

# PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT DE NOUVELLES ACTIVITÉS FAMILLE AU JEU

## RAPPORT DE RECHERCHE ACTION

*Line Coulombe, Agent de planification habitudes de vie, mars 2011.*

### LES PARENTS DE LA MUNICIPALITÉ DE REPENTIGNY NE SONT PAS SUFFISAMMENT ACTIFS PHYSIQUEMENT

*Selon les résultats d'un sondage réalisé auprès de parents, **66 % de tous ceux de la municipalité de Repentigny pratiquent moins de 3 fois par semaine des séances d'activités physiques d'intensité moyenne à plus élevée dans leurs temps libres.** Ceux obtenus sur l'intention d'en pratiquer dans l'année qui vient, le niveau de difficulté perçu et les freins à la pratique, nous informent sur ce qui expliquerait leur comportement. De plus, on y retrouve ce qui pourrait être fait pour les aider à être plus actifs. Dans ce contexte, tous les adultes qui ne le sont pas suffisamment, sont invités à augmenter leur niveau de pratique et à participer aux activités qui seront offertes dans le cadre de **Famille au Jeu.***

Les bienfaits associés à la pratique régulière d'activités physiques chez les adultes sont importants. Elle améliore la condition physique et aide à diminuer le risque de maladies chroniques (maladie coronarienne, hypertension, obésité, cancer du côlon, diabète). Réalisée correctement, elle peut être un facteur positif pour la santé mentale et l'intégration sociale. Cependant, avec l'âge, un très grand nombre de citoyens et de citoyennes délaissent cette saine habitude de vie.

#### **Le manque d'activité physique**

Selon les recommandations de santé publique, une fréquence de trois fois et plus par semaine d'activités physiques d'intensité moyenne ou plus élevée dans les temps libres, apporte des bénéfices substantiels pour la santé. Cependant, les résultats du sondage nous indiquent que 66 % des parents de la municipalité de Repentigny en pratiquent moins de trois fois par semaine.

#### **L'intention d'en pratiquer**

La connaissance de l'intention de pratiquer des activités physiques et du niveau de difficulté perçu, permet de prédire ce comportement. En ce sens, 88 % des parents interrogés dans le cadre du sondage avaient l'intention d'en pratiquer régulièrement au cours de la prochaine année, et 50 % de ceux-ci n'envisageaient pas de difficulté pour le faire.

#### **Ce qui expliquerait ce comportement**

Malgré ces prédispositions, comment se fait-il que plusieurs adultes ne soient pas suffisamment actifs ? L'explication de ce comportement serait que ceux-ci surestimeraient leur capacité réelle à surmonter les difficultés et obstacles à la pratique régulière d'activités physiques. D'ailleurs, questionnés sur ce qui les empêchent d'en faire plus, ceux-ci ont répondu : la famille (74 %), le travail (54 %), l'horaire des activités (33 %), le coût trop élevé (25 %), les habiletés et intérêts différents des parents et des enfants (13 %) et le manque d'installations à proximité (7 %).

#### **Ce qui pourrait être fait pour les aider**

Dans ce contexte, il devient donc très important de créer des environnements qui sont favorables à la pratique d'activités physiques et qui tiennent compte de celles qui sont les plus populaires auprès des parents, soit : bicyclette (68 %), marche (50 %), natation (36 %), patin à roues alignées (26 %), activités sur glace (24 %), le ski de randonnée (17 %) et jeux de balles (13 %). De plus, les principales mesures suggérées par ceux-ci pour les aider à être plus actifs, qui sont offrir des activités simultanées parents et enfants (57 %), offrir des activités familiales (51 %), offrir un abonnement familial à un coût abordable (50 %), donner accès aux activités selon un horaire plus flexible (31 %) et offrir plus d'information (14 %) prennent toute leur importance pour les motiver à passer à l'action.

