

**COMMUNIQUÉ DE PRESSE**  
**Pour diffusion immédiate**

## **Pour que les jeunes soient plus actifs à l'école : des experts proposent 5 recommandations pour y parvenir**

---

**Montréal, le 7 février 2013** – De nombreux experts, réunis à l'initiative de la Coalition québécoise sur la problématique du poids (Coalition Poids), ont dévoilé 5 recommandations qui font consensus pour permettre aux jeunes d'être plus actifs à l'école. Ces experts répondent ainsi à l'appel de la première ministre du Québec qui proposait, dans son discours inaugural prononcé le 31 octobre 2012, « pourquoi ne pas nous donner l'objectif que d'ici 10 ans, la population québécoise devienne une des nations les plus en forme du monde ? ».

La modernisation de la politique nationale du sport et du loisir figure parmi les projets de l'actuel gouvernement pour atteindre cet objectif. Alors que les écoles sont reconnues depuis longtemps comme des établissements propices aux initiatives en matière d'activité physique, les experts estiment qu'il est essentiel d'inscrire et de soutenir le milieu scolaire dans cette politique. « Quand on sait que seulement 7 % des jeunes canadiens sont suffisamment actifs, on réalise à quel point il est urgent d'agir », souligne Suzie Pellerin, directrice de la Coalition Poids. Cet avis est d'ailleurs largement partagé au sein de la population, puisque 96 % des Québécois souhaitent qu'on offre aux jeunes plus d'occasions de faire de l'activité physique à l'école, selon un sondage réalisé par Ipsos en novembre 2012.

« Pour devenir une société plus en forme, il est primordial d'augmenter et de maximiser les occasions pour les jeunes d'être actifs, du moment où ils partent le matin pour l'école jusqu'à leur retour à la maison », poursuit Suzie Pellerin. Le comité d'experts présente donc 5 recommandations prometteuses, réalisables et qui font consensus :

1. Rendre obligatoire un temps minimal consacré aux cours d'éducation physique et à la santé;
2. Favoriser les activités physiques intramuros et parascolaires;
3. Intégrer l'activité physique à d'autres programmes d'enseignement;
4. Organiser et encadrer des récréations actives dans des cours d'école bien aménagées;
5. Favoriser les déplacements actifs entre le domicile et l'école.

Le comité d'experts réuni par la Coalition Poids couvre un large éventail d'organismes et de professionnels qui se consacrent à la santé et à l'activité physique chez les jeunes :

- Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie
- Égale Action
- ÉquiLibre
- Faculté d'éducation physique et sportive de l'Université de Sherbrooke
- Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec
- Fédération des kinésiologues du Québec
- Québec en Forme

- Réseau du sport étudiant du Québec
- SPORTSQUÉBEC
- Vélo Québec

Pour consulter les recommandations complètes du comité d'experts, consultez le [www.cqpp.qc.ca/documents/file/2012/5-recommandations-jeunes-actifs-ecole\\_2013-02.pdf](http://www.cqpp.qc.ca/documents/file/2012/5-recommandations-jeunes-actifs-ecole_2013-02.pdf).

### **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 vise l'adoption de politiques publiques spécifiques à l'égard des problèmes reliés au poids. Elle agit dans le cadre de trois secteurs stratégiques (agroalimentaire, socioculturel et environnement bâti) pour favoriser la mise en place d'environnements facilitant les choix santé et la prévention des problèmes de poids. Pour plus de détails [www.cqpp.qc.ca](http://www.cqpp.qc.ca).

– 30 –

#### **Source :**

Amélie Desrosiers

Responsable des communications, Coalition québécoise sur la problématique du poids

Cellulaire : 514 475-7431

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