



**PELURE
DE BANANE.COM**

Peluredebanane.com, un défi
à l'échelle provinciale
Rapport d'évaluation 2008-2009

**Caroline Lamontagne, Dt.P., M. Sc.
Pascale Chaumette, Dt.P., M. Sc.**

**Direction régionale de santé publique
Agence de la santé et des services sociaux de la
Capitale-Nationale**

Novembre 2009

Rédaction

Caroline Lamontagne, Dt.P., M. Sc.
Pascale Chaumette, Dt.P., M. Sc.

Mise en page

Christine Simard

Personne à contacter pour obtenir un exemplaire du présent rapport :

M^{me} Sylvie Bélanger
Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale
2400, avenue D'Estimauville
Québec (Québec) G1E 7G9
Téléphone : 418 666-7000, poste 217
Télécopieur : 418 666-2776
Courriel : s_belanger@ssss.gouv.qc.ca

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives Canada, 2009
Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2009

ISBN : 978-2-89496-410-1 (version imprimée)
ISBN : 978-2-89496-411-8 (PDF)
Cette publication a été versée dans la banque SANTÉCOM.

Toute reproduction ou présentation des résultats de ce rapport est interdite sans l'autorisation des auteures ou de la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale.

Référence bibliographique

LAMONTAGNE, C., et P. CHAUMETTE (2009). *Peluredebanane.com, un défi à l'échelle provinciale – Rapport d'évaluation 2008-2009*, Québec, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, Direction régionale de santé publique, 101 p.

Le genre masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.



REMERCIEMENTS



Ce projet de recherche a été rendu possible grâce au financement de la Direction régionale de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale.

Nous remercions tout d'abord tous les participants à cette étude. Nous tenons également à souligner la contribution de Mélisa Deslandes, nutritionniste à l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches et responsable de Peluredebanane.com dans la région. Elle a su nous apporter son aide à plusieurs occasions au cours de l'évaluation. La contribution de Karine Tas, de la Fédération québécoise du sport étudiant, mérite également d'être soulignée.

Nous avons par ailleurs reçu une aide précieuse de la part de stagiaires en nutrition à la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale. Il s'agit d'Andréanne Martin et d'Anne-Marie Pelletier.

Enfin, nous voulons remercier M^{me} Christine Simard pour la mise en page du document.



RÉSUMÉ



Le défi Peluredebanane.com a été mis sur pied en 2006 par l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches. Ce défi fait la promotion des fruits et légumes chez les jeunes fréquentant les établissements secondaires et collégiaux. Il comprend un défi institution proposant aux établissements de faire la promotion des fruits et légumes. Le défi individuel invite pour sa part les participants à manger un minimum de six à sept portions de fruits et légumes par jour pendant la semaine du défi. L'année dernière, une trousse d'activités et d'éducation à la nutrition s'est ajoutée à l'initiative. Cette année, des établissements secondaires et collégiaux de la province ont pour la première fois été invités à relever le défi.

Ce rapport d'évaluation porte sur l'inscription au défi, les activités effectuées dans les écoles, les raisons de participation et de non-participation, l'appréciation du défi, ses retombées chez les jeunes et dans l'école ainsi que l'utilisation et l'appréciation de la trousse d'activités.

Les responsables du dossier Peluredebanane.com dans les écoles ainsi que les participants au défi individuel ont été interrogés à l'aide de plusieurs outils de collecte de données. Ces outils comprennent les formulaires d'inscription et de participation au défi, les questionnaires électroniques de participation postdéfi, les entrevues téléphoniques semi-dirigées et le questionnaire téléphonique.

Cette année, 70 écoles secondaires et 22 institutions collégiales se sont inscrites au défi Peluredebanane.com dans la province. Parmi celles-ci, 23 écoles secondaires et 13 institutions collégiales étaient situées dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches. De plus, 6 043 personnes se sont inscrites au défi individuel, dont 2 284 des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches.

Les principales activités effectuées dans les écoles pendant la semaine du défi sont : des activités de promotion des fruits et légumes, des activités sportives et des modifications de l'offre alimentaire à la cafétéria. Les principales motivations à s'inscrire au défi sont la santé et l'alimentation de même que l'occasion de faire des activités intéressantes à l'école. D'un autre côté, les principales raisons pour ne pas participer au défi sont les suivantes : le manque de temps, la non-disponibilité d'une personne à l'école pour s'occuper du défi, les changements de personnel de même que le coût élevé pour l'inscription.

Le défi est apprécié par les organisateurs ainsi que par les participants. Toutefois, les dates du défi posent problème pour plusieurs représentants des milieux collégiaux, puisqu'elles coïncident avec la mi-session ou la période d'examen. De plus, le coût d'inscription au défi est jugé inadéquat par le tiers des répondants au questionnaire de participation. Néanmoins, la majorité des répondants des écoles souhaitent inscrire à nouveau leur école au défi.

Quatre-vingt-onze pour cent des personnes ayant répondu au questionnaire disent avoir réussi le défi Peluredebanane.com tous les jours ou presque. La semaine suivant le défi, 78 % ont affirmé avoir consommé un minimum de cinq portions de fruits et légumes par jour, comparativement à 54 % lors de l'inscription au défi et à 62 % six semaines après la fin du défi. Les responsables du défi croient qu'il est probable que les actions et activités faites dans le cadre du défi auront une influence bénéfique sur la consommation de fruits et légumes des jeunes, notamment parce qu'elles les ont sensibilisés aux saines habitudes de

vie. Concernant les retombées à l'école, 80 % des répondants croient que des actions et activités ayant eu lieu dans le cadre du défi se poursuivent à l'école. Lors des entrevues, les personnes interrogées ont indiqué que le défi pourrait avoir eu une influence sur les changements à la cafétéria, ceux-ci étant toutefois principalement dus à la politique gouvernementale.

Au sujet de la trousse d'activités, 28 % des responsables de Québec et de la Chaudière-Appalaches interrogés ont affirmé ne plus l'avoir en leur possession. Les trois quarts des répondants avaient consulté les premiers thèmes de la trousse en partie ou en entier, le manque de temps étant la principale raison de non-consultation de la trousse. Enfin, moins de la moitié des personnes consultées ont fait des activités à l'aide de la trousse.

Afin de pallier le manque de temps des intervenants et les changements fréquents de personnel dans les écoles, il pourrait être utile qu'un comité stable au sein de l'école soit chargé de tout le dossier Peluredebanane.com, par exemple un comité étudiant supervisé par un enseignant ou un intervenant de l'école. Finalement, afin d'avoir un effet plus important chez les jeunes, il serait nécessaire de proposer des activités tout au long de l'année pour faire la promotion des saines habitudes de vie, et non seulement pendant la semaine du défi Peluredebanane.com.

En somme, Peluredebanane.com est un pas de plus dans la promotion des saines habitudes de vie chez les jeunes. Combiné à une multitude d'autres actions, le défi est susceptible d'aider les jeunes à améliorer leurs habitudes alimentaires.

TABLE DES MATIÈRES



1	INTRODUCTION	15
2	OBJECTIFS	17
3	MÉTHODOLOGIE ET COLLECTE DE DONNÉES	19
3.1	Population à l'étude	19
3.2	Variables à l'étude.....	19
3.3	Outils de collecte de données.....	20
3.3.1	Inscription au défi Peluredebanane.com	20
3.3.2	Activités effectuées par les écoles participantes	20
3.3.3	Raisons de participation et de non-participation au défi.....	21
3.3.4	Appréciation du défi Peluredebanane.com et de sa mise en œuvre	21
3.3.5	Retombées du défi Peluredebanane.com chez les jeunes participants.....	21
3.3.6	Retombées du défi dans les écoles.....	21
3.3.7	Utilisation et appréciation de la trousse d'activités Peluredebanane.com .	22
3.4	Analyse des données	22
4	RÉSULTATS	23
4.1	Faits saillants des résultats	23
4.1.1	L'inscription au défi Peluredebanane.com.....	23
4.1.2	Les activités effectuées par les écoles lors de la semaine du défi Peluredebanane.com	23
4.1.3	Les raisons de participation et de non-participation des écoles au défi Peluredebanane.com	23
4.1.4	L'appréciation du défi Peluredebanane.com et de sa mise en œuvre	23
4.1.5	Les retombées du défi Peluredebanane.com chez les jeunes participants .	24
4.1.6	Les retombées du défi Peluredebanane.com dans les écoles	24
4.1.7	L'utilisation et l'appréciation de la trousse d'activités Peluredebanane.com	25
4.2	Résultats détaillés	25
4.2.1	Inscription des écoles au défi Peluredebanane.com et questionnaire d'inscription soumis aux participants.....	25
4.2.2	Questionnaire de participation postdéfi Peluredebanane.com pour les écoles inscrites et non inscrites	28
4.2.2.1	Questionnaire de participation pour les écoles inscrites	28
4.2.2.2	Questionnaire de participation pour les écoles non inscrites	32
4.2.3	Questionnaire de participation au défi Peluredebanane.com soumis aux jeunes et adultes inscrits	34

4.2.3.1	Questionnaire de participation envoyé la semaine après le défi	34
4.2.3.2	Questionnaire de participation envoyé six semaines après le défi	38
4.2.4	Entrevues semi-dirigées avec des responsables du dossier Peluredebanane.com	41
4.2.4.1	Entrevues avec des responsables du défi Peluredebanane.com dans les écoles participantes	41
4.2.4.2	Entrevues avec des intervenants d'écoles ayant cessé de participer au défi.....	54
4.2.5	Questionnaire téléphonique sur la trousse d'activités Peluredebanane.com	58
5	DISCUSSION.....	63
6	CONCLUSION	65
7	RÉFÉRENCES	67
ANNEXES		69

LISTE DES TABLEAUX



Tableau I :	Fonction des répondants au questionnaire de participation postdéfi dans les écoles inscrites (n = 42)	28
Tableau II :	Intention d'inscrire à nouveau l'école au défi l'année prochaine, selon les intervenants d'écoles inscrites ayant répondu au questionnaire postdéfi (n = 42).....	30
Tableau III :	Possibilités que des actions ou activités faites dans le cadre du défi aient une influence bénéfique sur la consommation de fruits et légumes des jeunes participants ou se poursuivent à l'école, selon les intervenants d'écoles inscrites ayant répondu au questionnaire postdéfi (n = 42).....	31
Tableau IV :	Éléments du défi à améliorer, selon les intervenants d'écoles inscrites ayant répondu au questionnaire postdéfi (n = 34).....	31
Tableau V :	Raisons de non-inscription au défi des écoles non inscrites ayant répondu au questionnaire postdéfi (n = 49)	33
Tableau VI :	Appréciation de la participation au défi chez les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi (n = 735)	35
Tableau VII :	Réussite du défi chez les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi (n = 738)	36
Tableau VIII :	Intention de continuer à consommer un minimum de six à huit portions de fruits et légumes par jour pendant le prochain mois chez les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi (n = 738).....	37
Tableau IX :	Intention de consulter le site Internet Peluredebanane.com à nouveau au cours de l'année, selon les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi (n = 731)	38
Tableau X :	Intention de continuer à consommer un minimum de six à huit portions de fruits et légumes par jour pendant le prochain mois chez les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation six semaines postdéfi (n = 1 334)	40
Tableau XI :	Changements apportés dans l'alimentation depuis la participation au défi selon les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation six semaines postdéfi (n = 1 334)	41
Tableau XII :	Caractéristiques des écoles secondaires inscrites au défi et ayant participé à l'entrevue (n = 8)	42
Tableau XIII :	Fonction des participants aux entrevues dans les écoles inscrites au défi (n = 11).....	42
Tableau XIV :	Motivation à inscrire l'école au défi, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 12).....	43
Tableau XV :	Activités planifiées dans le cadre du défi, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 11).....	45

Tableau XVI :	Organisateurs des activités de la semaine du défi, en plus du responsable, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 11).....	46
Tableau XVII :	Éléments qui aident au bon déroulement du défi, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 11).....	47
Tableau XVIII :	Opinion sur l'aspect loufoque du défi, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 11).....	48
Tableau XIX :	Opinion sur le défi et les besoins des jeunes, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 8)	49
Tableau XX :	Influence de la participation au défi chez les jeunes et à l'école, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 8)	50
Tableau XXI :	Raisons pour s'inscrire au défi dans l'avenir, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 11).....	52
Tableau XXII :	Autres commentaires et suggestions des participants aux entrevues relativement au défi – écoles inscrites au défi (n = 11).....	53
Tableau XXIII :	Caractéristiques des écoles secondaires ayant cessé de s'inscrire au défi et ayant participé à l'entrevue (n = 3)	54
Tableau XXIV :	Raisons pour cesser de participer au défi, selon les participants aux entrevues – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)	55
Tableau XXV :	Éléments ayant aidé au bon déroulement du défi dans les années passées, selon les participants aux entrevues – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3).....	55
Tableau XXVI :	Opinion sur le défi et les besoins des jeunes, selon les participants aux entrevues – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)	56
Tableau XXVII :	Influence du défi chez les jeunes et à l'école, selon les participants aux entrevues – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)	57
Tableau XXVIII :	Raisons pour s'inscrire au défi dans l'avenir, selon les participants aux entrevues – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)	57
Tableau XXIX :	Autres commentaires et suggestions des participants aux entrevues relativement au défi – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)	58
Tableau XXX :	Raisons pour ne pas avoir fait d'activités avec l'aide de la trousse, selon les responsables des sports (n = 11)	60
Tableau XXXI :	Raisons expliquant le manque d'intérêt des jeunes pour les activités de la trousse, selon les responsables des sports (n = 5)	61

LISTE DES FIGURES



Figure 1 :	Nombre d'écoles secondaires inscrites au défi par association régionale du sport étudiant (n = 70)	26
Figure 2 :	Nombre de personnes inscrites au défi par association régionale du sport étudiant (n = 6 043).....	26
Figure 3 :	Répartition des inscriptions individuelles au défi – secondaire, collégial et membres du personnel (n = 6 043)	27
Figure 4 :	Nombre de portions de fruits et légumes consommées par jour, selon les inscrits au défi (n = 6 043).....	27
Figure 5 :	Nombre d'écoles inscrites ayant répondu au questionnaire de participation postdéfi par association régionale du sport étudiant (n = 42)	28
Figure 6 :	Appréciation de l'aspect loufoque du défi, selon les intervenants des écoles inscrites ayant répondu au questionnaire de participation postdéfi (n = 42).....	30
Figure 7 :	Nombre d'écoles non inscrites au défi par association régionale du sport étudiant ayant répondu au questionnaire postdéfi (n = 49)	33
Figure 8 :	Nombre de jeunes et d'adultes inscrits ayant répondu au questionnaire de participation au défi par association régionale du sport étudiant (n = 742).....	34
Figure 9 :	Répartition des jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi – secondaire, collégial et membres du personnel (n = 742).....	35
Figure 10 :	Nombre de portions de fruits et légumes consommées la veille de la réponse au questionnaire de participation au défi, selon les répondants jeunes et adultes (n = 738)	36
Figure 11 :	Utilisation du site Internet par les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi (n = 728)	37
Figure 12 :	Nombre de jeunes et d'adultes ayant répondu au questionnaire de participation six semaines après le défi par association régionale du sport étudiant (n = 1 334).....	38
Figure 13 :	Répartition des jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation six semaines postdéfi – secondaire, collégial et membres du personnel (n = 1 334).....	39
Figure 14 :	Nombre de portions de fruits et légumes consommées la veille de la réponse au questionnaire de participation six semaines postdéfi, selon les répondants jeunes et adultes (n = 1 334)	40
Figure 15 :	Consultation de la trousse par les responsables des sports (n = 61)	59
Figure 16 :	Raisons pour ne pas avoir consulté les thèmes 1 et 2 de la trousse, selon les responsables des sports (n = 25)	59
Figure 17 :	Nature des activités effectuées à l'aide de la trousse, selon les responsables des sports (n = 26)	60
Figure 18 :	Personnes auprès de qui faire circuler la trousse, selon les responsables des sports (n = 35)	61



LISTE DES ANNEXES



Annexe I :	Formulaire d'inscription des écoles au défi.....	71
Annexe II :	Formulaire d'inscription des jeunes et des adultes au défi.....	75
Annexe III :	Questionnaire de participation postdéfi pour les écoles inscrites	77
Annexe IV :	Questionnaire de participation postdéfi pour les écoles non inscrites	81
Annexe V :	Questionnaire de participation envoyé une semaine après le défi aux jeunes et adultes inscrits	83
Annexe VI :	Questionnaire de participation envoyé six semaines après le défi aux jeunes et adultes inscrits	87
Annexe VII :	Schéma d'entrevue semi-dirigée pour les écoles participant au défi Peluredebanane.com depuis plusieurs années, Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches	89
Annexe VIII :	Schéma d'entrevue semi-dirigée pour les écoles participant au défi Peluredebanane.com, Saguenay–Lac-Saint-Jean et Cantons-de-l'Est	91
Annexe IX :	Schéma d'entrevue semi-dirigée pour les écoles ayant cessé de participer au défi Peluredebanane.com, Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches .	93
Annexe X :	Suivi de l'évaluation de la trousse Peluredebanane.com.....	95
Annexe XI :	Description de l'alimentation dans les écoles inscrites au défi et ayant participé aux entrevues.....	99

1 INTRODUCTION



Peluredebanane.com est une initiative originale mise sur pied par l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches (ARSEQCA) en 2006 grâce à un financement accordé par le programme Stratégie canadienne sur le diabète de l'Agence de la santé publique du Canada. Ce projet répond à une demande des intervenants évoluant dans les écoles secondaires, qui souhaitaient que les élèves du secondaire bénéficient d'une mesure semblable au programme Chaque jour, moi j'croque 5 fruits et légumes offert dans les écoles primaires.