## L'ALIMENTATION DES PARENTS DE LA MUNICIPALITÉ DE REPENTIGNY QUELQUES PISTES D'ACTION

Selon les résultats d'un sondage réalisé auprès de parents, **59 % des répondants de la municipalité de Repentigny consomment moins de 5 portions de légumes et de fruits quotidiennement et 20 % n'atteignent pas la quantité recommandée par le Guide alimentaire canadien (version 1997) de 2 portions de lait et de produits laitiers par jour.** Les résultats obtenus sur les freins à la consommation nous informent sur ce qui expliquerait leur comportement. De plus, les parents ont indiqué ce qu'ils aimeraient que la municipalité mette en place pour les aider à améliorer leur alimentation. Dans ce contexte, tous les adultes qui ne mangent pas suffisamment de fruits et légumes et de lait et de produits laitiers, sont invités à augmenter leur nombre de portions quotidiennes. **Pourquoi ?**

La consommation de fruits et légumes est l'une des habitudes alimentaires des plus avantageuses pour la santé. Depuis 1990, l'Organisation mondiale de la Santé soutient que la consommation quotidienne de 5 portions de fruits et légumes aide à prévenir certains cancers. Cette habitude réduit aussi le risque de maladies cardiovasculaires, d'hypertension, de constipation, etc. Faibles en calories et riches en fibres, les fruits et légumes contribuent également au maintien du poids et à la prévention de l'obésité. Malheureusement, un Lanaudois sur deux, âgé de 12 ans et plus, ne profite pas des nombreux avantages de consommer les 5 portions quotidiennes recommandées (ESCC) (cycle 4.1) (2007-2008). De nombreuses études démontrent également l'importance du lait et des produits laitiers dans le maintien d'un poids normal (Anderson, 2009) et d'une santé osseuse (Heaney, 2009). Par contre, les deux tiers de la population adulte québécoise ne rencontrent pas les recommandations minimales du *Guide alimentaire canadien* pour ce groupe d'aliments (Blanchet, 2009).

### La consommation de fruits et légumes

Selon le nouveau Guide alimentaire canadien, les adultes devraient consommer en moyenne 7 portions de légumes et fruits par jour, ce qui apporte un maximum de bénéfices *santé*. Par contre, dès qu'on atteint 5 portions, on obtient une quantité non-négligeable de bienfaits; c'est pourquoi nous ciblons l'objectif de 5 portions par jour. Cependant, les résultats du sondage nous indiquent que 59 % des parents de la municipalité de Repentigny en consomment moins de 5 par jour.

### Ce qui expliquerait ce comportement

Malgré les avantages que procure la consommation de fruits et de légumes, pourquoi plusieurs adultes n'en consomment-ils pas suffisamment? Questionnés sur ce qui les empêchent d'en consommer davantage, ceux-ci ont répondu: pense qu'il en consomme suffisamment (46 %), manque de temps pour la préparation (23 %), coût trop élevé (16 %), n'y pense pas (13 %), manque de connaissances pour les cuisiner (11 %), manque de goût pour ce type d'aliments (10 %), manque de variété disponible (7 %) et peu de fruits et légumes disponibles à proximité (3 %).

### La consommation de lait

Selon le Guide alimentaire canadien (version 1997), les adultes devraient consommer 2 portions de lait et de produits laitiers par jour. Cependant, les résultats du sondage nous indiquent que 20 % des parents de la municipalité de Repentigny en consomment moins de 2 portions par jour.

