

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

# **Journée nationale du sport et de l'activité physique Miser sur les environnements favorables pour de l'activité physique toute l'année !**

Montréal, le 4 mai 2017 – À l'occasion de la *Journée nationale du sport et de l'activité physique*, la Coalition québécoise sur la problématique du poids (Coalition Poids) rappelle l'importance de miser sur les environnements pour aider les Québécois à bouger toute l'année et à avoir du plaisir à le faire. Avec la *Politique gouvernementale de prévention en santé*, le gouvernement s'est engagé à mettre en place une série de mesures pour que le Québec devienne l'une des sociétés les plus en santé, mais le plan d'actions se fait attendre. Cette année, les dépenses budgétaires du ministère de la Santé et des Services sociaux ont encore augmenté et constituent plus de 50 % des dépenses du gouvernement. « Plus de la moitié des Québécois âgés de 12 ans et plus ont au moins une maladie chronique évitable. Célébrer l'importance d'un mode de vie actif aujourd'hui, c'est bien. Toutefois, il faut que les mesures durables de prévention en santé et les investissements associés soient au rendez-vous pour respecter les engagements du gouvernement à travers ses différentes politiques », précise Corinne Voyer, directrice de la Coalition Poids.

Au Québec, non seulement on observe une diminution de la pratique d'activité physique chez les jeunes, mais également une diminution de leur condition physique, de leurs capacités cardiovasculaires et de leurs habiletés motrices. « Avec la problématique du poids qui est toujours aussi présente, les taux de sédentarité qui ne cessent de croître et la condition physique des jeunes qui se détériore, il faut des actions concrètes, efficaces et durables maintenant », souligne Mme Voyer.

Sachant que 56 % des élèves du secondaire et près de 41 % des élèves du primaire n'atteignent pas le niveau recommandé de 60 minutes d'activité physique par jour, il importe d'augmenter et de maximiser les occasions pour qu'ils soient plus actifs au quotidien. Comme l'a reconnu le ministre de l'Éducation, du Loisir et du Sport et ministre de la Famille, Monsieur Sébastien Proulx, l'école est un milieu privilégié pour l'acquisition d'habiletés et d'habitudes permettant une vie saine et active. Puisque les enfants et les adolescents passent la majeure partie de leur temps à l'école, elle a le potentiel de leur faire découvrir et apprécier le plaisir d'être actifs en offrant de nombreuses occasions avec leurs amis. Toutefois, la *Politique de l'activité physique, du sport et du loisir* ne précise pas d'actions pour soutenir l'activité physique au secondaire, ni de mesures spécifiques pour l'aménagement des cours d'école. « La cour d'école est idéale pour favoriser la pratique d'activités physiques, que ce soit lors des récréations, de la période du dîner, des activités parascolaires, du service de garde ou avant et après les heures de classe, et même le soir et les fins de semaine lorsqu'elle est ouverte à la communauté », illustre Mme Voyer.

Les études montrent que l'activité physique améliore les performances scolaires en favorisant notamment la capacité d'attention, la concentration et la mémoire. « Après avoir bénéficié d'une période de récréation, les élèves sont moins agités et ont un meilleur comportement lors du retour en classe », ajoute-t-elle. La pratique d'activité physique à l'école augmente également le sentiment d'appartenance à celle-ci et tend à assurer une plus grande persévérance scolaire. La [Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif - Pour un virage santé à l'école](#) aura dix ans cette année. Il s'agit là d'une excellente opportunité pour arrimer les efforts dans le milieu scolaire et mettre en commun, notamment les différents objectifs de celle-ci, de la *Politique de l'activité physique, du sport et du loisir*, de l'éventuelle *Politique de mobilité durable* et de la *Politique gouvernementale de prévention en santé*. « Si le gouvernement souhaite voir la pratique d'activité physique augmenter de 20 % chez les 6 à 17 ans, il doit prévoir des actions concrètes. C'est un objectif ambitieux, dont une partie de la réussite repose sur un financement constant et suffisant dans les milieux scolaires, en particulier pour en modifier l'environnement », conclut Corinne Voyer.

### **À propos de la Coalition québécoise sur la problématique du poids**

Créée en 2006 et parrainée par l'Association pour la santé publique du Québec depuis 2008, la Coalition québécoise sur la problématique du poids réunit plus de 350 partenaires qui visent l'adoption de politiques publiques spécifiques à l'égard des problèmes reliés au poids. Elle agit pour favoriser la mise en place d'environnements facilitant les choix santé et la prévention des problèmes de poids. Pour plus de détails, [cqpp.qc.ca](http://cqpp.qc.ca).

– 30 –

#### **Pour toute demande d'entrevue, contactez :**

Corinne Voyer

Directrice, Coalition québécoise sur la problématique du poids

Téléphone : 514 598-8058 poste 242

Cellulaire : 514 566-4605

[cvoyer@cqpp.qc.ca](mailto:cvoyer@cqpp.qc.ca)