Le projet Peluredebanane.com vise à améliorer l'alimentation des jeunes et plus particulièrement à augmenter leur consommation de fruits et légumes et à diminuer celle de la malbouffe. Pour ce faire, il cherche à rendre les fruits et légumes plus attrayants et à dénormaliser la malbouffe.

Peluredebanane.com a débuté en 2005-2006 avec un défi visant la promotion des fruits et légumes chez les jeunes fréquentant les écoles secondaires des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches¹. Le défi se déroule habituellement au mois de mars, Mois de la nutrition. Dès 2007, la participation financière des forums jeunesse régionaux de la Capitale-Nationale et de la Chaudière-Appalaches a permis d'élargir le défi aux institutions collégiales de ces deux mêmes régions. Le défi comporte deux volets. Une mission institution où les écoles se concurrencent afin d'être les plus originales et les plus efficaces à promouvoir les fruits et légumes représente le premier volet. Le second est une mission individuelle où les jeunes relèvent le défi de manger un minimum de six à huit portions de fruits et légumes chaque jour pendant une semaine.

En 2007, l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches a reçu un nouveau financement de la Stratégie canadienne sur le diabète de l'Agence de la santé publique du Canada afin de produire un outil complémentaire au défi, soit une trousse d'activités et d'éducation à la nutrition adaptée aux élèves des écoles secondaires. La trousse vise à augmenter la portée du message véhiculé au cours de la semaine du défi Peluredebanane.com et à maintenir un intérêt à l'égard du projet tout au long de l'année scolaire. Elle fut distribuée en novembre 2007 à toutes les écoles secondaires de Québec et de la Chaudière-Appalaches.

À l'automne 2008, pour la première fois, le défi Peluredebanane.com a été offert à toutes les associations régionales du sport étudiant de la province par l'entremise de la Fédération québécoise du sport étudiant. Chacune de ces associations pouvait alors inviter toutes ses écoles affiliées ou certaines d'entre elles à y participer. Certaines l'ont fait lors de rencontres avec les responsables des sports des écoles, d'autres l'ont fait par courriel. Dans d'autres associations, cette information est inconnue. Les établissements scolaires qui souhaitaient participer au défi devaient déboursier entre 270 et 500 \$ pour s'inscrire et se procurer le matériel promotionnel de Peluredebanane.com et la trousse d'activités (le prix variait selon la quantité de matériel choisi). Dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches, grâce à une subvention, les écoles secondaires devaient déboursier un montant de 40 \$ pour s'inscrire au défi, et payaient un montant supplémentaire pour se procurer le matériel promotionnel. De plus, dans ces mêmes régions, une subvention des

1. Dans ce rapport, les régions correspondent habituellement aux territoires des associations régionales du sport étudiant et ne sont pas toujours équivalentes aux régions administratives du Québec.

forums jeunesse régionaux a permis aux établissements collégiaux de s'inscrire au défi et de recevoir une valeur de 500 \$ en matériel promotionnel pour un montant déboursé de 200 \$. Une contribution de la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean a permis de payer les frais d'inscription et la trousse d'activités aux 25 écoles secondaires de ce territoire. Une réduction de frais pour les écoles affiliées à l'Association régionale du sport étudiant de la Mauricie a aussi été accordée.

Depuis 2006, chaque édition de Peluredebanane.com a fait l'objet d'une évaluation (Morency et Chaumette, 2006; Breton et coll., 2007; Lamontagne et Chaumette, 2008).

2 OBJECTIFS



Le but de l'évaluation de Peluredebanane.com est d'informer l'organisme promoteur sur sa mise en œuvre et sur ses retombées possibles. Cette année, l'évaluation visait plusieurs objectifs précis :

- 1- Évaluer l'inscription au défi Peluredebanane.com.
- 2- Collecter des renseignements sur les activités effectuées par les écoles lors de la semaine du défi Peluredebanane.com.
- 3- Connaître les raisons de participation et de non-participation des écoles au défi Peluredebanane.com.
- 4- Évaluer l'appréciation du défi Peluredebanane.com et de sa mise en œuvre.
- 5- Évaluer les retombées du défi Peluredebanane.com chez les jeunes participants.
- 6- Évaluer les retombées du défi Peluredebanane.com dans les écoles.
- 7- Évaluer l'utilisation et l'appréciation de la trousse d'activités Peluredebanane.com.



3 MÉTHODOLOGIE ET COLLECTE DE DONNÉES



3.1 Population à l'étude

Deux groupes de personnes ont été interrogés pour les fins de cette étude. Le premier est constitué des responsables du défi Peluredebanane.com ou des responsables des sports œuvrant au sein des écoles secondaires et collégiales de la province du Québec. Ces écoles peuvent avoir participé ou non au défi. Parmi eux, des sous-groupes ont été interrogés plus spécialement :

- les responsables du défi au sein d'écoles des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches ayant participé à au moins trois éditions du défi, incluant l'édition 2008-2009;
- les responsables du défi ou responsables des sports d'écoles secondaires des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches qui ne se sont pas inscrites à l'édition 2008-2009 du défi alors qu'elles y avaient participé à plusieurs reprises dans le passé;
- les responsables du défi au sein d'écoles secondaires nouvellement inscrites au défi dans les régions du Saguenay-Lac-Saint-Jean et des Cantons-de-l'Est.

Les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches ont été choisies étant donné que le défi Peluredebanane.com y existe depuis déjà quatre ans. Les régions du Saguenay-Lac-Saint-Jean et des Cantons-de-l'Est ont été ciblées parce que plusieurs écoles de ces régions se sont inscrites au défi.

Le deuxième groupe interrogé est celui des élèves et membres du personnel d'institutions secondaires et collégiales de la province de Québec qui sont inscrits au défi.

3.2 Variables à l'étude

Pour chaque objectif de cette évaluation, voici les variables qui sont plus particulièrement étudiées :

- Évaluer l'inscription au défi Peluredebanane.com : nombre d'écoles inscrites dans la province et dans chaque région, nombre de personnes inscrites dans la province et les régions.
- Collecter des renseignements sur les activités effectuées par les écoles lors de la semaine du défi Peluredebanane.com.
- Connaître les raisons de participation et de non-participation des écoles au défi Peluredebanane.com : raisons de participation pour les écoles récemment inscrites et raisons de participation pour celles inscrites depuis plusieurs années, raisons de non-participation pour les écoles n'ayant jamais participé et pour les écoles ayant cessé de participer au défi.
- Évaluer l'appréciation du défi Peluredebanane.com et de sa mise en œuvre : caractère adéquat des dates du défi et de réception du matériel, appréciation du soutien apporté par le réseau du sport étudiant, appréciation de l'aspect loufoque du défi, caractère

adéquat du coût, utilité des outils promotionnels, appréciation du site Internet, aspects à améliorer, intention de s'inscrire à nouveau au défi.

- Évaluer les retombées du défi Peluredebanane.com chez les jeunes participants : réussite du défi, consommation de fruits et légumes des jeunes, autres retombées.
- Évaluer les retombées du défi Peluredebanane.com dans les écoles : activités se poursuivant dans l'école, autres retombées.
- Évaluer l'utilisation et l'appréciation de la trousse d'activités Peluredebanane.com : possession de la trousse, consultation de la trousse, utilisation de la trousse pour faire des activités, circulation de la trousse dans l'école.

3.3 Outils de collecte de données

Les moyens utilisés pour collecter l'information comprennent des formulaires d'inscription et de participation des écoles, des questionnaires téléphoniques et électroniques soumis aux responsables du défi ou aux responsables des sports dans les écoles de même que des entrevues téléphoniques semi-dirigées avec ces responsables. Enfin, des questionnaires électroniques d'inscription et de participation ont été utilisés avec les participants au défi (annexes I à X). Voici les outils utilisés pour chaque aspect de l'évaluation.

3.3.1 Inscription au défi Peluredebanane.com

Le nombre d'inscriptions au défi Peluredebanane.com dans les écoles secondaires et les institutions collégiales a été établi à l'aide des formulaires d'inscription au défi remplis par les écoles en novembre 2008 et remis à leur association régionale du sport étudiant respective.

Les taux d'inscription et de participation au défi ont été calculés pour les écoles affiliées à l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches. De même, le pourcentage d'écoles privées et d'écoles défavorisées affiliées à cette association a aussi été calculé. Les écoles défavorisées sont celles dont l'indice du seuil de faible revenu (SFR, indiqué sur le site Internet du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport) est de 9-10.

3.3.2 Activités effectuées par les écoles participantes

Trois outils de collecte de données nous ont permis de connaître les activités effectuées par les institutions secondaires et collégiales au cours de la semaine du défi Peluredebanane.com. Dans un premier temps, tous les participants au défi ont été invités à répondre à un questionnaire électronique dans la semaine suivant le défi; une question de ce questionnaire portait sur les activités effectuées à l'école au cours du défi. Ensuite, dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches, les responsables du défi devaient aussi répondre à cette question dans le formulaire de participation nécessaire pour courir la chance de gagner le grand prix. Enfin, les responsables du défi ont répondu à cette

question lors d'entrevues téléphoniques semi-dirigées conduites dans les semaines précédant le défi.

3.3.3 Raisons de participation et de non-participation au défi

Un questionnaire électronique a servi à découvrir les raisons de non-participation de l'ensemble des écoles de la province de Québec. Les raisons de participation au défi dans les écoles des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches inscrites depuis plusieurs années au défi ont aussi été obtenues à l'aide d'entrevues téléphoniques semi-dirigées. Des entrevues similaires ont par ailleurs permis de connaître les raisons de participation d'écoles nouvellement inscrites au défi des régions du Saguenay-Lac-Saint-Jean et des Cantons-de-l'Est. Des entrevues avec des responsables du dossier Peluredebanane.com ou des sports d'écoles des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches ont enfin permis de savoir pourquoi ces écoles ne s'inscrivent pas au défi ou pourquoi elles ont cessé de s'y inscrire après plusieurs années de participation.

3.3.4 Appréciation du défi Peluredebanane.com et de sa mise en œuvre

L'appréciation du défi et de sa mise en œuvre a d'abord été sondée à l'aide d'un questionnaire électronique conduit la semaine suivant le défi auprès des responsables du défi au sein de la province. L'appréciation du défi a aussi été abordée dans un questionnaire semblable proposé aux participants. Enfin, les entrevues téléphoniques semi-dirigées avec les responsables des écoles participantes de Québec, de la Chaudière-Appalaches, du Saguenay-Lac-Saint-Jean et des Cantons-de-l'Est ont aussi permis de collecter de l'information sur l'appréciation du défi.

3.3.5 Retombées du défi Peluredebanane.com chez les jeunes participants

Les entrevues téléphoniques semi-dirigées menées dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches avec les responsables du défi ayant participé à plusieurs éditions ont permis de voir si le défi Peluredebanane.com a des retombées bénéfiques chez les jeunes. À l'aide d'un questionnaire électronique, il a également été demandé aux responsables du défi dans l'ensemble de la province si la participation de leur école a pu avoir une influence bénéfique sur la consommation de fruits et légumes des jeunes. Enfin, deux questionnaires électroniques remplis par les participants ont vérifié la réussite du défi et également le maintien de leur consommation de fruits et légumes entre la fin du défi et six semaines après.

3.3.6 Retombées du défi dans les écoles

Trois outils ont permis de voir s'il existe des retombées du défi dans les écoles, par exemple des activités se poursuivant dans l'école après la semaine du défi. Premièrement, les responsables du défi dans les écoles participantes des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches devaient répondre à une question à ce sujet dans le formulaire de participation (formulaire nécessaire pour participer au tirage du grand prix). Ensuite, une question semblable était posée aux responsables du défi dans toute la province par l'entremise du questionnaire électronique envoyé aux écoles dans la semaine suivant le

défi. Enfin, les entrevues téléphoniques semi-dirigées conduites avec des responsables du défi d'écoles participantes depuis plusieurs années ont abordé cette question.

3.3.7 Utilisation et appréciation de la trousse d'activités Peluredebanane.com

La collecte de données portant sur l'évaluation de l'utilisation de la trousse d'activités Peluredebanane.com a été effectuée en janvier 2009, avant l'envoi des thèmes 3 et 4 de cette trousse, à l'aide d'un court questionnaire téléphonique. Elle a été menée auprès de tous les responsables des sports des institutions secondaires des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches. Seules ces régions ont été choisies, puisque les écoles y ont la trousse entre les mains depuis l'automne 2007.

3.4 Analyse des données

Les données accumulées ont été analysées à l'aide du logiciel SAS et sont principalement présentées sous forme de tableaux de fréquences et de pourcentages et sous forme de graphiques. Pour les données provenant des entrevues, la compilation s'est faite sous forme de tableaux, pour chacune des questions. Toutefois, une information peut avoir été déplacée sous une autre question si cela semblait pertinent. Pour chaque question, les réponses ont été regroupées selon la similitude des aspects abordés. Ensuite, le total de personnes ayant mentionné le même aspect a été calculé. Notons par ailleurs que les réponses données aux questions des entrevues étaient libres, aucun choix de réponses n'était proposé aux interviewés. Il est donc possible que des répondants aient omis certaines informations relatives à leur école.

4 RÉSULTATS



Cette section débute par la présentation des faits saillants des résultats, selon chaque objectif de l'étude. Les résultats détaillés seront ensuite présentés selon les sources de données utilisées, en débutant par les résultats relatifs à l'inscription des écoles et aux inscriptions individuelles, suivis par les résultats des questionnaires de participation des écoles et des participants. Viendront ensuite les résultats des entrevues semi-dirigées. En terminant, les résultats du questionnaire téléphonique portant sur la trousse d'activités Peluredebanane.com seront présentés.

4.1 Faits saillants des résultats

4.1.1 L'inscription au défi Peluredebanane.com

Cette année, 70 écoles secondaires se sont inscrites au défi Peluredebanane.com dans la province, dont 23 dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches. Vingt-deux institutions collégiales se sont aussi inscrites au défi. Parmi celles-ci, 13 étaient des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches. De plus, 6 043 personnes se sont inscrites au défi individuel. De celles-ci, 2 284 vivaient dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches. Soixante-douze pour cent des inscriptions provenaient du secondaire, 20 % du collégial et 8 %, de membres du personnel des écoles.

4.1.2 Les activités effectuées par les écoles lors de la semaine du défi Peluredebanane.com

Les principales activités effectuées dans les écoles pendant la semaine du défi sont des activités de promotion des fruits et légumes, des activités sportives et des modifications de l'offre alimentaire à la cafétéria.

4.1.3 Les raisons de participation et de non-participation des écoles au défi Peluredebanane.com

La santé et l'alimentation de même que l'occasion de faire des activités intéressantes à l'école sont les principales motivations à s'inscrire au défi.

Les principales raisons pour ne pas participer au défi sont les suivantes : le manque de temps, la non-disponibilité d'une personne à l'école pour s'occuper du défi ou le changement de personnel, de même que le coût élevé pour l'inscription.