### Les repas en famille

La préparation des repas à la maison est bénéfique, mais le manque de temps et de compétences culinaires sont souvent cités comme obstacle. L'heure du repas est souvent bousculée par les horaires chargés. Pourtant, les repas en famille valent la peine d'être préservés. Des études démontrent qu'il y a des bienfaits nutritionnels significatifs aux repas pris ensemble. Lorsque les parents et les enfants mangent ensemble, ils ont tendance à consommer d'avantage de fruits, de légumes, de céréales et d'aliments riches en calcium et moins d'aliments frits, de boissons gazeuses, de sucreries et d'aliments provenant de la restauration rapide. De plus, les enfants qui soupent plus souvent en famille présentent un risque plus faible d'excès de poids ou d'obésité. Les repas en famille offrent également des bienfaits au-delà de la nutrition: les adolescents sont moins susceptibles de fumer et de consommer de l'alcool, les familles qui mangent ensemble passent davantage de temps à converser et ont de meilleures relations (Waisman, 2009). À Repentigny, 61 % des parents soupent souvent en famille.

### Ce qui pourrait être fait pour les aider

La municipalité peut tenter de les aider en créant des environnements qui sont favorables à la saine alimentation et qui tiennent compte des besoins des parents, soit: offrir des ateliers de cuisine parents-enfants ou des cours de cuisine (42 %), offrir des aliments de bonne valeur nutritive dans les lieux de loisirs (42 %), inciter les restaurants à offrir plus d'aliments de bonne valeur nutritive (29 %), rendre plus accessibles les marchés publics (28 %), promouvoir l'achat local (25 %), offrir des aliments de bonne valeur nutritive lors de rassemblements culturels (14 %), allouer des terrains pour des jardins communautaires (11 %), offrir des cours de jardinage (9 %) et promouvoir la saine alimentation par le biais de conférences (5 %).

## LA MÉTHODOLOGIE

L'approche	L'outil de collecte de données et la technique d'analyse	Le plan d'échantillonnage
<p><b>Recherche action</b></p> <p>Repose sur des activités de recherche pour mieux connaître un problème et l'action pour le résoudre.</p>	<p><b>Questionnaire</b></p> <p>Variables présentes</p> <p>V1 Âge</p> <p>V2 Sexe</p> <p>V3 Niveau de revenu</p> <p>V4 Fréquence de pratique d'activité physique</p> <p>V5 Intention de pratique d'activité physique</p> <p>V6 Niveau de difficulté perçu</p> <p>V7 Freins pour la pratique de l'activité physique</p> <p>V8 Activités physiques les plus populaires</p> <p>V9 Mesures pour aider les parents à augmenter la pratique d'activité physique</p> <p>V10 Consommation de fruits et légumes</p> <p>V11 Freins pour la consommation de fruits et légumes</p> <p>V12 Consommation de produits laitiers</p> <p>V13 Fréquence des repas en famille</p> <p>V14 Mesures pour aider les parents à améliorer leur alimentation.</p> <p><b>Analyse univariée</b></p> <p>Distribution de fréquences V1 à V14</p>	<p><b>Technique d'échantillonnage</b></p> <p>Échantillon accidentel constitué de personnes que l'on rejoint au hasard, jusqu'à ce que l'on atteigne le nombre de personnes désiré.</p> <p><b>Description de l'échantillon</b></p> <p>Population visée (famille) : 1228</p> <p>Répondants attendus : 539</p> <p>Répondants obtenus : 407</p> <p>Nombre de questionnaires rejetés : 5</p> <p>Nombre de questionnaires compilés : <b>402</b></p> <p><b>Précision de l'estimation</b></p> <p>Cet échantillon ayant été constitué sur une base non probabiliste, la généralisation ou l'extrapolation des résultats de cette recherche peut être appliquée à tous les parents de la municipalité de Repentigny mais sous réserve d'erreur.</p>

Adapté de Mayer, R., Ouellet, F., Saint-Jacques, M., Turcotte, D., et al. (2000)

Dans le présent ouvrage, la forme masculine désigne aussi bien les femmes que les hommes lorsque le texte s'y prête.

### Source

MARSOLAI, L. (à paraître). *Programme pour le développement de nouvelles activités Famille au Jeu. Guide d'intervention*, 3<sup>e</sup> édition, St-Charles-Borromée, Direction de santé publique et d'évaluation, Agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux de Lanaudière, p. 22-29.

