

FAITS SAILLANTS

de la série de conférences 2022 destinée aux fonctionnaires fédéraux, provinciaux et territoriaux

Organisée par l'Association canadienne des parcs et loisirs (ACPL) en partenariat avec le Comité fédéral, provincial et territorial sur l'activité physique et les loisirs (PARC)

Sortir de la pandémie en misant sur l'activité physique et les loisirs

10 février 2022

Recadrer et favoriser la réussite pour des collectivités actives et dynamiques

8 mars 2022

PRINCIPAUX MESSAGES

- L'activité physique et les loisirs ont largement contribué à la qualité de vie, ainsi qu'à la santé physique et mentale de la population canadienne pendant la pandémie de COVID-19.
- Par ailleurs, les contraintes imposées par la santé publique ont initialement engendré une réduction globale de l'activité physique et une augmentation des comportements sédentaires au sein de la population.
- Les inégalités systémiques et les disparités en matière de santé ont été exacerbées par la pandémie, ce qui rappelle l'importance d'agir dans une optique d'équité, de diversité et d'inclusion dans tous les secteurs, y compris le sport et les loisirs.
- Compte tenu des répercussions de la pandémie sur le secteur des loisirs, il sera essentiel de protéger la santé publique et de veiller à la sécurité des usagers lors de la planification et de la mise en œuvre des politiques et des programmes en matière d'activité physique et de loisirs.
- Pour assurer l'équité et la durabilité des collectivités, il faut promouvoir et soutenir des activités de plein air accessibles, sans risque et non structurées, dans les environnements naturels et bâtis favorables, le soutien social et d'autres environnements essentiels (par exemple, l'accès aux espaces verts et aux aires de jeu, l'activité et le jeu au quotidien et les activités sociales).
- La collaboration avec les communautés autochtones permet d'obtenir un aperçu précieux sur l'activité physique non structurée, les liens sociaux dans le cadre de programmes multigénérationnels et les moyens de répondre aux appels à l'action de la Commission de vérité et de réconciliation en matière d'activité physique, de sport et de loisirs.
- Les bienfaits de l'activité physique et des loisirs sur la santé mentale et la cohésion sociale doivent faire l'objet d'une attention accrue.
- Les gouvernements et autres institutions civiques appliquent de nouvelles méthodes d'évaluation de l'activité physique dans un contexte de qualité de vie et d'économie du bien-être, ainsi que de nouveaux modèles pour une politique publique plus ouverte et cohérente qui agit sur les déterminants sous-jacents de la santé.

POSSIBILITÉS D'INTERVENTION

S'appuyer sur les réussites et en tirer des enseignements

- Investir dans des environnements bâtis et sociaux qui favorisent l'activité physique non structurée à accès facile, ainsi que le transport actif.
- Soutenir le développement de l'activité physique et des occasions de loisirs dans tous les milieux, y compris les écoles, les centres récréatifs, les lieux de travail et les centres d'aide à la vie autonome et de soins de longue durée.
- Favoriser la mise en œuvre de plans communautaires visant à encourager l'activité physique pour tous les âges aussi bien en zones rurales qu'en milieu urbain.

S'assurer de la participation des parties prenantes de multiples secteurs

- Envisager de s'appuyer sur les partenariats et les relations de financement existants avec les secteurs de l'activité physique et des loisirs pour soutenir le renouvellement de la capacité organisationnelle qui a été perdue à la suite de la pandémie de COVID-19.
- En ce qui concerne les installations, effectuer des rénovations et adopter des approches novatrices afin que les services de sport, d'activité physique et de loisirs offerts en établissements soient sûrs et qu'ils répondent aux besoins, aux préférences et aux comportements changeants des usagers et qu'ils offrent une protection contre les crises futures en matière de santé.
- Favoriser les partenariats multisectoriels, par exemple avec les municipalités, les urbanistes, les conseils scolaires, le secteur du sport, de l'activité physique et des loisirs (SAPL), le secteur du logement abordable et la santé publique, pour les amener à tenir compte du bien-être et de la santé de la population dans la conception des environnements bâtis.