4.1.4 L'appréciation du défi Peluredebanane.com et de sa mise en œuvre

Tout d'abord, 91 % des jeunes et membres du personnel des écoles ayant participé au défi ont affirmé avoir apprécié leur participation.

Les dates du défi ont paru adéquates à la majorité. Toutefois, des représentants des milieux collégiaux ont indiqué que les dates sont inadéquates, puisque le défi arrive en même temps que la période d'examen ou la mi-session. Par ailleurs, le délai entre la réception du matériel et la semaine du défi est beaucoup trop court.

Le coût d'inscription au défi est jugé trop élevé par le tiers des répondants au questionnaire de participation.

Les responsables du défi ont apprécié le soutien apporté par le réseau du sport étudiant. Il a même été nommé comme un élément aidant au bon déroulement du défi par les participants aux entrevues. Les outils promotionnels du défi seraient utiles, lorsqu'ils sont utilisés. Les participants au défi ont apprécié aussi les articles promotionnels dans des proportions environnant les 60 %. L'aspect loufoque du défi est aussi apprécié. On a souligné entre autres que la visite des mascottes à l'école est appréciée.

Bien que le site Internet Peluredebanane.com soit apprécié des jeunes, seuls 21 % ont pris le temps d'en regarder toutes les sections. De plus, moins de 20 % ont visité le site Internet dans les six semaines suivant le défi.

La majorité des répondants d'écoles participant au défi ont l'intention de s'y inscrire à nouveau dans l'avenir. Les principales raisons pour souhaiter se réinscrire sont que le défi et les activités sont intéressants, amusants et dynamiques et que cela permet de faire de la sensibilisation sur les fruits et légumes.

Enfin, les répondants ont suggéré qu'il serait intéressant d'apporter des variantes au défi.

4.1.5 Les retombées du défi Peluredebanane.com chez les jeunes participants

Le défi Peluredebanane.com consiste à manger un minimum de six à huit portions de fruits et légumes pendant une semaine. Quatre-vingt-onze pour cent des répondants ont affirmé avoir réussi ce défi tous les jours ou presque. Quatre-vingt-six pour cent avaient aussi l'intention de maintenir ce comportement au cours du mois suivant le défi.

La semaine suivant le défi, 78 % des répondants ont affirmé avoir consommé un minimum de cinq portions de fruits et légumes par jour, comparativement à 54 % lors de l'inscription au défi et à 62 % six semaines après la fin du défi. La majorité des répondants ont indiqué aussi avoir fait des modifications dans leur alimentation depuis la fin du défi : manger plus de fruits et légumes arrive en tête de liste.

Plus de 80 % des répondants croient qu'il est probable que les actions et activités organisées dans le cadre du défi auront une influence bénéfique sur la consommation de fruits et légumes des jeunes. Selon les participants aux entrevues, le défi pourrait avoir une influence parce qu'il sensibilise les jeunes aux saines habitudes de vie.

4.1.6 Les retombées du défi Peluredebanane.com dans les écoles

Quatre-vingts pour cent des répondants croient que des actions et activités ayant eu lieu dans le cadre du défi se poursuivront à l'école. Lors des entrevues, les répondants ont indiqué que le défi pourrait avoir une influence sur les changements à la cafétéria, ceux-ci étant toutefois principalement dus à la politique gouvernementale.

4.1.7 L'utilisation et l'appréciation de la trousse d'activités Peluredebanane.com

Lors du questionnaire téléphonique, 28 % des responsables de Québec et de la Chaudière-Appalaches ont affirmé ne plus avoir la trousse en leur possession. Les trois quarts des répondants avaient consulté les premiers thèmes de la trousse en partie ou en entier, le manque de temps étant la principale raison de non-consultation de la trousse. Enfin, moins de la moitié des personnes consultées avaient fait des activités avec la trousse.

4.2 Résultats détaillés

4.2.1 Inscription des écoles au défi Peluredebanane.com et questionnaire d'inscription soumis aux participants

Inscription des écoles

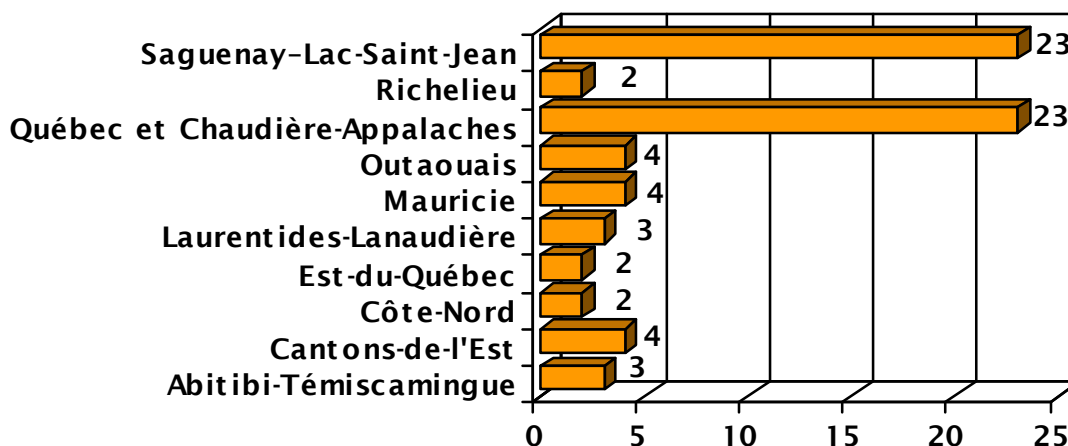
Cette année, 70 écoles secondaires du Québec se sont inscrites au défi. Vingt-trois de ces écoles étaient situées dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches et vingt-trois autres, au Saguenay-Lac-Saint-Jean (figure 1). Aucune école secondaire affiliée aux associations régionales du sport étudiant du Greater Montreal, du Lac Saint-Louis, de Montréal et de Laval ne s'est inscrite au défi. Ces régions ne seront donc pas considérées dans les résultats relatifs aux écoles inscrites au défi.

C'est donc 26 % des 87 écoles² des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches qui se sont inscrites au défi. Parmi les écoles inscrites, une seule était défavorisée (indice SFR de 9-10) (4 %) et six étaient des écoles secondaires privées (26 %).

Vingt-deux institutions collégiales se sont inscrites au défi Peluredebanane.com. Parmi celles-ci, 13 étaient des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches, soit 81 % des institutions affiliées à l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches.

2. Le nombre total d'écoles incluses dans l'étude (87 écoles secondaires et 16 institutions collégiales) pour les régions de la Capitale-Nationale et de la Chaudière-Appalaches provient des listes d'envoi utilisées par l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches.

FIGURE 1
 Nombre d'écoles secondaires inscrites au défi par association régionale du sport étudiant (n = 70)



Inscription des jeunes et des membres du personnel

Au total, 6 043 personnes se sont inscrites au volet individuel du défi Peluredebanane.com dans la province (figure 2). Les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches se démarquent avec 2 284 participants. Le Saguenay-Lac-Saint-Jean fait belle figure avec 1 495 inscriptions. Des personnes de la région de Montréal ont pu s'inscrire au défi, même si leur école n'était pas inscrite. Au total, 72 % des personnes inscrites fréquentaient le secondaire, 20 %, le collégial, et 8 % étaient des membres du personnel des écoles (figure 3). Un peu plus de la moitié des inscrits au défi étaient de sexe féminin (56 %).

FIGURE 2
 Nombre de personnes inscrites au défi par association régionale du sport étudiant (n = 6 043)

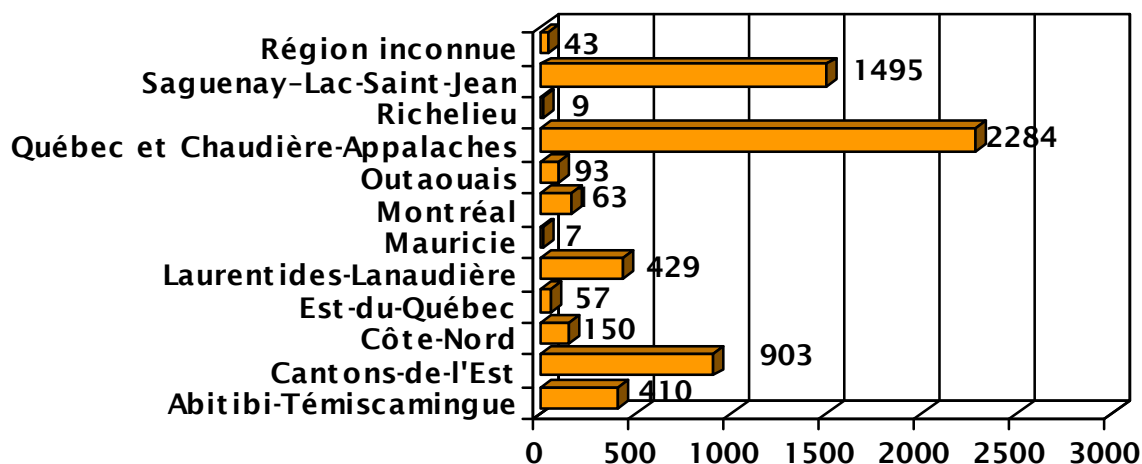
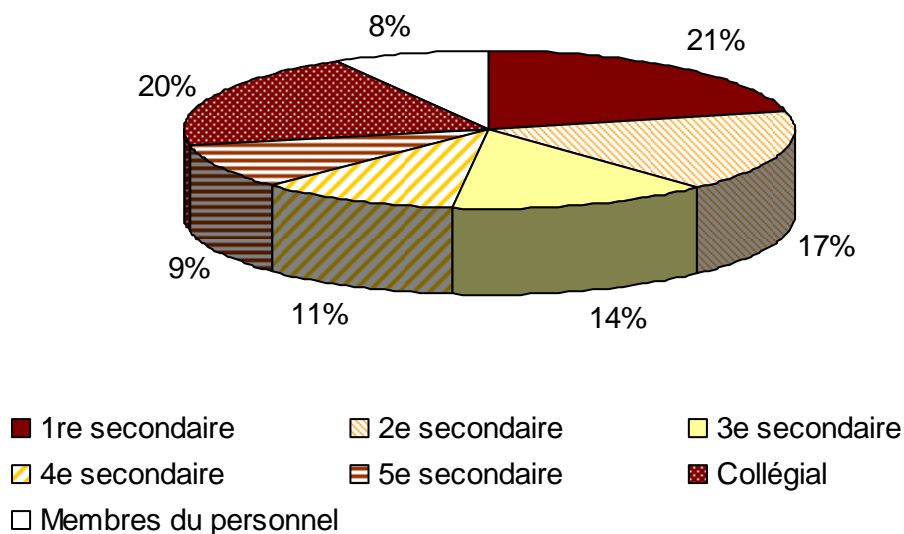
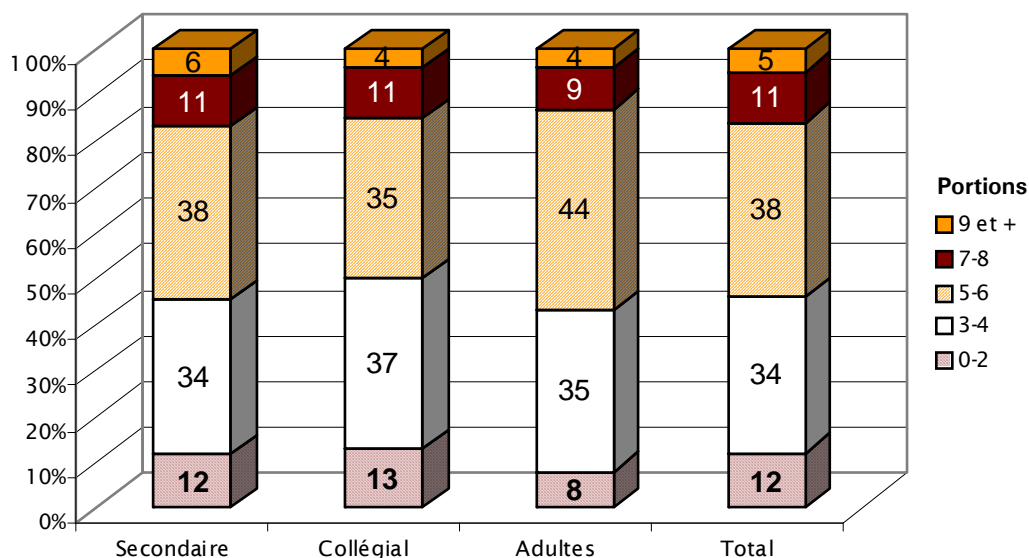


FIGURE 3
Répartition des inscriptions individuelles au défi – secondaire, collégial et membres du personnel
(n = 6 043)



Parmi les inscrits au défi, plus de la moitié (54 %) ont affirmé consommer un minimum de cinq portions de fruits et légumes par jour et 16 % en consommeraient plus de sept portions par jour (figure 4).

FIGURE 4
Nombre de portions de fruits et légumes consommées par jour, selon les inscrits au défi (n = 6 043)



4.2.2 Questionnaire de participation postdéfi Peluredebanane.com pour les écoles inscrites et non inscrites

4.2.2.1 Questionnaire de participation pour les écoles inscrites

Après la semaine du défi Peluredebanane.com, les écoles de la province inscrites ont été invitées à remplir un questionnaire électronique. Quarante-deux des soixante-dix écoles inscrites y ont répondu (60 %). La répartition de ces écoles au sein des associations régionales du sport étudiant du Québec est présentée à la figure 5. Aucune école affiliée aux associations de la Côte-Nord, des Laurentides-Lanaudière et du Richelieu n'a répondu à ce sondage. Vingt-six (62 %) étaient des écoles secondaires et les seize autres (38 %), des institutions collégiales. La fonction des répondants dans les écoles est présentée au tableau I.

FIGURE 5

Nombre d'écoles inscrites ayant répondu au questionnaire de participation postdéfi par association régionale du sport étudiant (n = 42)

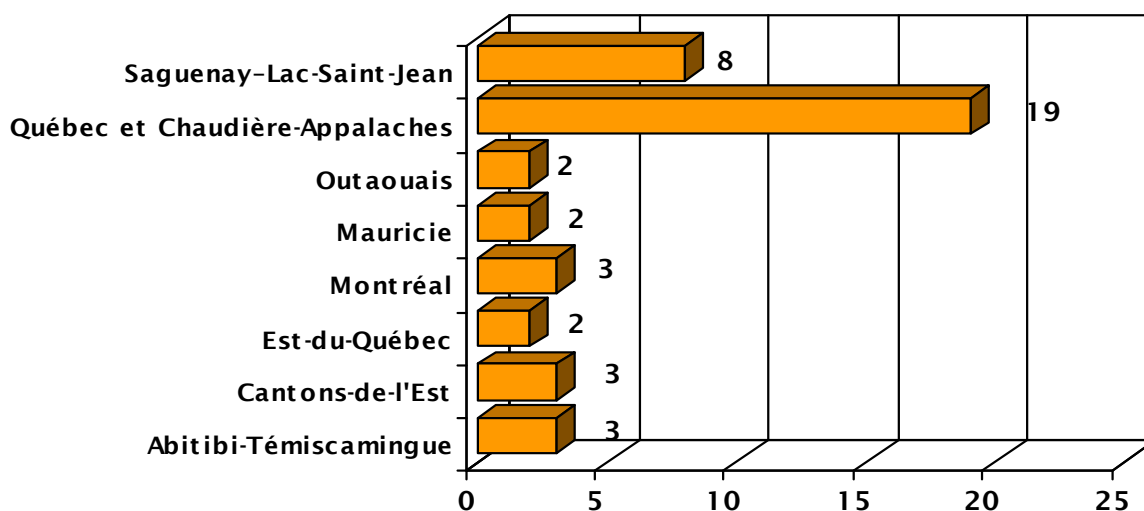


TABLEAU I

Fonction des répondants au questionnaire de participation postdéfi dans les écoles inscrites (n = 42)

Fonction	n (%)
Technicien en loisir/animateur de la vie étudiante	15 (36)
Responsable des sports	13 (31)
Infirmier	1 (2)
Autres*	13 (31)

* Enseignant en éducation physique, stagiaire, conseiller d'orientation, technicien en travail social, directeur.

Appréciation du défi : dates, matériel, soutien, coût

Cette année, le défi a eu lieu du 30 mars au 3 avril 2009. Quatre-vingt-cinq pour cent des répondants ont trouvé ces dates adéquates. Le délai entre la réception du matériel promotionnel et la semaine du défi a paru cependant inadéquat à 18 répondants (4 %). En effet, ce délai serait très court selon plusieurs.