# LES RÉSULTATS

## TABLEAU 1

Répartition des répondants selon le groupe d'âge

Groupes d'âge	Fréquence	Pourcentage	Fréquence cumulée	Pourcentage cumulé
18-24 ans	2	0	2	0
25-29 ans	14	3	16	3
30-34 ans	100	25	116	28
35-44 ans	247	61	363	89
45-49 ans	29	7	392	96
50-54 ans	8	2	400	98
55 ans et plus	2	0	402	98
Total	402	98 *	–	–

\* En raison de l'arrondissement à un nombre près, le pourcentage total est inférieur à 100 %.

## TABLEAU 2

Répartition des répondants selon le sexe

Sexe	Fréquence	Pourcentage	Fréquence cumulée	Pourcentage cumulé
Féminin	322	81	322	81
Masculin	76	19	398	100
Total	398 *	100	–	–

\* En raison du nombre de personnes qui n'ont pas répondu à cette question et/ou d'une erreur de calcul, la fréquence totale n'est pas égale à 402.

**TABLEAU 3**

Répartition des répondants selon le niveau de revenu				
Niveaux de revenu	Fréquence	Pourcentage	Fréquence cumulée	Pourcentage cumulé
Moins de 15 000 \$	5	1	5	1
15 000 \$ à 29 999 \$	13	3	18	4
30 000 \$ à 44 999 \$	37	9	55	13
45 000 \$ à 59 999 \$	52	13	107	26
60 000 \$ à 74 999 \$	67	17	174	43
75 000 \$ et plus	217	55	391	98
Total	391 *	98 **	–	–

\* En raison du nombre de personnes qui n'ont pas répondu à cette question et/ou d'une erreur de calcul, la fréquence totale n'est pas égale à 402.

\*\* En raison de l'arrondissement à un nombre près, le pourcentage total est inférieur à 100 %.

**TABLEAU 4**

Répartition des répondants selon le nombre de fois qu'ils ont pratiqué des activités physiques				
Nombre de fois	Fréquence	Pourcentage	Fréquence cumulée	Pourcentage cumulé
3 fois par mois ou moins	112	28	112	28
Moins de 3 fois par semaine, plus de 3 fois par mois	152	38	264	66 *
3 fois par semaine ou plus	133	34	397	100
Total	397 **	100	–	–

\* Donnée retenue dans l'interprétation des résultats (voir page 1)

\*\* En raison du nombre de personnes qui n'ont pas répondu à cette question et/ou d'une erreur de calcul, la fréquence totale n'est pas égale à 402.

**Note :** Question adaptée de Enquête sociale et de santé 1992-1993 par Nolin, B. (2003)

**TABLEAU 5**

Répartition des répondants selon l'intention de pratiquer régulièrement des activités physiques

Intention	Fréquence	Pourcentage	Fréquence cumulée	Pourcentage cumulé
Définitivement oui, probablement oui	347	88	347	88 *
Ni oui, ni non	36	9	383	97
Probablement ou définitivement non	13	3	396	100
Total	396 **	100	–	–

\* Donnée retenue dans l'interprétation des résultats (voir page 1)

\*\* En raison du nombre de personnes qui n'ont pas répondu à cette question et/ou d'une erreur de calcul, la fréquence totale n'est pas égale à 402.

**Note :** Question tirée de Godin, G., Desharnais, R., 1996.

**TABLEAU 6**

Répartition des répondants selon la perception du niveau de difficulté

Niveau de difficulté	Fréquence	Pourcentage	Fréquence cumulée	Pourcentage cumulé
Assez et très facile	199	50	199	50 *
Ne sait pas	134	34	333	84
Assez et très difficile	67	17	400	101
Total	400 **	101***	–	–

\* Donnée retenue dans l'interprétation des résultats (voir page 1)

\*\* En raison du nombre de personnes qui n'ont pas répondu à cette question et/ou d'une erreur de calcul, la fréquence totale n'est pas égale à 402.