S'attaquer aux inégalités

- Élaborer, dans une optique d'équité, de diversité et d'inclusion, des politiques adaptées en matière d'activité physique et de loisirs qui tiennent compte des déterminants fondamentaux de la santé.
- Prendre des mesures réfléchies pour donner suite aux conclusions de la Commission de vérité et de réconciliation du Canada, y compris ses [appels à l'action](#), en ce qui a trait à l'activité physique, le sport et les loisirs, en mettant l'accent sur les programmes dirigés par les Autochtones et sur le rôle que l'activité physique joue dans la régénérescence autochtone.
- Démontrer la valeur des espaces publics en offrant un accès équitable à des lieux de pratique de l'activité physique, ce qui peut conduire à une amélioration de la santé physique et mentale, notamment en contribuant au sentiment de bien-être et d'appartenance des gens.
- Prôner les bienfaits de l'activité physique et des loisirs comme facteurs de protection contre l'anxiété, la dépression et l'isolement et dans l'amélioration de la santé mentale positive et des liens sociaux.

Prendre des décisions en connaissance de cause

- Chercher à s'inspirer de la [Vision commune pour favoriser l'activité physique et réduire la sédentarité au Canada](#) et du [Cadre stratégique pour le loisir au Canada](#) pour définir les actions prioritaires en matière de sport, d'activité physique et de loisirs dans le contexte d'une pandémie ou d'une endémie.
- Utiliser des ressources fondées sur l'« évaluation du bien-être », telles que le cadre sur la qualité de vie, lors de la formulation de recommandations à l'intention des ministres sur l'activité physique, les loisirs et le sport.
- Faire appel à des données probantes pour éclairer le processus décisionnel dans les secteurs du sport, de l'activité physique et des loisirs, en particulier pour lutter contre les inégalités que subissent les groupes prioritaires au sein de la population.

RÉSUMÉ DES PRINCIPAUX THÈMES

Les données probantes concernant les conséquences de la pandémie de COVID-19

- La pandémie de COVID-19 a mis en lumière des problèmes importants et persistants sur le plan sociétal (p. ex., la sécurité du revenu, l'assurance-emploi, l'infrastructure sociale et physique) qui sont à l'origine d'inégalités systémiques et de disparités en matière de santé, notamment en fonction du revenu, du genre, de l'ethnicité, de l'indigénéité et des handicaps.
- Les effets de la pandémie sur l'activité physique différaient selon les milieux. Par exemple, on a constaté une diminution de l'activité physique au travail et à l'école, ainsi que du transport actif vers ces milieux. Cependant, l'activité physique a augmenté à la maison et dans les quartiers grâce au jeu en plein air, à la marche et aux loisirs en famille.
- Globalement, la pandémie de COVID-19 a eu de graves répercussions sur le secteur SAPL, notamment en ce qui concerne le comportement et les attentes des utilisateurs, les recettes, le maintien du personnel, la prestation des programmes et services, l'ensemble des activités commerciales et la capacité à contribuer au bien-être collectif. Certaines de ces répercussions se feront sentir pendant encore longtemps.

Valorisation de l'activité physique comme mesure du bien-être subjectif

- Le secteur public s'appuie de plus en plus sur l'évaluation de la contribution de l'activité physique à la qualité de vie. Les décideurs politiques peuvent ainsi démontrer le rendement social élevé de l'investissement dans l'activité physique, y compris son importance pour le bien-être subjectif.

- La mise en œuvre de mécanismes tels que le [cadre canadien sur la qualité de vie](#) dans la prise de décision politique peut faciliter la réorientation des politiques publiques en faveur d'une économie du bien-être, de l'amélioration de la satisfaction subjective à l'égard de la vie et de la création de collectivités durables.

Activités non structurées et accessibles

- La tendance à l'intégration de l'activité physique holistique, non structurée et non organisée dans tous les milieux, y compris l'activité physique en plein air, devrait éclairer les politiques publiques liées à l'activité physique et aux loisirs (p. ex., accès équitable aux transports actifs et utilisation de ceux-ci, meilleur accès aux installations extérieures ou semi-extérieures, activité physique terrestre culturellement appropriée pour les peuples autochtones).
- Au sein des groupes qui n'utilisent pas le transport en commun, l'accès à d'autres moyens de transport, y compris le transport actif (c.-à-d., les vélos et les bicyclettes électriques), n'est pas équitable.

Les environnements bâtis propices à l'activité

- Les politiques qui donnent la priorité aux environnements bâtis et naturels accueillants où les gens pouvaient être actifs se sont avérées importantes pour soutenir les choix actifs pendant la pandémie.
- Dans les collectivités actives et dynamiques, la vie communautaire s'articule autour de la participation des résidents et de l'aménagement d'environnements bâtis propices à l'activité physique, en particulier des centres-villes et des quartiers favorables aux piétons et aux familles, ainsi que de la promotion de l'activité physique dans les écoles.