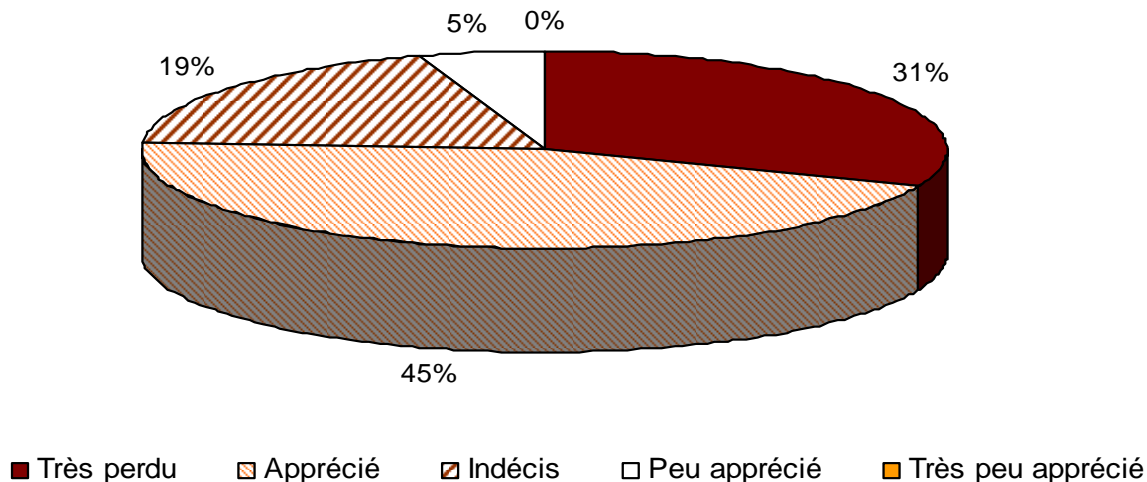
La majorité des répondants (87 %) ont apprécié ou très apprécié le soutien apporté par le réseau du sport étudiant (matériel fourni, communication, site Internet). Quant aux outils promotionnels (affiches, signets promotionnels, macarons, tee-shirts, protège-bananes, ondulés plastiques [Coroplast] géants, bannières souples), lorsqu'ils ont été utilisés, ils se sont avérés le plus souvent utiles ou très utiles. Toutefois, environ 30 % des répondants ont jugé les signets promotionnels, les macarons et les protège-bananes peu utiles, ou encore ni utiles ni inutiles.



Cette année, pour la première fois, un coût était associé à l'inscription au défi Peluredebanane.com. Pour 67 % des répondants, celui-ci était adéquat. Les autres (33 %) l'ont trouvé très élevé. Les trois quarts des répondants ont dit avoir apprécié l'aspect loufoque du défi, alors que 19 % étaient indécis à ce sujet (figure 6).

FIGURE 6

Appréciation de l'aspect loufoque du défi, selon les intervenants des écoles inscrites ayant répondu au questionnaire de participation postdéfi (n = 42)



Inscription future et influence du défi

Quatre-vingt-trois pour cent des répondants au questionnaire postdéfi ont l'intention d'inscrire à nouveau leur école au défi, s'il revient l'année prochaine (tableau II).

TABLEAU II

Intention d'inscrire à nouveau l'école au défi l'année prochaine, selon les intervenants d'écoles inscrites ayant répondu au questionnaire postdéfi (n = 42)

	n (%)
Très probable	13 (43)
Probable	17 (40)
Indécis	7 (17)
Improbable	0 (0)
Très improbable	0 (0)

La majorité des personnes interrogées croient que des actions ou activités faites dans le cadre du défi Peluredebanane.com ou encore le défi lui-même auront eu une influence sur la consommation de fruits et légumes des jeunes participants d'ici la fin de l'année scolaire (tableau III). La majorité croit de même que des activités ou actions vont se poursuivre au cours de la prochaine année scolaire (tableau III). Avec les questionnaires électroniques, il n'était toutefois pas possible d'obtenir plus amples informations au sujet de ces changements dans l'école et chez les jeunes.

TABLEAU III

Possibilités que des actions ou activités faites dans le cadre du défi aient une influence bénéfique sur la consommation de fruits et légumes des jeunes participants ou se poursuivent à l'école, selon les intervenants d'écoles inscrites ayant répondu au questionnaire postdéfi (n = 42)

	n (%)
<i>Consommation de fruits et légumes des jeunes</i>	
Très probable	9 (21)
Probable	27 (64)
Indécis	5 (12)
Improbable	1 (2)
Très improbable	0 (0)
<i>Actions ou activités se poursuivant à l'école</i>	
Très probable	13 (43)
Probable	17 (40)
Indécis	7 (17)
Improbable	0 (0)
Très improbable	0 (0)

Enfin, lorsqu'on demande aux répondants ce qu'ils amélioreraient du défi lors d'une prochaine édition, le coût, les dates et les outils offerts sont les trois éléments qui ressortent (tableau IV).

TABLEAU IV

Éléments du défi à améliorer, selon les intervenants d'écoles inscrites ayant répondu au questionnaire postdéfi (n = 34)

Éléments à améliorer	n*
Coût	17
Dates (inscription, réception du matériel)	14
Outils offerts	11
Information reçue	7
Autres	5

* Les répondants avaient droit à plus d'une mention.

Formulaires de participation au défi Peluredebanane.com des écoles de Québec et de la Chaudière-Appalaches

Activités effectuées pendant la semaine du défi

Dix-neuf formulaires de participation envoyés par les établissements secondaires et collégiaux de Québec et de la Chaudière-Appalaches ont été reçus par l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches (sept au secondaire et douze au collégial). Ces formulaires étaient nécessaires pour le tirage du grand prix. Selon les données inscrites dans ces formulaires, les principales activités ayant eu lieu dans les écoles au cours de la semaine du défi Peluredebanane.com sont des activités de distribution, de dégustation et de vente à rabais de fruits et légumes. Les *smoothies* semblent d'ailleurs avoir été très populaires. Quelques défis et concours en relation avec les fruits et légumes (exemple : la plus longue banane de l'école) de même que des parties d'improvisation et des jeux-questionnaires ont été organisés. Les activités sportives ont également eu la cote, tant au secondaire qu'au collégial. Des capsules d'information, kiosques et conférences ont été proposés dans plusieurs écoles, incluant à quelques reprises la participation de nutritionnistes. Des écoles, principalement au collégial, ont profité du défi pour apporter des modifications au menu de la cafétéria, en offrant notamment des menus santé ou en organisant une journée sans friture. Enfin, des incitatifs à l'inscription des jeunes au défi, comme la mise à disposition de postes informatiques, ont été mis en place dans quelques écoles.

Les suites du défi à l'école

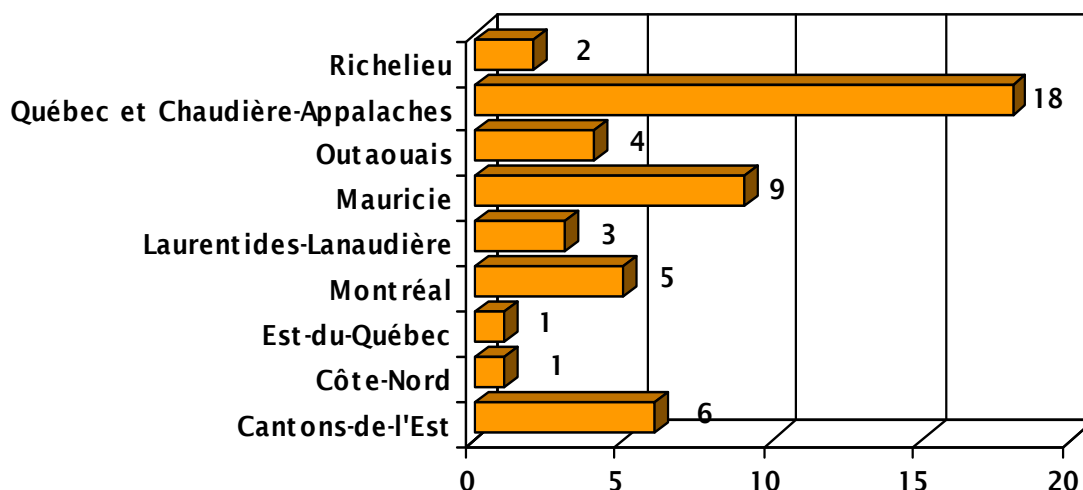
Dans ce même formulaire de participation au défi ayant servi au grand tirage dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches, les sept écoles secondaires et douze institutions collégiales devaient répondre à quelques questions relatives aux suites du défi. La semaine du défi aurait permis de : sensibiliser les jeunes à l'alimentation; les informer sur les bienfaits des fruits et légumes; les aider à adopter l'habitude de prendre des fruits en collation; leur montrer des nouvelles façons de consommer des fruits et légumes. Plusieurs écoles souhaitent par ailleurs continuer à offrir des collations fruitées lors d'activités spéciales à l'école. D'autres ont aussi entamé des démarches pour maintenir une offre de fruits à la cafétéria.

4.2.2.2 Questionnaire de participation pour les écoles non inscrites

Quarante-neuf écoles non inscrites au défi ont répondu au questionnaire électronique envoyé au début avril. La majorité de ces écoles étaient associées à l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches (figure 7). Trente-cinq étaient des écoles secondaires (71 %) et les quatorze autres, des institutions collégiales (29 %). Les répondants au sondage étaient pour la plupart responsables des sports (36) ou techniciens en loisir/animateurs de la vie étudiante (10). Aucune école affiliée aux associations régionales du sport étudiant du Saguenay-Lac-Saint-Jean, de l'Abitibi-Témiscamingue, du Greater Montreal, du Lac Saint-Louis et de Laval n'a répondu au questionnaire.

FIGURE 7

Nombre d'écoles non inscrites au défi par association régionale du sport étudiant ayant répondu au questionnaire postdéfi (n = 49)



Raisons de non-inscription

Parmi ces écoles non inscrites au défi, douze y ont déjà été inscrites (24 %). Pour celles-ci et pour les écoles ne s'étant jamais inscrites au défi, les deux principales raisons de non-inscription au défi sont le manque de temps et la non-disponibilité d'une personne à l'école pour s'occuper du défi (tableau V).

TABLEAU V

Raisons de non-inscription au défi des écoles non inscrites ayant répondu au questionnaire postdéfi (n = 49)

Raisons	n* (%)
Manque de temps	27 (55)
Personne pour s'en occuper à l'école	20 (41)
Je ne connais pas ce programme	9 (18)
Coût élevé pour l'inscription	6 (12)
Changement de responsable du défi à l'école	5 (10)
Ce programme ne m'intéresse pas	2 (4)
Autre	6 (12)

* Les répondants avaient droit à plus d'une mention.

4.2.3 Questionnaire de participation au défi Peluredebanane.com soumis aux participants jeunes et adultes inscrits

4.2.3.1 Questionnaire de participation envoyé la semaine après le défi

La semaine suivant le défi Peluredebanane.com, les personnes inscrites ont été invitées à répondre à un questionnaire de participation électronique. Des 6 043 inscrits, 742 ont répondu à ce sondage (13 %). Soixante-quatre pour cent d'entre eux étaient de sexe féminin. Beaucoup étaient affiliés aux associations régionales du sport étudiant de Québec et de la Chaudière-Appalaches et du Saguenay-Lac-Saint-Jean (figure 8). Aucun répondant n'était affilié à l'Association régionale du sport étudiant du Richelieu. Les répondants fréquentaient en majorité (69 %) le secondaire (figure 9).

FIGURE 8

Nombre de jeunes et d'adultes inscrits ayant répondu au questionnaire de participation au défi par association régionale du sport étudiant (n = 742)

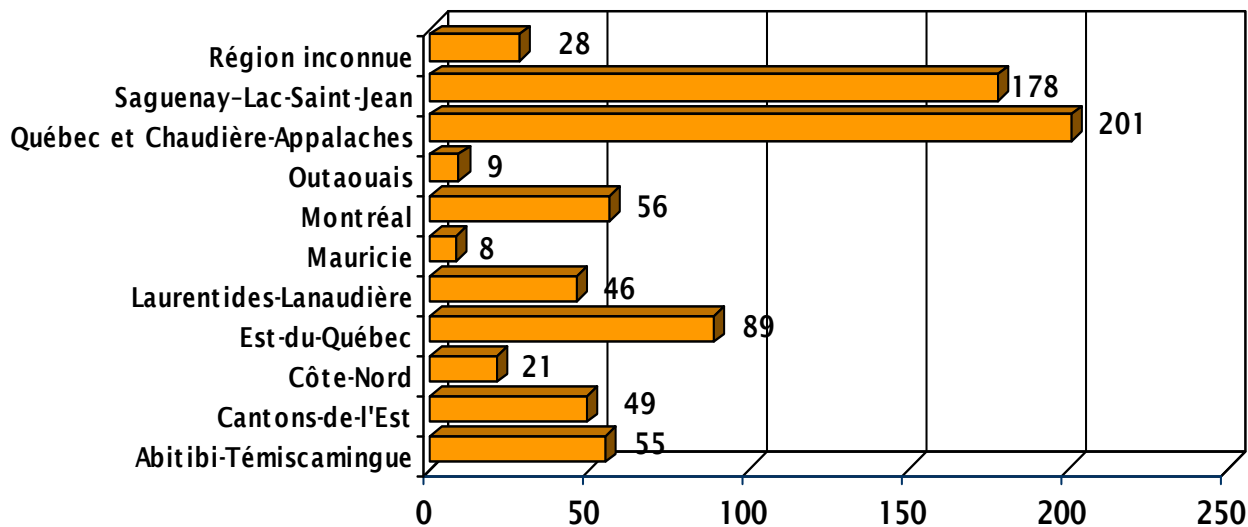
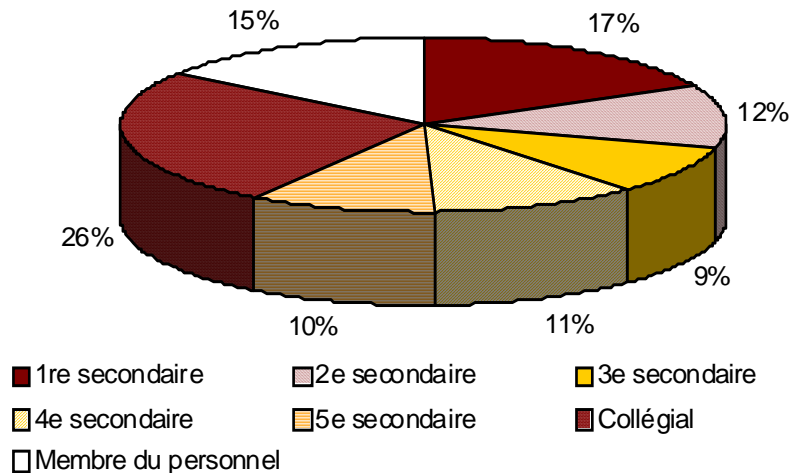


FIGURE 9

Répartition des jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi – secondaire, collégial et membres du personnel (n = 742)



La majorité des répondants (91 %) indiquent avoir apprécié leur participation au défi (tableau VI).

TABLEAU VI

Appréciation de la participation au défi chez les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi (n = 735)

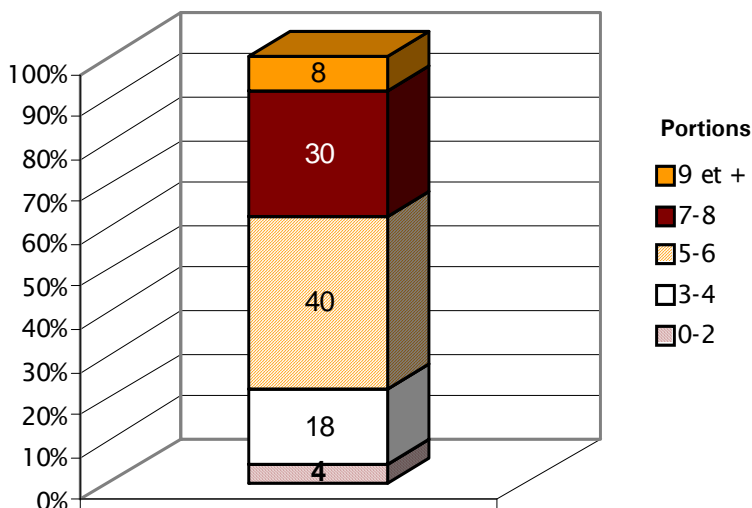
	n (%)
Très apprécié	374 (52)
Apprécié	286 (39)
Indécis	44 (6)
Peu apprécié	12 (2)
Pas du tout apprécié	9 (1)

Réussite du défi et consommation de fruits et légumes

Parmi les répondants au questionnaire de participation au défi, 78 % ont affirmé avoir consommé un minimum de cinq portions de fruits et légumes la veille du jour où ils ont répondu au questionnaire, soit quelques jours après la fin du défi (figure 10). Trente-huit pour cent en auraient consommé plus de sept portions. La consommation de fruits et légumes apparaît ainsi beaucoup plus élevée que lors de l'inscription au défi, moment où

54 % affirmaient consommer un minimum de cinq portions de fruits et légumes par jour et où seulement 16 % en consommaient sept portions par jour.