\*\*\* En raison de l'arrondissement à un nombre près, le pourcentage total est supérieur à 100 %.

**Note :** Question tirée de Godin, G., Desharnais, R., 1996

**TABLEAU 7**

Répartition des répondants selon les raisons qui les empêchent de faire plus d'activités physiques

Raisons <sup>a</sup>	Fréquence	Pourcentage <sup>b</sup>	Rang
Les obligations familiales	298	74 *	1
Le travail	217	54 *	2
L'horaire des activités	132	33 *	3
Le coût trop élevé	99	25 *	4
Les habiletés et les intérêts différents des parents et des enfants	53	13 *	5
Le manque d'installations à proximité	30	7 *	6

<sup>a</sup> Les autres raisons : Manque de temps (8), Problèmes de santé (7 – *Maladies, sclérose en plaque, paralysie cérébrale, blessure au dos, capacité physique*), Motivation (5), Grossesse (3), Fatigue (3), Monoparental (3), Famille (3 - *Contrainte de gardienne, 7 enfants, Garde partagée*), Température (2), Études (2), Horaire et dispo des installations, Activités appropriées pour l'âge, Écart d'âge entre les enfants, Manque d'énergie, Paresse, Je crois que l'on peut toujours trouver les moyens nécessaires pour en faire.

<sup>b</sup> Le total n'est pas égal à 100%.

\* Données retenues dans l'interprétation des résultats (voir page 1).

**Note** : Question adaptée de Brossard, B., Harvey, G., Morel, L., 1993.

**TABLEAU 8**

## Les activités physiques que les répondants aimeraient pratiquer

Activités <sup>a</sup>	Fréquence	Pourcentage <sup>b</sup>	Rang
Bicyclette	274	68 *	1
Marche	201	50 *	2
Natation	144	36 *	3
Patin à roues alignées	104	26 *	4
Activités sur glace	97	24 *	5
Ski de randonnée	69	17 *	6
Jeux de balle ou ballon	53	13 *	7

<sup>a</sup> Les autres activités : Danse (12), Yoga (5), Ski alpin (6), Raquette (5), Jogging (4), Aérobie (4), Zumba (3), Soccer (3), Hockey (3), Badminton (3), Cardio (3), Taï boxe (2), Pilates (2), Hicking (2), Gym (2), Course (2), Baseball (2), Tennis (2), Musculation (2), Gymnastique (2), Gymnastique parent-enfant, Taï chi, Yoga cardio, Danse aérobique, Cardio militaire, Arts martiaux, Karaté, Glissade, Kinball adulte, Golf, Entraînement en salle, Pas assez de ronds de glace, Musculation au travail, Gym/Work out, Tapis roulant, Jogging/Gym, Salle d'entraînement, Entraînement adapté, Entraînement en gymnase, Eliptique à la maison.

<sup>b</sup> Le total n'est pas égal à 100%.

\* Données retenues dans l'interprétation des résultats (voir page 1).

**Note :** Question adaptée de Brossard, B., Harvey, G., Morel, L., 1993.

**TABLEAU 9**

Les mesures qui pourraient être prises pour aider les répondants

Les mesures <sup>a</sup>	Fréquence	Pourcentage <sup>b</sup>	Rang
Offrir des activités pour les parents en même temps que les activités pour les enfants	229	57 *	1
Offrir des activités physiques conçues pour les familles	205	51 *	2
Offrir un abonnement familial à un coût abordable	202	50 *	3
Donner accès aux activités physiques selon un horaire plus flexible	123	31 *	4
Donner plus d'information sur les programmes et les projets d'activité physique	56	14 *	5