RÉSUMÉ DES PRINCIPAUX THÈMES suite

Environnement social, liens sociaux et santé mentale

- Il faut se pencher plus longuement sur les bienfaits de l'activité physique et des loisirs sur la santé mentale et la cohésion sociale. Les personnes ayant déclaré avoir été plus actives physiquement pendant la pandémie ont aussi fait état d'une diminution de l'ennui, d'une meilleure santé mentale et d'une amélioration de leur bien-être subjectif.
- Les effets négatifs de la pandémie sur la santé physique et mentale des gens vivant en milieu urbain, suburbain ou rural pourraient durer longtemps.
- L'isolement social pendant la pandémie de COVID-19, en particulier chez les personnes âgées, est un effet secondaire important des fermetures et des mesures de santé publique connexes qui doit être abordé. L'activité physique et les loisirs offrent des moyens de rétablir les liens sociaux.
- Par ailleurs, certaines personnes ont renforcé leurs liens familiaux, intergénérationnels et communautaires pendant la pandémie de COVID-19. L'étude d'exemples de programmes multigénérationnels dans les communautés autochtones peut ouvrir des perspectives sur des programmes d'activité physique pour l'avenir.
- On s'intéresse de plus en plus au lien entre le sport et les loisirs communautaires, les services sociaux et la santé publique.

Vers un modèle de bien-être pour la vitalité des collectivités

- L'élaboration de politiques centrées sur une économie du bien-être visant une meilleure qualité de vie pour tous et la durabilité de la planète pourrait contribuer à atténuer certains problèmes sociétaux mis en lumière par la pandémie de COVID-19, qui sont à l'origine d'inégalités systémiques et de disparités en matière de santé.

- Une approche systémique de la planification communautaire, soutenue par un leadership intersectoriel et la participation communautaire à la prise de décision, peut promouvoir des collectivités porteuses d'une culture du bien-être. Il s'agit de réformer les politiques communautaires, en priorisant les environnements bâtis et naturels et en favorisant l'établissement de liens sociaux.
- Dans les collectivités qui mettent l'accent sur l'activité physique accessible et non structurée, on a constaté des bienfaits quantifiables sur la qualité de vie et le bien-être des résidents (p. ex., réduction des risques pour la santé, augmentation du bénévolat et des activités sociales), ainsi que sur l'économie locale (p. ex., augmentation de la productivité et économies dans le système de santé, valeur des propriétés, tourisme, taille de la population).
- Pour assurer le dynamisme, la vitalité et la durabilité des communautés autochtones, il est préférable de s'appuyer sur des approches et des pratiques autochtones dirigées par des Autochtones. En ce qui concerne les programmes d'activité physique adaptés à la culture des communautés autochtones, il serait utile de soutenir les programmes dirigés par des femmes au sein des centres d'amitié et les recherches menées par des Autochtones, de porter une attention accrue aux personnes autochtones handicapées et de privilégier les activités terrestres axées sur les Autochtones.
- Dans le cadre d'une approche communautaire favorable aux personnes âgées, les décideurs peuvent identifier et éliminer les obstacles au bien-être et à la participation des personnes âgées dans divers aspects de la vie collective et urbaine.
- De plus en plus, les villes et les collectivités trouvent des solutions innovantes pour améliorer la qualité de vie des résidents en les amenant à unir leurs efforts pour améliorer la mobilité et valoriser l'espace public.

RESSOURCES



La série de conférences (en anglais uniquement)

- Conférence 1 – Sortir de la pandémie en misant sur l'activité physique et les loisirs (enregistrement)
- Conférence 2 – Recadrer et favoriser la réussite pour des collectivités actives et dynamiques (enregistrement)

Autres ressources

- **RÉCRÉvolution** : Les résultats de ces activités de recherche sont résumés dans [quatre rapports correspondants](#) (sur le site *Le Banc*) en plus d'un [rapport de synthèse](#) général.
- **Incidence de la COVID-19** sur l'activité physique, le sport et les loisirs : études de l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie
- **Grande idée** : [Une approche de la gouvernance fondée sur le bien-être](#) (en anglais uniquement)
- **Bulletin 2021 de l'activité physique chez les adultes de ParticipACTION**