FIGURE 10
Nombre de portions de fruits et légumes consommées la veille de la réponse au questionnaire de participation au défi, selon les répondants jeunes et adultes (n = 738)



Le défi Peluredebanane.com consiste à manger un minimum de six à huit portions de fruits et légumes pendant une semaine. Quarante-deux pour cent des répondants ont affirmé avoir réussi ce défi tous les jours ou presque (trois ou quatre jours) (tableau VII). Questionnés sur leur intention de consommer un minimum de six à huit portions de fruits et légumes par jour au cours du mois, 86 % ont répondu avoir probablement ou très probablement l'intention de le faire (tableau VIII).

TABLEAU VII
Réussite du défi chez les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi (n = 738)

	n (%)
Oui (les 5 jours)	428 (58)
Presque (3-4 jours)	247 (33)
Pas tout à fait (1-2 jours)	48 (7)
Non	15 (2)

TABLEAU VIII

Intention de continuer à consommer un minimum de six à huit portions de fruits et légumes par jour pendant le prochain mois chez les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi (n = 738)

	n (%)
Très probable	313 (43)
Probable	320 (43)
Indécis	59 (8)
Improbable	23 (3)
Très improbable	21 (3)

Activités effectuées à l'école, matériel promotionnel et site Internet

Des activités seraient organisées dans le cadre du défi à l'école de la majorité des participants ayant répondu au questionnaire (80 %). Selon d'autres participants, il n'y aurait eu à l'école que de la promotion (13 %). Les articles promotionnels du défi (macaron, protège-banane, tee-shirt, signet) ont tous été appréciés ou très appréciés dans des proportions environnant les 60 %. Par contre, dans tous les cas, 25 à 30 % des répondants ont affirmé ne pas avoir vu ces articles promotionnels.

En ce qui concerne le site Internet Peluredebanane.com, seuls 21 % des jeunes et adultes participant au défi ont pris le temps d'en regarder toutes les sections, en plus de s'y inscrire (figure 11). L'apparence du site a été appréciée ou très appréciée par la majorité (83 %). Il serait également facile d'utilisation (86 %) et l'information qu'on y trouve serait pertinente (68 %). Enfin, 57 % des 742 répondants prévoient consulter à nouveau le site Internet au cours de la prochaine année (tableau IX).

FIGURE 11

Utilisation du site Internet par les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi (n = 728)

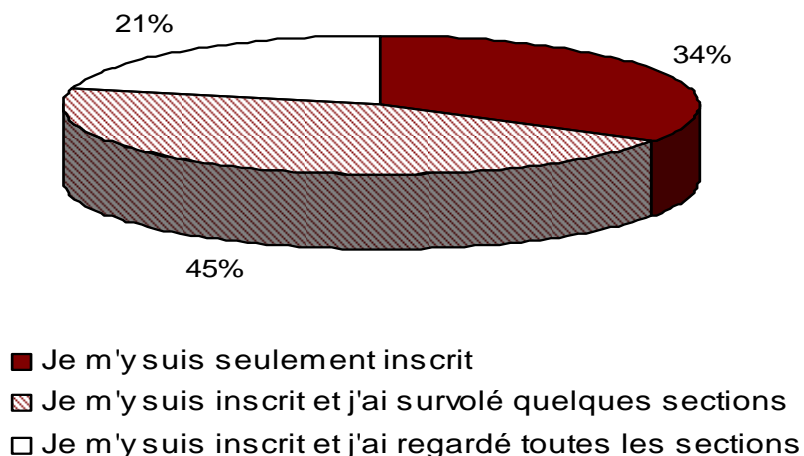


TABLEAU IX

Intention de consulter le site Internet Peluredebanane.com à nouveau au cours de l'année, selon les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation au défi (n = 731)

	n (%)
Très probable	175 (24)
Probable	244 (33)
Indécis	169 (23)
Improbable	75 (10)
Très improbable	68 (9)

4.2.3.2 Questionnaire de participation envoyé six semaines après le défi

Six semaines après la fin du défi, un autre questionnaire électronique a été envoyé aux participants jeunes et adultes. Ce questionnaire visait notamment à connaître le maintien de la consommation de fruits et légumes. Des 6 043 personnes inscrites au défi, 1 334 ont répondu à ce second sondage, soit 22 % (comparativement à 13 % pour le questionnaire envoyé la semaine après le défi). Plus de la moitié des répondants vivaient dans les régions de Québec, de la Chaudière-Appalaches et du Saguenay-Lac-Saint-Jean (figure 12). Aucun répondant n'était rattaché à l'Association régionale du sport étudiant du Richelieu. De ces répondants, 67 % étaient de sexe féminin et la majorité fréquentaient le secondaire (66 %) (figure 13).

FIGURE 12

Nombre de jeunes et d'adultes ayant répondu au questionnaire de participation six semaines après le défi par association régionale du sport étudiant (n = 1 334)

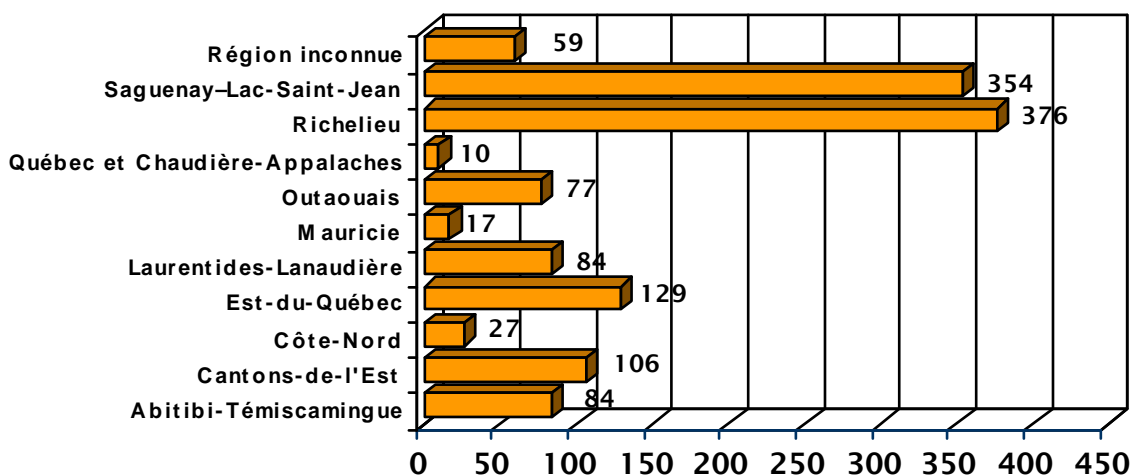
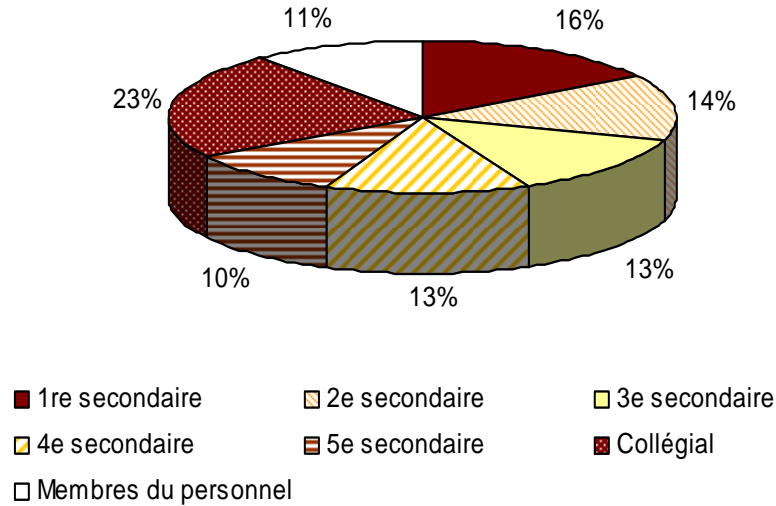


FIGURE 13
Répartition des jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation six semaines postdéfi – secondaire, collégial et membres du personnel (n = 1 334)

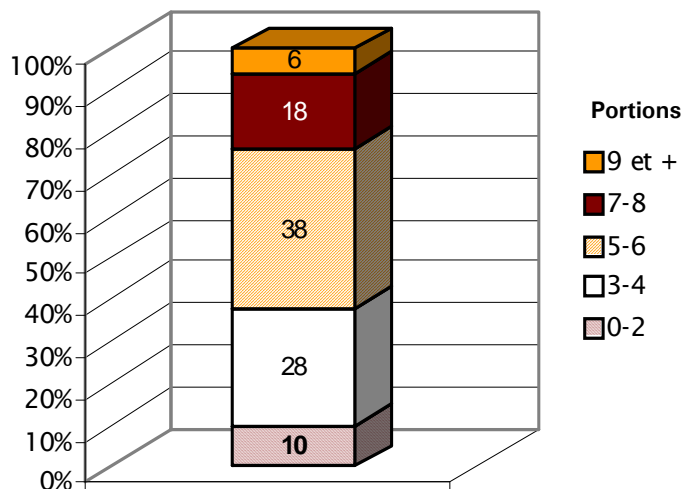


Consommation de fruits et légumes et changement dans l'alimentation

Parmi les répondants, 62 % ont affirmé avoir consommé un minimum de cinq portions de fruits et légumes la journée précédant celle où ils ont répondu au questionnaire, soit six semaines après la fin du défi (figure 14). Vingt-quatre pour cent en auraient consommé plus de sept portions. Cette consommation de fruits et légumes est un peu plus faible que dans la semaine suivant le défi, alors que 78 % disaient consommer cinq portions et plus de fruits et légumes, et 38 %, sept portions et plus. La consommation est toutefois un peu plus élevée que lors de l'inscription au défi.

FIGURE 14

Nombre de portions de fruits et légumes consommées la veille de la réponse au questionnaire de participation six semaines postdéfi, selon les répondants jeunes et adultes (n = 1 334)



Questionnés sur leur intention de poursuivre la consommation d'un minimum de six à huit portions de fruits et légumes par jour au cours du prochain mois, 80 % des répondants ont dit qu'il était probable ou très probable qu'ils le fassent (tableau X). De plus, la majorité des répondants ont affirmé avoir apporté des changements à leur alimentation depuis la fin du défi (tableau XI). L'augmentation de la consommation de fruits et légumes et la diminution des collations sucrées et salées arrivent en tête de liste.

TABLEAU X

Intention de continuer à consommer un minimum de six à huit portions de fruits et légumes par jour pendant le prochain mois chez les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation six semaines postdéfi (n = 1 334)

	n (%)
Très probable	495 (37)
Probable	578 (43)
Indécis	174 (13)
Improbable	50 (4)
Très improbable	37 (3)

TABEAU XI

Changements apportés dans l'alimentation depuis la participation au défi selon les jeunes et adultes ayant répondu au questionnaire de participation six semaines postdéfi (n = 1 334)

	n* (%)
Je mange plus de fruits	247 (19)
Je mange plus de légumes	117 (9)
Je mange plus de fruits et légumes	459 (34)
Je mange moins de collations sucrées ou salées	535 (40)
Je n'ai pas fait de changement à mon alimentation	297 (22)
Autres	140 (10)

* Les répondants avaient droit à plus d'une mention.

Enfin, seuls 17 % des répondants ont affirmé avoir consulté le site Internet Peluredebanane.com depuis la fin du défi.

4.2.4 Entrevues semi-dirigées avec des responsables du dossier Peluredebanane.com

4.2.4.1 Entrevues menées avec des responsables du défi Peluredebanane.com dans les écoles participantes

Dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches, six responsables du défi au sein d'écoles secondaires ayant participé au défi depuis au moins quatre ans ont été sélectionnés pour participer à l'entrevue. De ce nombre, quatre ont été joints et ont accepté de participer. Les caractéristiques de leur école sont présentées au tableau XII. Par ailleurs, six écoles secondaires des régions du Saguenay-Lac-Saint-Jean et des Cantons-de-l'Est nouvellement inscrites au défi ont été choisies. Trois responsables du défi ont répondu à l'entrevue au complet. Un autre, par manque de temps, a seulement répondu à une question majeure. Les caractéristiques de leur école sont aussi présentées au tableau XII.

Parmi les institutions collégiales de Québec et de la Chaudière-Appalaches inscrites au défi depuis au moins trois ans, les quatre responsables sélectionnés ont participé à l'entrevue. Aucun indice de défavorisation ou commission scolaire n'existe pour les institutions collégiales.

TABLEAU XII

Caractéristiques des écoles secondaires inscrites au défi et ayant participé à l'entrevue (n = 8)

École	Commission scolaire	Indice de défavorisation
<i>Écoles secondaires Québec et Chaudière-Appalaches</i>		
École 1	Premières-Seigneuries	3
École 2	Charlevoix	2
École 3	Premières-Seigneuries	6
École 4	Capitale-Nationale	10
<i>Écoles secondaires Saguenay-Lac-Saint-Jean et Cantons-de-l'Est</i>		
École 1 *	Pays des Bleuets	5
École 2	Pays des Bleuets	4
École 3	Bois-Francs	2
École 4	Établissement privé	NSP

* École ayant répondu à une seule question.

Les responsables du défi interrogés étaient techniciens en loisir, responsables des sports ou encore enseignants en éducation physique (tableau XIII). La majorité d'entre eux (6) travaillaient à l'école depuis un à dix ans. Deux y étaient depuis moins d'un an et trois autres, depuis plus de dix ans.

TABLEAU XIII

Fonction des participants aux entrevues dans les écoles inscrites au défi (n = 11)

	Écoles secondaires Q-CA *	Écoles secondaires autres régions	Institutions collégiales Q-CA *
	n	n	n
Technicien en loisir	4		1
Responsable des sports et technicien en loisir/animateur de la vie étudiante			3
Enseignant en éducation physique		2	
Responsable des sports		1	

* Québec et Chaudière-Appalaches.

Concernant l'alimentation à l'école, les milieux secondaires ont tous effectué un virage santé dans les menus des cafétérias. Ces changements ont eu lieu pour la plupart après la publication du document *Pour un virage santé à l'école : Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif* (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, 2007). Trois répondants ont mentionné que le virage santé avait eu lieu avant cette politique. La majorité des élèves mangent à l'école, soit à la cafétéria, soit avec leur

lunch. Dans les institutions collégiales, la situation est tout autre. Les services alimentaires sont souvent divisés en comptoirs distincts : sandwiches, salades, fritures, menus du jour. Enfin, des activités liées à l'alimentation et à la santé ont cours dans plusieurs écoles, notamment au sein du cursus scolaire (voir annexe XI).

Inscription au défi et motivation à s'y inscrire

Toutes les écoles interrogées ont été inscrites à toutes les éditions du défi Peluredebanane.com ou presque, sauf les écoles du Saguenay–Lac-Saint-Jean et des Cantons-de-l'Est, pour lesquelles il s'agissait d'une première inscription. Dans les écoles secondaires des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches, trois répondants étaient responsables du défi cette année et les années passées, alors qu'un seul l'était pour la première fois cette année. Dans les institutions collégiales, deux responsables du défi l'étaient depuis quelques années et les deux autres l'étaient pour la première fois.

Il a été demandé à tous les répondants quelles étaient leurs motivations à inscrire leur école au défi année après année, ou encore pour la première fois pour les écoles du Saguenay–Lac-Saint-Jean et des Cantons-de-l'Est (tableau XIV). La santé et l'alimentation semblent être les motivations les plus importantes (onze répondants sur douze³). Le défi permettrait notamment de montrer l'importance des saines habitudes de vie aux jeunes. L'occasion de faire des activités intéressantes à l'école est un autre facteur important.