<sup>a</sup> Les autres mesures : Si cours est plein, débiter un autre cours, Activités pour familles monoparentales, Parc régional gratuit, Plus d'activités pour adultes de 20 à 21 hrs en semaine, Activités gratuites plus souvent, Plus de pistes cyclables (2), Pistes cyclables avec balises, Création longue piste cyclable, Offrir réseau piste cyclable couvre entièrement la ville de Repentigny Est/Ouest Nord/Sud avec plusieurs tronçons majeurs, Pistes cyclables dégagées d'autos avec vue et accès au fleuve (2), Dégager pistes cyclables l'hiver, Support à vélo chez les marchands, Plus cours d'anglais, Inclure activités à l'école, Payer pour la patinoire, trop cher et état non satisfaisant, Promouvoir la course comme activité de compétition amicale (tour de ville), Variante de la randonnée de la mairesse (+ de catégorie), Impliquer la ville dans le défi Pierre Lavoie au printemps, Prévoir des activités pour nos enfants durant la semaine de relâche de Franklin Hill, Réduire les coûts du camp de jour, Activités familiales (parents-enfants), Danse-yoga parents-enfants, Faire un rabais sur activités (intergénérationnel), Aménager plus les parcs avec jeux, Plus de variété - Athlétisme, Offrir plus d'activités pour les adultes handicapés, Piscine – Horaire plus flexible, Aucune, Rien tout bon, C'est déjà parfait...c'est nous qui manquons d'énergie.

<sup>b</sup> Le total n'est pas égal à 100 %.

\* Données retenues dans l'interprétation des résultats (voir page 1).

**Note :** Question adaptée de Brossard, B., Harvey, G., Morel, L., 1993.

**TABLEAU 10**

Répartition des répondants selon leur consommation de fruits & légumes

Nombre de fois par jour	Fréquence	Pourcentage	Fréquence cumulée	Pourcentage cumulé
Moins de 5 portions par jour	234	59	234	59 *
5 portions par jour	78	20	312	79
Plus de 5 portions par jour	84	21	396	100
Total	396 **	100	–	–

\* Donnée retenue dans l'interprétation des résultats (voir page 2)

\*\* En raison du nombre de personnes qui n'ont pas répondu à cette question et/ou d'une erreur de calcul, la fréquence totale n'est pas égale à 402.

**TABLEAU 11**

Répartition des répondants selon les raisons  
qui les empêchent de consommer davantage de fruits et légumes, en pourcentage

Raisons <sup>a</sup>	Fréquence	Pourcentage <sup>b</sup>	Rang
Aucune raison, j'en consomme déjà suffisamment	183	46 *	1
Manque de temps pour la préparation	91	23 *	2
Coût trop élevé	63	16 *	3
N'y pense pas	51	13 *	4
Manque de connaissances pour les cuisiner	43	11 *	5
Manque de goût pour ce type d'aliments	39	10 *	6
Manque de variété disponible	29	7 *	7
Peu de fruits et légumes disponibles à proximité	11	3 *	8

<sup>a</sup> Les autres raisons : Problèmes de santé (4 – *Maladie de Crohn, Troubles intestinaux*), Manque de discipline personnelle, Pas toujours mûr au moment nécessaire, Horaire chargé, Cuisine bien les légumes parce que les enfants aiment pu ça, Pas assez faim, Fraicheur, 10 portions Seul à manger des légumes/fruits dans la famille, Produits frais trop chers Qualité des aliments offerts en épicerie. Vendu en trop grosse quantité, Manque de variété en hiver, Pas assez de fruits et légumes frais biologiques disponibles dans les commerces de la région, je vais à Longueuil acheter mes fruits et légumes., Harmoniser les repas avec les différents gens, plus porté à consommer des fruits pour collation.

<sup>b</sup> Le total n'est pas égal à 100%.

\* Données retenues dans l'interprétation des résultats (voir page 2).

