.
- LEWIS, P. (2008). *Le transport actif et le système scolaire à Montréal et à Trois-Rivières – Rapport de synthèse*.
- LOBSTEIN, T., BAUR, L., et UAUY, R. for the IOTF Childhood Obesity Working Group. (2004). *Obesity in children and young people: a crisis in public health*. Obesity Review 5. Suppl. 1, 4-85.
- MARTIN, C., ARCAND, L. ET RODRIGUE, Y. (2005). *Guide à l'intention du milieu scolaire et de ses partenaires pour la réussite éducative, la santé et le bien-être des jeunes*. Ministère de l'éducation, du loisir et du sport (MELS) : Québec.
- MORIN, P. ET COLL. (2009). *Portrait des jeunes Sherbrookoïses en matière d'alimentation et d'activité physique*.
- NOLIN, B. et HAMEL, D. (2005). *Les Québécoises bougent plus, mais pas encore assez*. Annuaire du Québec 2006. Montréal : Fides, 296-311.
- OMS. (2010). *Recommandations mondiales sur l'activité physique pour la santé*. Genève : OMS.
- PHYSICAL ACTIVITY GUIDELINES ADVISORY COMMITTEE (2008). *Physical Activity Guidelines for Americans: Be Active, Healthy, and Happy!* Washington: U.S. Department of Health and Human Services.
- SANDERS, D. H., MURPH, A. F. et ENG, R. J. (1984). *Les statistiques, une approche nouvelle*. Traduction et adaptation française de ALLARD, F. McGraw-Hill.
- SANTÉ CANADA (2007). *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien*. Gouvernement du Canada. En ligne. <<http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-fra.php>>. Consulté le 8 avril 2011.
- SIMEN-KAPEU, A. ET VEUGELERS, P.J. (2010). *Les gradients socioéconomiques des habitudes de santé et du surpoids chez les enfants de milieux économiques distincts*. Revue canadienne de santé publique. Volume 101 (3), S34-S38.
- STORY, M., NEUMARK-SZTAINER, D. ET FRENCH, S. (2002). *Individual and environmental influences on adolescent eating behaviors*. Journal of American dietetic association, 102 (3), S40-51.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (2007). *Promoting physical activity in school: an important element of a health-promoting school*. WHO information series on school health; document 12, 40 p.

Agence de la santé
et des services sociaux
de l'Estrie

Québec 

Vl-jh#rEld#
633/#x#Nqj#iwy#exhdx#633#
Vkhueumh#E'x+ehf,##4J#E4#
z z z 1dqwhwuhit ffd

Uhwvxfw#lgirp dwtqghain#
5<8/#x#R dyhu#
Vkhueumh#E'x+ehf,##4K# [7#
#

#

#