TABLEAU XIV

Motivation à inscrire l'école au défi, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 12)

Motivations	Écoles secondaires Q-CA* n	Écoles secondaires autres régions n	Institutions collégiales Q-CA n
Aspects santé ou alimentation			
Le défi permet de montrer l'importance des saines habitudes de vie aux jeunes et d'améliorer leur santé (physique et mentale)	3	1	4
Le défi rejoint la philosophie de l'école ou de comités de l'école (Bien dans sa tête, bien dans sa peau) à l'égard des saines habitudes de vie		2	
Le défi permet de montrer de nouvelles façons de consommer des fruits et légumes aux jeunes	1		

3. Le responsable d'une école secondaire nouvellement inscrite au défi ayant répondu à une seule question a répondu à celle-ci.

Aspects liés à la nature du défi			
Le soutien et la promotion par l'ARSEQCA sont appréciés	2		1
Les activités (approche, thème) sont intéressantes, différentes, motivantes	2	1	
Le défi permet d'avoir des activités à l'école et de participer à un concours	3		
Le matériel est pertinent et accrocheur	1		1
Il n'y a jamais assez de matériel en nutrition		1	
Autres			
Les jeunes s'impliquent dans l'organisation des activités			2
Le répondant a été motivé par sa participation à la commission sectorielle de l'ARSEQCA, à un congrès en éducation physique, etc.	1	1	
On souhaite faire comme les autres écoles	1		
Il y a un budget régional pour l'inscription gratuite		1	
Le défi a la même philosophie que De Facto qui avait bien marché dans cette école		1	
La compétition entre les institutions est appréciée			1
La nouveauté est appréciée			1
Grâce à la réforme (virage santé) du gouvernement, tous les secteurs de l'école sont maintenant concernés par les saines habitudes de vie		1	

* Québec et Chaudière-Appalaches.

Déroulement du défi

Au moment des entrevues, neuf écoles sur onze avaient des activités prévues pour la semaine du défi, les deux autres écoles ne les ayant pas encore planifiées. Ces activités étaient surtout en rapport avec l'offre alimentaire de l'école, la promotion des fruits et légumes et les activités sportives et de plein air (tableau XV). En plus des responsables du défi, les comités d'étudiants et les autres intervenants de l'école étaient les plus susceptibles de participer à l'organisation des activités (tableau XVI).

TABLEAU XV

Activités planifiées dans le cadre du défi, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 11)

	Écoles secondaires Q-CA n	Écoles secondaires autres régions n	Institutions collégiales Q-CA n
Offre alimentaire et cafétéria			
Plus grande offre de fruits et légumes à la cafétéria	1	1	
Concours de collation santé qui sera offerte à la cafétéria	1		
Journée sans friture à la cafétéria			1
Rabais sur les menus du jour et le comptoir à salades à la cafétéria			1
Vérification des boîtes à lunch	1		
Activités en rapport avec les fruits et légumes			
Dégustation-distribution-vente de fruits et légumes : <i>smoothies</i> , brochettes, salade de fruits, déjeuner	2	3	2
Démonstration sur les portions de fruits et légumes	1		
Activités sportives et de plein air		3	2
Activités diverses : conférence, improvisation, quiz		3	1
Autres			
Activités de promotion			3
Activités à déterminer	2		
Activités à organiser à partir de la trousse d'activités et à partir du matériel fournis par l'ARSEQCA	1	1	
Inscription au défi	1	1	
Activités planifiées sur deux semaines à un mois		1	1
Concours de slogan sur l'alimentation		1	
Collecte de sang			1

TABLEAU XVI

Organisateurs des activités de la semaine du défi, en plus du responsable, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 11)

	Écoles secondaires Q-CA n	Écoles secondaires autres régions n	Institutions collégiales Q-CA n
Comités d'étudiants divers : sportif, mieux-être	4	2	3
Intervenants divers : toxicomanie, vie étudiante, travailleur social		2	2
Infirmière	2		
Professeurs (incluant ceux en éducation physique)		1	1
Personnel du service alimentaire			2
Comité Bien dans sa tête, bien dans sa peau		1	
Stagiaire en loisir	1		
Étudiants en technique diététique			1
Joueurs d'équipes sportives			1

Parmi les éléments aidant au bon déroulement du défi (tableau XVII), le soutien apporté par le réseau du sport étudiant fait belle figure (matériel promotionnel, site Internet, trousse d'activités, visite des mascottes). La nature même du défi, son côté intéressant, attrayant, différent et mobilisateur a également été nommé. L'implication du personnel et des étudiants est sans surprise un autre élément qui favorise le bon déroulement du défi. Par ailleurs, deux responsables ont mentionné que la gratuité des activités pour les étudiants était un élément favorable.

TABLEAU XVII

Éléments qui aident au bon déroulement du défi, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 11)

	Écoles secondaires Q-CA n	Écoles secondaires autres régions n	Institutions collégiales Q-CA n
Matériel promotionnel/promotion à l'école	2	1	3
Implication personnel/étudiants	1	1	2
Projet intéressant/attractif/différent	1	2	1
Site Internet Peluredebanane.com	1	1	
Trousse d'activités	1	1	
Visite des mascottes	2		
Projet mobilisateur	1	1	
Visibilité dans l'école	1		1
Activités sur l'heure du dîner où présence importante des élèves	1	1	
Gratuité des activités pour les élèves	2		
Aspect nouveauté		1	
Commandite de fruits		1	
Formation sur Peluredebanane.com		1	
Philosophie de l'école		1	
Pelure se présente avec l'arrivée de la Politique-cadre		1	

Appréciation du défi et de sa mise en œuvre

La période de l'année où se déroule le défi (fin mars, début avril) est adéquate aux yeux de six répondants d'écoles secondaires sur sept. Au collégial, les dates du défi seraient inadéquates, car elles coïncident avec la mi-session, la période d'examen ou encore la période de stage (3/4), ou parce que le défi a lieu en même temps que le Défi Santé 5/30 (1/4). Néanmoins, trois répondants sur onze ont précisé qu'il est intéressant que le défi se déroule durant le Mois de la nutrition.

Les responsables du défi ont aussi été questionnés sur leur opinion sur l'aspect loufoque du défi (tableau XVIII). Pour la majorité, il s'agit d'un aspect original, différent, drôle et intéressant (10/11) qui attire les jeunes (4/11). Des élèves en profitent d'ailleurs pour revêtir le costume de la banane-mascotte (3/11). Selon un répondant du collégial, l'aspect loufoque est toutefois un peu trop enfantin.

TABLEAU XVIII

Opinion sur l'aspect loufoque du défi, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 11)

	Écoles secondaires Q-CA n	Écoles secondaires autres régions n	Institutions collégiales Q-CA n
Original, différent, drôle et intéressant	4	3	3
Attire les jeunes, les rejoint	2	2	
Élèves se déguisent en banane (mascotte) lors des activités		1	2
Incite les jeunes à manger des fruits et légumes	1		
Permet de reconnaître le défi	1		
Perplexe devant le protège-banane		1	
Aide à faire parler du défi			1
Fait un peu trop jeune			1
Force à trouver des idées d'activités en rapport avec la santé dans le cadre du concept Pelure			1

La majorité des répondants considèrent que le défi répond bien aux besoins des jeunes (7/8). Deux répondants ont affirmé qu'il offre surtout une forme de promotion, et que c'est aux écoles de le mettre en œuvre à leur façon. Selon deux représentants du collégial, la trousse et les images promotionnelles sont trop enfantines, mais les étudiants ont quand même réussi à bien mettre en œuvre le défi (tableau XIX).

TABLEAU XIX

Opinion sur le défi et les besoins des jeunes, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 8)

	Écoles secondaires Q-CA n	Écoles secondaires autres régions	Institutions collégiales Q-CA n
Le défi est bien adapté aux jeunes et répond bien à leurs besoins	4		3
Le matériel (banane, logo, trousse) est trop enfantin			2
Chaque école fait les activités qu'elle veut; Pelure offre surtout une forme de promotion (avec des outils promotionnels). La mise en œuvre est différente partout	1		1
Les jeunes aiment les prix	1		
Les jeunes ont besoin de quelque chose d'intéressant; le défi l'est	1		
Le défi montre à la clientèle défavorisée les saines habitudes de vie qui ne sont pas préconisées à la maison	1		
Il faudrait plus de pubs tv radio pour inciter les jeunes à s'impliquer	1		
Le comité organisateur étudiant est très motivé, y croit beaucoup			1
Il est difficile de dire si le défi touche tout le monde			1
Il faut quelque chose, une activité dans les institutions collégiales			1
Le défi aide les jeunes à décrocher avec des activités plus saines que les traditionnelles fêtes du jeudi			1
Au collégial, les inscriptions sont plus difficiles à obtenir, il faut mettre les bouchées doubles			1
Le défi est bien adapté à une clientèle sensible et en situation de prise de décision			1

Influence du défi chez les jeunes et à l'école

Selon les responsables interrogés, des changements auraient eu lieu chez les élèves dans les écoles participant au défi depuis plusieurs années (tableau XX). Ces changements

seraient entre autres liés à la sensibilisation aux saines habitudes de vie (3). Trois répondants ont dit avoir constaté de meilleures habitudes alimentaires à la suite du défi. Selon les répondants, en plus de l'influence du défi, ces changements seraient attribuables à la recherche d'une belle apparence physique, au fait d'être sportif et au désir de plaire (1), à d'autres enseignements et activités en nutrition (2), à la prise de conscience des jeunes (1) et au virage santé général dans les écoles (1). Un répondant a ajouté que le défi Peluredebanane.com peut aider à renforcer ce que les jeunes connaissent déjà.

Au sein même des écoles qui participent au défi depuis plusieurs années, quelques changements auraient eu lieu; il n'est toutefois pas possible de déceler des tendances majeures (tableau XX). Des changements ont eu lieu en rapport avec l'offre alimentaire. Notons par exemple l'offre d'une nouvelle collation à la cafétéria depuis un concours ayant eu lieu lors du défi ou encore la signalisation des menus ou mets santé à la cafétéria et dans les machines distributrices. D'autres ont mentionné avoir ajouté un grand *work-out* pendant l'année ou encore une autre semaine santé en automne. Un participant du collégial a précisé toutefois que les changements qui ont eu lieu pourraient aussi être liés à tout le virage santé qui s'opère dans les écoles.

TABLEAU XX

Influence de la participation au défi chez les jeunes et à l'école, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 8)

	Écoles secondaires Q-CA n	Écoles secondaires autres régions	Institutions collégiales Q-CA n
<i>Chez les jeunes</i>			
Ils ont de meilleures habitudes alimentaires : lunchs plus santé et fruits et légumes dans les collations	2		1
Ils sont sensibilisés aux saines habitudes de vie, mais pas de changements concrets (prise de conscience, connaissances, attitudes)	1		2
Ils demandent plus de fruits et légumes à la cafétéria dans les semaines suivant le défi	1		
Ils connaissent les activités du défi, les aiment et y participent plus facilement	1		1
Les jeunes impliqués dans le comité Pelure ou dans les sports ont de meilleures habitudes de vie et deviennent porte-étendards auprès des autres			1
Ne sait pas	2		
<i>À l'école</i>			

Lien avec l'offre alimentaire			
Le responsable de la cafétéria discute de son menu avec les responsables de Peluredebanane.com ou du Département de techniques de diététique	1		1
La cafétéria offrira une nouvelle collation, à la suite d'un concours ayant eu lieu pendant le défi	1		
Dans les semaines suivant le défi, la cafétéria a offert plus de fruits (à la demande des élèves)	1		
Les menus santé sont affichés et signalés			1
Les collations servies lors d'activités ont été améliorées			1
On trouve moins de malbouffe dans les machines distributrices			1
Autres			
Un grand <i>work-out</i> a été ajouté dans l'année	1		
Une semaine santé a été ajoutée en automne			1
Une table de concertation en santé est maintenant en place			1
Le défi s'est lui-même élargi avec les années (d'autres pavillons du cégep participent)			1
Le comité Pelure peut donner son opinion			1
Le défi a apporté des aspects plus festifs dans les activités à l'école			1
Il n'y a pas de changement, mais la volonté est présente dans les demandes d'aide pour des activités lors du défi			1
Ne sait pas	1		1

Inscription future et autres suggestions et commentaires

Si le défi revient l'an prochain, tous les responsables sauf un ont l'intention d'inscrire à nouveau leur école. Les principales raisons pour souhaiter se réinscrire sont que le défi et les activités sont intéressants, amusants et dynamiques (4) et qu'ils permettent de faire de la sensibilisation sur les fruits et légumes (4) (tableau XXI). Un responsable a dit que l'inscription future dépendra du bilan de cette année. Une autre activité que le défi pourrait être organisée dans l'avenir.

TABLEAU XXI

Raisons pour s'inscrire au défi dans l'avenir, selon les participants aux entrevues – écoles inscrites au défi (n = 11)

	Écoles secondaires Q-CA n	Écoles secondaires autres régions n	Institutions collégiales Q-CA n
Le défi et les activités sont intéressants, amusants, dynamiques	3		1
Le défi permet de faire de la sensibilisation sur les fruits et légumes	1	1	2
Le défi crée un engouement chez les jeunes	1	1	
L'ARSEQCA offre un bon soutien et du bon matériel	1	1	
C'est important pour les jeunes	1	1	
Le défi permet d'avoir des activités sur l'heure du dîner	1		
Le répondant est très informé grâce à sa présence à la commission sectorielle	1		
Si le défi ne revient pas, le répondant continuera de son côté		1	
Il y a déjà des activités prévues l'an prochain			1
Le défi crée un besoin d'animation et de rapprochement dans l'école/ Il donne une occasion aux jeunes de s'exposer, d'organiser des choses			1

Parmi les autres commentaires ou suggestions des répondants, on trouve entre autres qu'il serait pertinent de renouveler le défi ou encore de proposer différentes variantes (3) (tableau XXII). On souligne aussi l'appréciation du soutien matériel et promotionnel (3). On remarque enfin l'importance de poursuivre les activités de promotion des saines habitudes de vie tout au long de l'année (3).

TABLEAU XXII

Autres commentaires et suggestions des participants aux entrevues relativement au défi – écoles inscrites au défi (n = 11)

	Écoles secondaires Q-CA n	Écoles secondaires autres régions n	Institutions collégiales Q-CA n
On pourrait renouveler la formule, proposer des variantes du projet	1	1	1
Le soutien matériel et promotionnel est bon		1	2
La promotion des saines habitudes de vie devrait se faire sur une plus longue période	1		2
On pourrait recevoir le matériel plus tôt		2	
On pourrait mettre le site Internet en fonction plus tôt pour permettre les inscriptions		2	
De la publicité télévisuelle ou radiophonique inciterait les jeunes à participer au défi	1		
Les mascottes pourraient faire plus de visites	1		
Le défi devrait être subventionné par le gouvernement, car il y a un manque pour ce groupe d'âge	1		
On pourrait aborder la trousse d'activités dans les cours	1		
On pourrait proposer un programme d'activités à faire pendant la semaine du défi	1		
Les écoles ne devraient pas pousser les jeunes à s'inscrire au défi, ils doivent eux-mêmes faire une prise de conscience à propos du défi	1		
Le défi permet de parler de la santé d'une façon simple		1	
On pourrait utiliser le site Internet pour comptabiliser le nombre de portions de fruits et légumes consommées		1	
Il serait intéressant d'avoir des capsules santé tous les jours		1	
On pourrait changer les dates du défi, mi-février serait idéal			1
Il pourrait y avoir à nouveau la compétition entre les institutions			1
Il pourrait y avoir des commandites pour les équipes sportives, pour l'achat de fruits ou pour faire des activités			1

4.2.4.2 Entrevues avec des intervenants d'écoles ayant cessé de participer au défi

Sept écoles secondaires des régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches ayant participé au défi Peluredebanane.com un minimum de trois ans, mais qui ne participaient pas cette année, ont été présélectionnées pour participer aux entrevues. Parmi celles-ci, trois n'ont pas été jointes. Dans une autre école, aucun contact direct avec une personne responsable du dossier Peluredebanane.com n'a été possible, en raison de multiples changements de personnel. Cela pourrait aussi expliquer la non-participation de cette école, c'est-à-dire que personne n'a pu s'occuper de l'organisation du défi. Enfin, trois entrevues complètes ont été faites. Les caractéristiques des écoles où travaillent les répondants sont présentées au tableau XXIII.