**TABLEAU 12**

Répartition des répondants selon leur consommation quotidienne de produits laitiers

Nombre de fois par jour	Fréquence	Pourcentage	Fréquence cumulée	Pourcentage cumulé
Moins de 2 portions par jour	81	21	81	21 *
2 portions par jour	138	35	219	56
Plus de 2 portions par jour	174	44	393	100
Total	393 **	100	–	–

\* Donnée retenue dans l'interprétation des résultats (voir page 2)

\*\* En raison du nombre de personnes qui n'ont pas répondu à cette question et/ou d'une erreur de calcul, la fréquence totale n'est pas égale à 402.

**TABLEAU 13**

Répartition des répondants selon la fréquence des repas en famille autour de la table

Nombre de fois	Fréquence	Pourcentage	Fréquence cumulée	Pourcentage cumulé
Mois de 2 fois par semaine	41	10	41	10
3 à 5 fois par semaine	111	28	152	38
6 ou 7 fois par semaine	242	61 *	394	99
Total	394 **	99 ***	–	–

\* Donnée retenue dans l'interprétation des résultats (voir page 2)

\*\* En raison du nombre de personnes qui n'ont pas répondu à cette question et/ou d'une erreur de calcul, la fréquence totale n'est pas égale à 402.

\*\*\* En raison de l'arrondissement à un nombre près, le pourcentage total est inférieur à 100 %.

**TABLEAU 14**

Les mesures qui pourraient être prises pour aider les répondants

Les mesures <sup>a</sup>	Fréquence	Pourcentage <sup>b</sup>	Rang
Offrir des ateliers de cuisine parents-enfants, des cours de cuisine	169	42 *	1
Offrir des aliments de bonne valeur nutritive au casse-croûte des lieux de loisirs	169	42 *	1
Inciter les restaurants à offrir plus d'aliments de bonne valeur nutritive	116	29 *	2
Rendre plus accessibles les marchés publics	111	28 *	3
Promouvoir l'achat d'aliments de base (fruits, légumes, viande, etc.) localement	101	25 *	4
Offrir des aliments de bonne valeur nutritive lors de rassemblements culturels	55	14 *	5
Allouer des terrains pour des jardins communautaires	46	11 *	6
Offrir des cours de jardinage	38	9 *	7
Promouvoir la saine alimentation, par le biais, entre autre, de conférences	22	5 *	8

<sup>a</sup> Les autres mesures : Rendre interdit les restos fast food près des écoles, Cours de cuisine pour ados, À l'école aussi secondaire et cégep, Panier de légumes locaux / Bio plus accessible, Pas la responsabilité de la ville, Parent font pas bons lunchs (prof), éduquer et informer les familles sur les saines habitudes alimentaires, Réduire les prix fruits et légumes abordables, Show parents how to make a kid eats his veggies, I love veggies but my kids won't eat them ! Promotion des saines habitudes de vie par la mairesse, Aucune (2), Rien (2), La municipalité n'a rien à y faire, c'est l'individu, Je crois que la base est d'inciter, de sensibiliser les jeunes et leurs parents à l'importance de tout ça tel que vous le faites présentement, Promouvoir les fruits et légumes bio, Obliger de suivre route de campagne (limite l'Assomption) pour acheter des légumes frais.

<sup>b</sup> Le total n'est pas égal à 100 %.

\* Données retenues dans l'interprétation des résultats (voir page 2).

**Auteur**

Line Coulombe, Agent de planification en habitudes de vie  
Centre de santé et de services sociaux du Nord de Lanaudière

**Sondage coordonné par**

Roch Langelier, mandataire dans le cadre du programme  
Municipalité de Repentigny

**Référence suggérée**

COULOMBE, L. (2011). *Rapport de recherche action dans le cadre de Famille au Jeu. Les parents de la municipalité de Repentigny, ne sont pas suffisamment actifs physiquement*, Joliette, Centre de santé et de services sociaux du Nord de Lanaudière, 13 p.

Dépôt légal : ISBN : 978-2-923513-35-5  
Dépôt légal : ISBN (Pdf) : 978-2-923513-36-2  
Bibliothèque nationale du Canada  
Bibliothèque nationale du Québec  
Premier trimestre 2011