TABLEAU XXIII

Caractéristiques des écoles secondaires ayant cessé de s'inscrire au défi et ayant participé à l'entrevue (n = 3)

École	Commission scolaire	Indice de défavorisation
<i>Écoles secondaires ne participant plus au défi, régions Québec et Chaudière-Appalaches</i>		
École 1	Privée	NSP
École 2	Capitale-Nationale	6
École 3	Côte-du-Sud	1

Deux des répondants étaient des techniciens en loisir, alors que le troisième était responsable des sports. Ils travaillaient à l'école visée par l'entrevue respectivement depuis six mois, deux ans et treize ans.

Questionnés sur l'alimentation à l'école, tous les répondants ont indiqué que cette dernière avait effectué un virage santé dans les menus de la cafétéria. La moitié ou la majorité des élèves mangent à l'école. Des activités auraient lieu dans le cadre du Mois de la nutrition à deux écoles et l'alimentation serait abordée dans les cours à au moins deux des écoles (voir annexe XI).

Raisons de non-participation au défi

Les trois participants aux entrevues connaissaient le défi Peluredebanane.com pour y avoir participé dans le passé à cette école ou dans une autre école. D'ailleurs, les trois écoles concernées avaient participé à plusieurs reprises au défi par le passé. Mais depuis, ces écoles ont cessé d'y participer. Le coût d'inscription, le manque de temps et le changement de personnel sont les raisons avancées (tableau XXIV).

TABLEAU XXIV

Raisons pour cesser de participer au défi, selon les participants aux entrevues – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)

	n
Le coût pour l'inscription est élevé, et le défi n'offre pas plus que dans les années passées	2
Le responsable ne sait pas si son école est inscrite, mais il aurait voulu s'inscrire	1
Manque de temps	1
Changement de personnel	1

Appréciation du défi et de sa mise en œuvre

Les trois répondants ont affirmé que dans les années passées, la visite des mascottes ainsi que l'implication des jeunes, de stagiaires et du responsable dans l'organisation du défi ont aidé au bon déroulement de celui-ci (tableau XXV).

TABLEAU XXV

Éléments ayant aidé au bon déroulement du défi dans les années passées, selon les participants aux entrevues – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)

	n
Visite des mascottes	2
Implication des jeunes, de stagiaires, du responsable dans l'organisation du défi	2
Matériel promotionnel : affiche, tee-shirt	1
Ne sait pas	1

En général, selon les répondants, le défi répond bien aux besoins des jeunes, notamment grâce aux visites de mascottes, à la distribution de fruits et légumes et au matériel promotionnel. D'un autre côté, il est difficile de les impliquer dans l'organisation du défi et le grand prix ne serait pas adéquat pour cette clientèle (tableau XXVI).

TABLEAU XXVI

Opinion sur le défi et les besoins des jeunes, selon les participants aux entrevues – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)

	n
La visite des mascottes est populaire auprès des jeunes	1
La distribution de fruits et légumes est populaire auprès des jeunes	1
Le matériel promotionnel est bien accueilli par les jeunes	1
Le défi permet de faire découvrir de nouvelles choses aux jeunes	1
Le défi touche surtout les sportifs	1
Il est difficile d'impliquer les jeunes dans l'organisation des activités	1
Le grand prix (cargaison de bananes) est mal adapté aux jeunes	1
Ça ne manque pas à l'école de ne pas faire le défi cette année, car elle fait autre chose	1

Influence du défi chez les jeunes et à l'école

L'influence du défi chez les jeunes ne semble pas marquée. Un responsable a constaté de meilleures habitudes alimentaires, qui n'ont toutefois pas perduré. Selon un autre, le défi a aidé à les sensibiliser. Concernant l'influence du défi à l'école de façon générale, les trois responsables interrogés ont affirmé que des changements dans les menus de la cafétéria et des machines distributrices avaient eu lieu depuis le défi. Bien que celui-ci puisse avoir eu une influence, ils croient que ces changements sont dus à la politique gouvernementale (tableau XXVII).

TABLEAU XXVII

Influence du défi chez les jeunes et à l'école, selon les participants aux entrevues – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)

	n*
<i>Chez les jeunes</i>	
Meilleures habitudes alimentaires : plus de fruits dans les collations	1
Sensibilisation aux saines habitudes de vie	1
Effet de courte durée (quelques semaines)	1
Grâce au défi et à d'autres projets en santé	1
<i>À l'école</i>	
Changement dans les menus de la cafétéria et machines distributrices	3
Distribution de fruits lors d'activités spéciales	1
Autres activités faisant la promotion de fruits faites au cours de l'année	1
Changements dus à la politique gouvernementale, mais Peluredebanane.com peut aider à la promotion	3

* Un des répondants a répondu en fonction de l'école où il travaillait dans le passé et où se tenait le défi Peluredebanane.com.

Inscription future et autres suggestions et commentaires

Deux responsables ont dit avoir l'intention d'inscrire à nouveau leur école au défi, s'il revient dans l'avenir. Leurs raisons sont présentées au tableau XXVIII. Le troisième responsable le ferait uniquement si le défi propose de la nouveauté.

TABLEAU XXVIII

Raisons pour s'inscrire au défi dans l'avenir, selon les participants aux entrevues – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)

	n
Si le jeune voit Pelure chaque année de son secondaire, ça peut avoir une belle influence	1
Le défi et les activités sont intéressants à faire	1
L'organisation du défi demande beaucoup de temps	1

Parmi les autres commentaires ou suggestions formulés par les répondants, on note l'appréciation des mascottes, du matériel promotionnel et de la trousse d'activités. Les répondants se questionnent toutefois sur la pertinence du protège-banane ainsi que du grand prix (tableau XXIX).

TABLEAU XXIX

Autres commentaires et suggestions des répondants aux entrevues relativement au défi – écoles n'étant plus inscrites au défi (n = 3)

	n
Il faut continuer à pousser les écoles pour que ça fonctionne	1
Les mascottes sont appréciées	1
Le matériel promotionnel (tee-shirts) est apprécié	1
La trousse d'activités est appréciée	1
Le protège-banane n'est pas intéressant	1
Il faut remplacer le grand prix par quelque chose de plus concret qui restera à l'école, par exemple du matériel sportif	1
Les écoles ne devraient pas pousser les jeunes à s'inscrire au défi, ils doivent eux-mêmes faire une prise de conscience sur ce qu'est le défi	1

4.2.5 Questionnaire téléphonique sur la trousse d'activités Peluredebanane.com

Ce questionnaire avait pour objectifs de vérifier que la personne responsable à qui les prochains thèmes seront envoyés avait la trousse en main ainsi que de connaître l'utilisation de la trousse, l'intérêt des activités du point de vue des jeunes ainsi que l'intention des responsables de faire circuler la trousse auprès d'autres personnes dans l'école.

Soixante et un responsables des sports parmi les quatre-vingt-sept écoles secondaires de Québec et de la Chaudière-Appalaches ont été joints et ont répondu au questionnaire (70 %). Dans la majorité des institutions, le responsable des sports s'avérait être la personne en charge de la trousse (62 %). Si ce n'était pas le cas, tous ont confirmé qu'un suivi des prochains thèmes envoyés serait fait à la personne chargée de s'occuper de la trousse. Fait à noter, parmi tous les responsables de la trousse Peluredebanane.com contactés, 17 (28 %) affirmaient ne plus avoir la trousse en leur possession ou n'en étaient pas certains.

Consultation de la trousse

Au moment de l'appel, 34 % des répondants avaient consulté les premiers thèmes de la trousse en entier, 26 % les avaient consultés en partie seulement et 39 % ne les avaient pas consultés (figure 15). Les principales raisons invoquées pour expliquer la non-consultation des premiers thèmes sont principalement le manque de temps et l'absence de trousse à l'école (figure 16). De plus, parmi les 39 répondants n'ayant pas encore consulté la trousse, seulement le quart pensait le faire avant les mois de mars-avril 2009.

FIGURE 15
Consultation de la trousse par les responsables des sports (n = 61)

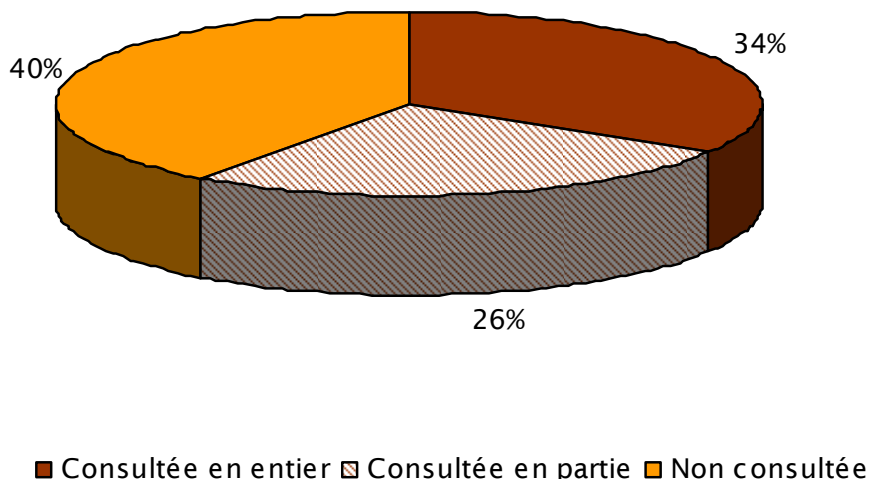
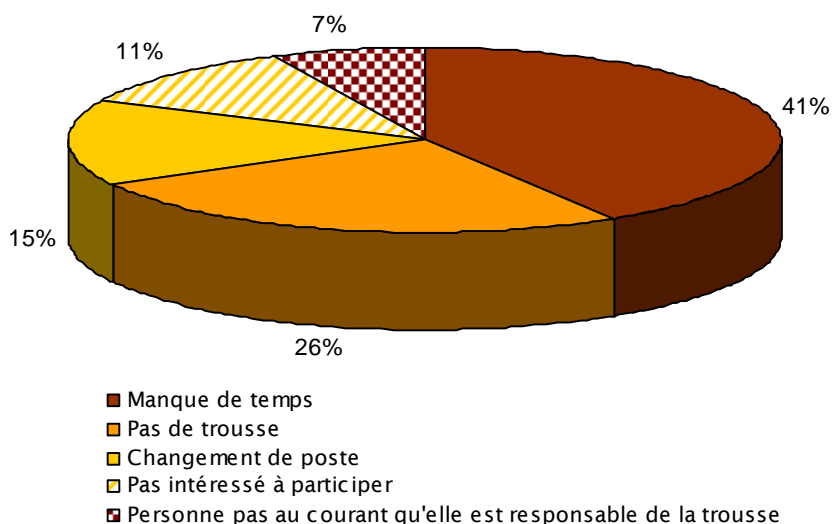


FIGURE 16
Raisons pour ne pas avoir consulté les thèmes 1 et 2 de la trousse, selon les responsables des sports (n = 25)



Organisation d'activités à l'aide de la trousse

Parmi toutes les personnes contactées, seulement 26 ont effectué des activités avec la trousse (43 %), soit 70 % des 37 responsables ayant consulté en entier ou en partie les thèmes 1 et 2. Les principales activités consistaient en de la sensibilisation aux méfaits de la malbouffe, des ateliers d'improvisation et l'utilisation des affiches contenues dans la trousse (figure 17). De plus, dans 76 % des cas, les responsables ont reçu l'aide de

collègues ou d'élèves pour l'organisation des différentes activités. Onze personnes n'avaient pas fait d'activités avec la trousse même si elles l'avaient consultée; la principale raison expliquant ce choix est le manque de temps (tableau XXX). Par contre, cinq personnes ont affirmé avoir l'intention d'utiliser la trousse pour planifier des activités avant les mois de mars-avril 2009.

FIGURE 17
Nature des activités effectuées à l'aide de la trousse, selon les responsables des sports (n = 26)

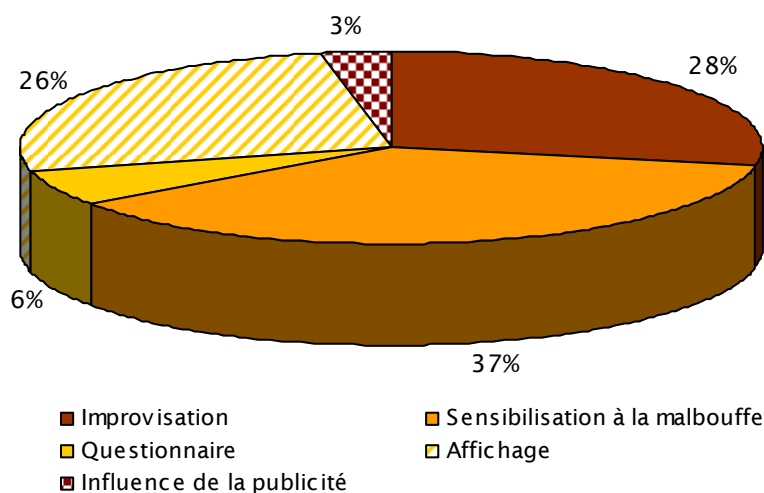


TABLEAU XXX
Raisons pour ne pas avoir fait d'activités avec l'aide de la trousse, selon les responsables des sports (n = 11)

Raisons*	n
Manque de temps	5
Autres activités effectuées sans la trousse	3
Absence de la trousse	2
Changement de poste	2
Manque de main-d'œuvre	1

* Les répondants avaient droit à plus d'une mention.

Parmi les 26 responsables ayant organisé des activités à partir de la trousse, 76 % ont qualifié ces activités comme étant intéressantes pour les jeunes. Par contre, certains ont avancé que les jeunes n'avaient pas apprécié le côté trop théorique des activités, que les jeunes avaient besoin de nouveauté, que ces activités n'étaient pas adaptées à la clientèle du secondaire et que quelques élèves semblaient ne participer que pour les prix (tableau XXXI).

TABLEAU XXXI

Raisons expliquant le manque d'intérêt des jeunes pour les activités de la trousse, selon les responsables des sports (n = 5)

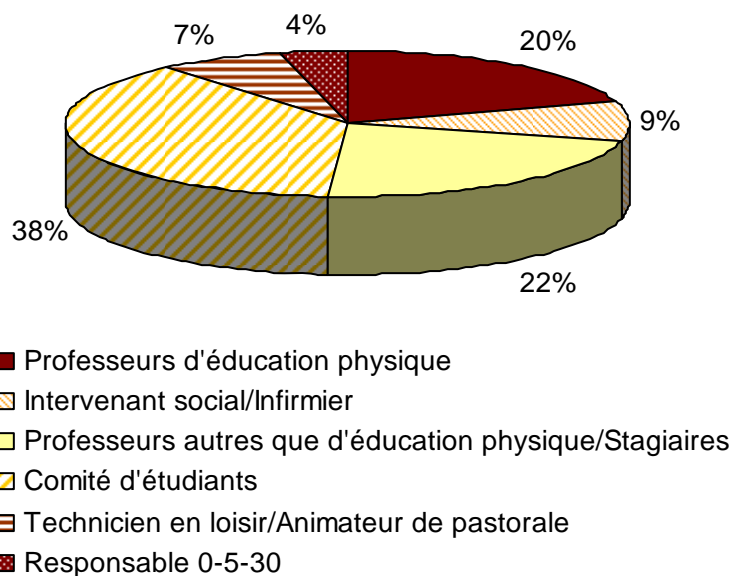
Raisons	n
Trop théorique/manque de dynamisme	2
Besoin de nouveauté	1
Pas adaptées pour le secondaire	1
Élèves participent aux activités seulement pour les prix	1

Circulation de la trousse

Questionnées sur leur intention de faire circuler la trousse auprès d'autres personnes de l'école, un peu plus de la moitié des personnes jointes ont répondu par l'affirmative (57 %). Il ressort que les principales personnes pouvant éventuellement utiliser la trousse dans les écoles sont les comités étudiants, les professeurs d'éducation physique et les autres professeurs, toutes matières confondues (figure 18).

FIGURE 18

Personnes auprès de qui faire circuler la trousse, selon les responsables des sports (n = 35)



Autres commentaires

Plusieurs commentaires des personnes interrogées montrent que la simplicité d'utilisation de la trousse est appréciée. De plus, quelques personnes ont mentionné qu'il s'agissait d'un bel outil de référence complet. Par contre, pour deux personnes, les activités demandent trop de temps de préparation. Dans le même ordre d'idées, un responsable d'une institution anglaise a affirmé qu'il était difficile d'utiliser la trousse, car son contenu devait préalablement être traduit en anglais. De plus, il a été mentionné que les activités de la trousse ne rejoignent pas tout le monde, que son format était inadéquat, mais que les affiches restaient appréciées. Quelques suggestions ont également été faites par les responsables de la trousse Peluredebanane.com dans les institutions scolaires jointes. Deux personnes ont proposé l'ajout d'ateliers culinaires afin de compléter les fiches d'activités déjà présentes dans la trousse. Une autre personne a également mentionné le besoin de faire une plus grande promotion de la semaine du défi.

5 DISCUSSION



Depuis déjà quatre ans, Peluredebanane.com va bon train dans les écoles secondaires de Québec et de la Chaudière-Appalaches ainsi que dans les établissements collégiaux de ces régions (depuis trois ans au collégial). Cette année, pour la première fois, le défi a également eu lieu dans des établissements secondaires et collégiaux ailleurs dans la province.

Le défi semble apprécié par les organisateurs ainsi que par les participants. Il en est de même pour les articles promotionnels et pour le soutien apporté par le réseau du sport étudiant. Cette évaluation indique que les écoles sont heureuses qu'une activité telle que le défi Peluredebanane.com ait lieu dans les établissements secondaires et collégiaux. C'est l'occasion d'organiser des activités intéressantes dans l'école. De plus, on constate que la majorité des répondants des écoles souhaitent inscrire à nouveau leur école au défi dans l'avenir.

Malgré une augmentation du total des inscriptions des écoles et des inscriptions individuelles au sein de la province, dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches, une baisse d'inscriptions au défi a été constatée : 23 écoles secondaires de ces régions s'y sont inscrites, soit moitié moins qu'en 2007-2008, où 47 écoles s'étaient inscrites. Cela a également entraîné une baisse des inscriptions individuelles, avec 2 284 inscrits dans ces deux régions, comparativement à 4 585 l'an dernier. Le coût pour l'inscription, nouveau cette année, pourrait en partie expliquer cette baisse. De même, l'inscription hâtive des écoles au mois de novembre pourrait avoir contribué à cette baisse. Le manque de temps et les changements de personnel, également mentionnés au cours des années passées, peuvent aussi nuire à l'organisation du défi dans les écoles.

Un certain essoufflement semble se produire dans quelques écoles participant au défi depuis quelques années. Entre autres, nous avons appris, grâce à des communications personnelles avec un intervenant d'une école, qu'on dénote une lassitude de la part des élèves. Ce problème avait également été remarqué dans cette école lors de l'évaluation du défi Peluredebanane.com 2007-2008.

Les données amassées lors de cette évaluation laissent croire que le défi pourrait sensibiliser les jeunes et avoir une influence bénéfique sur la consommation de fruits et légumes chez les participants, et plus particulièrement dans les quelques jours suivant l'activité. En effet, selon les données autodéclarées des participants au défi, le pourcentage de personnes ayant consommé un minimum de cinq portions de fruits et légumes la veille du questionnaire serait passé de 54 % lors de l'inscription à 78 % la semaine du défi et à 62 % six semaines après la fin du défi. De plus, six semaines après le défi, la majorité des participants affirmaient avoir apporté des changements dans leur alimentation tels que l'augmentation de la consommation de fruits et légumes et la diminution des collations sucrées et salées.

Notons cependant que la consommation de fruits et légumes des participants au défi Peluredebanane.com, même lors de l'inscription au défi, apparaît plus élevée que celle des jeunes québécois. En effet, un peu moins de 50 % des jeunes québécois de 14 à 18 ans consommeraient un minimum de cinq portions de fruits et légumes (Bédard et autres, 2008). Cela laisse croire d'une part qu'il pourrait y avoir une surévaluation de la consommation de fruits et légumes dans cette étude. D'autre part, on peut penser que ce sont les jeunes ayant de meilleures habitudes alimentaires qui s'inscrivent à de tels défis.

Sur le plan des retombées du défi dans les écoles, on note que 80 % des répondants croient que des actions et activités ayant eu lieu dans le cadre du défi se poursuivront à l'école. Toutefois, il n'est pas possible de qualifier ces retombées. De plus, au cours des entrevues, les répondants ont indiqué que le défi pourrait avoir eu une influence sur les changements à la cafétéria, mais que ceux-ci étaient toutefois probablement dus à la politique-cadre gouvernementale. Il apparaît ainsi que le défi Peluredebanane.com ne serait pas déterminant pour les changements de pratiques dans les écoles.

La trousse d'activités Peluredebanane.com ne serait pas utilisée pour l'organisation d'activités par plus de la moitié des intervenants d'écoles secondaires de Québec et de la Chaudière-Appalaches, bien qu'elle leur semble intéressante. D'ailleurs, seules 60 % des personnes interrogées avaient pris le temps de la consulter. Le manque de temps est la principale raison nommée pour ne pas avoir consulté la trousse ni avoir organisé d'activités, même si la trousse a été reçue il y a déjà plus d'un an. Ces mêmes raisons avaient aussi été données lors de l'évaluation 2007-2008. De plus, 28 % des intervenants interrogés ont affirmé ne plus avoir la trousse en leur possession. Il serait intéressant que l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches fasse un suivi avec ces écoles.

Afin de pallier le manque de temps nommé par plusieurs et les fréquents changements de personnel dans les écoles, il pourrait être utile qu'un comité stable au sein de l'école se charge de tout le dossier Peluredebanane.com, par exemple un comité étudiant supervisé par un enseignant ou un intervenant de l'école. Par ailleurs, afin de lutter contre l'essoufflement constaté dans quelques écoles, il pourrait être intéressant d'offrir des variantes au défi. Finalement, afin de produire un effet plus important chez les jeunes, il serait nécessaire de proposer des activités tout au long de l'année pour faire la promotion des saines habitudes de vie, et non seulement pendant la semaine du défi Peluredebanane.com.

6 CONCLUSION



Quatre ans après son instauration dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches, Peluredebanane.com a fait son entrée dans toute la province. Le défi semble être apprécié des organisateurs et des participants. Malgré cette appréciation, on constate une baisse du nombre d'inscriptions d'écoles au défi et du nombre de participants au défi individuel dans les régions de Québec et de la Chaudière-Appalaches. Le coût d'inscription nouvellement en vigueur ainsi qu'un essoufflement pourraient expliquer en partie cette baisse.

Selon les responsables du défi et les participants interrogés, le défi Peluredebanane.com pourrait aider à sensibiliser les jeunes et à améliorer leurs habitudes alimentaires. Bien que plusieurs personnes interrogées croient que des actions ou activités effectuées dans le cadre du défi puissent se poursuivre à l'école, ces retombées n'apparaissent pas aussi claires que celles chez les jeunes. Néanmoins, s'il est souhaitable que cette initiative se maintienne au sein des établissements secondaires et collégiaux de la province, il demeure important de rester à l'écoute des écoles afin d'améliorer le défi année après année, notamment par la mise en place de variantes du défi et la poursuite d'activités tout au long de l'année.

En somme, Peluredebanane.com est un pas de plus dans la promotion des saines habitudes de vie chez les jeunes. Combiné à une multitude d'autres actions, il est susceptible d'aider les jeunes à améliorer leurs habitudes alimentaires.



7 RÉFÉRENCES



1. Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (2007). *Pour un virage santé à l'école : Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif*, Québec, 44 p.
2. BÉDARD, B., et autres (2008). *L'alimentation des jeunes québécois : un premier tour de table – Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (cycle 2.2)*, Québec, Institut de la statistique du Québec, 97 p.
3. BRETON, C., M. PROULX, S. MORENCY et P. CHAUMETTE (2007). *Peluredebanane.com – Rapport d'évaluation*, Québec, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, Direction régionale de santé publique, 33 p.
4. LAMONTAGNE, C., et P. CHAUMETTE (2008). *Peluredebanane.com – Rapport d'évaluation 2007-2008*, Québec, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, Direction de santé publique, 67 p.
5. MORENCY, S., et P. CHAUMETTE (2006). *Peluredebanane.com – Rapport d'évaluation*, Québec, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, Direction régionale de santé publique, 49 p.



ANNEXES

ANNEXE I



Formulaire d'inscription des écoles au défi



Destinataire : Responsable des sports
De : xxxxx
Date : Le 15 octobre 2008
Objet : **INSCRIPTION Défi Peluredebanane.com**

Bonjour,

Il nous fait plaisir de vous inviter à participer au **Défi Peluredebanane.com**. Ce projet, qui a vu le jour en 2006 dans les régions de Québec et de Chaudière-Appalaches, y a connu énormément de succès. Il s'est d'ailleurs vu décerner un prix de mérite en santé publique par l'Ordre professionnel des diététistes du Québec, en 2007, et est maintenant disponible pour l'ensemble des écoles secondaires et des cégeps de la province.

Il s'agit d'une occasion unique de **mobiliser des étudiants** et des **membres du personnel dans la promotion de saines habitudes de vie**. Ce projet se veut d'abord une occasion de promouvoir les fruits et les légumes, mais plusieurs en profitent également pour y intégrer la promotion de l'activité physique.

Il s'agit aussi d'une occasion d'**amorcer des changements permanents** dans l'environnement alimentaire et la philosophie de votre établissement. Dans le cadre du *Défi Peluredebanane.com*, vous pourriez, par exemple, offrir des smoothies, en collaboration avec la cafétéria et selon le succès, lui proposer d'en offrir sporadiquement dans l'année, notamment lors des rencontres sportives ou autres activités spéciales comme la rentrée ou les spectacles amateurs.

Vous pouvez également vous procurer la trousse d'intervention Peluredebanane dans laquelle vous retrouverez des affiches, des dépliants et des idées d'activités pour promouvoir une saine alimentation de votre milieu.

En donnant le goût à votre clientèle de manger davantage d'aliments sains comme les fruits et les légumes, vous **soutenez l'application de la Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif** proposé par le ministère de l'Éducation, du loisir et du sport.

Nous vous invitons à prendre connaissance du document promotionnel en pièce jointe et demeurons à votre disposition afin de répondre à vos questions et de vous soutenir dans la mise en œuvre de ce projet dans votre milieu.

Au plaisir de vous compter parmi les nombreuses institutions d'enseignement qui participeront à cette toute première édition provinciale du *Défi Peluredebanane.com* !

Information : xxxxxxxx, xxx-xxx-xxxx poste xxx



Procédure pour l'inscription

1) Inscription dès maintenant – Date limite 7 novembre 2008

Afin de mieux planifier la production des outils promotionnels, vous êtes invités à inscrire votre école dès maintenant pour l'édition 2009 du *Défi* qui se tiendra du **30 mars au 3 avril**. Voir *formulaire d'inscription en pièce jointe*. **Aucune inscription ne sera acceptée après le 7 novembre 2008.**

2) Retournez le formulaire d'inscription par **télécopieur** (xxx) xxx-xxxx ou par **courriel** (xxxxxx) au plus tard le **vendredi 7 novembre 2008**.

3) Les cégeps inscrits recevront le **matériel promotionnel** (inclus et commandé) au **début mars 2009**.

4) La **facture** vous parviendra **en avril**, après la tenue du *Défi*.

5) Une **adresse de courriel** vous est demandée afin de vous faire parvenir le formulaire de participation, ainsi que d'autres informations pertinentes au projet pendant l'année.

Si vous ne souhaitez pas recevoir cette information supplémentaire (ex. : partage d'idées, liens intéressants, nouvelles), sentez-vous bien à l'aise de nous en faire part.

Information : xxxxxxxx, xxx-xxx-xxxx poste xxx



IMPORTANT

Retourner les 2 pages
pour le
7 novembre 2008

FORMULAIRE D'INSCRIPTION DÉFI Peluredebanane.com 2009

École : _____
 Commission scolaire : _____
 Responsable : _____ Fonction : _____
 Adresse : _____
 Ville : _____ Code postal : _____
 Téléphone : _____ Télécopieur : _____
 Courriel* : _____

* **IMPORTANT** : le courriel sera le moyen utilisé pour vous envoyer le formulaire de participation et autres informations concernant le projet.

	Élèves	Membres du personnel
Nombre <u>total</u> dans l'école		

INSCRIPTION ET TROUSSE DE DÉPART POUR LE DÉFI

Frais d'inscription et matériel promotionnel pour soutenir la gestion du projet

Inclus : les frais d'inscription, 4 affiches promotionnelles, 5 protège-bananes, 100 macarons, 10 t-shirts, 350 signets, accès au système d'inscriptions en ligne du site Internet pour vos étudiants, la chance pour l'école et les élèves de remporter les prix.

Sous-total** : **272.50 \$**

* **Grandeur des t-shirts INCLUS dans la trousse de départ, choisir 10 grandeurs :**

14-16 enfant	Petit	Médium	Large	X Large	TOTAL

Trousse d'intervention Peluredebanane.com

Inclus : Trousse d'intervention (4 thèmes avec idées d'activités, affiches de promotion pour chaque thème et référence), 1 coroplaste géant (grandeur nature avec un endroit pour écrire un menu santé ou des activités), 1 bannière en vinyle (2 x 8) et un DVD contenant du matériel multimédia (film, capsules et publicités radio)

Sous-total : **250.00\$**

Taxes et frais de transport applicables



IMPORTANT

Retourner les 2 pages
pour le
7 novembre 2008

COMMANDE D'OUTILS PROMOTIONNELS SUPPLÉMENTAIRES			
Q ^{té}	Item	Prix**	Total
	Série de 4 affiches promotionnelles du défi	9 \$	
	Signets (paquet de 50)	4 \$	
	Macarons (paquet de 100)	35 \$	
	Protège-banane	6 \$	
	T-shirt(s) ___ 14-16 ___ Large ___ Petit ___ X Large ___ Médium ___ XX Large	12 \$	
	Coroplaste géant	75 \$	
Sous-total :			<input type="text"/>

GRAND TOTAL :

Signature du responsable du Défi

S.V.P. Veuillez retourner les **deux pages** du formulaire d'inscription, même si vous ne commandez pas de matériel, pour le **7 novembre 2008**.

NOTE : Au-delà de cette date, nous ne pourrons assurer la disponibilité du matériel désiré.

Courriel : (xxxxxxx); **Télécopieur :** (514-254-3292)

N'envoyez pas d'argent maintenant, une facture vous parviendra en avril, après le Défi.

Taxes et frais de transport applicables

ANNEXE II



Formulaire d'inscription des jeunes et des adultes au défi

1. Prénom _____
2. Nom _____
3. Sexe _____
 - Féminin
 - Masculin
4. Courriel _____
5. École _____
6. Région _____
7. Cégeps _____
8. Niveau _____
 - Secondaire 1
 - Secondaire 2
 - Secondaire 3
 - Secondaire 4
 - Secondaire 5
 - Cégep
 - Enseignant/Personnel
 - Autre
9. Je mange environ : ...portion(s) de fruits et légumes par jour
 - Aucune
 - 1 portion
 - 2 portions
 - 3 portions
 - 4 portions
 - 5 portions
 - 6 portions
 - 7 portions
 - 8 portions
 - 9 portions et plus

10. Je mange des repas de type « restauration rapide » (frites, boisson gazeuse, hot-dogs, pizza, etc...) au restaurant, à l'école ou à la maison environ :
- À chaque jour
 - Quelques fois par semaine
 - Quelques fois par mois
 - Quelques fois par année
 - Jamais
11. Je m'engage à relever le défi!
-

ANNEXE III



Questionnaire de participation postdéfi pour les écoles inscrites



Peluredebanane.com -
écoles inscrites

une initiative du Sport Étudiant

Les questions avec (*) sont obligatoires

1 * De quelle région votre école fait-elle partie?

2 * Quel est le niveau de votre école?

3 Quelle est votre fonction dans l'école?

- Responsable des sports
- Technicien(ne) en loisirs / animateur de la vie étudiante
- Infirmier / Infirmière
- Autres, spécifiez

4 Les dates auxquelles le Défi Peluredebanane.com a eu lieu cette année (30 mars au 3 avril 2009) étaient-elles adéquates?

- Oui
- Non, spécifiez quelle date serait adéquate:

5 Le délai entre la réception du matériel promotionnel et la semaine du Défi Peluredebanane.com était-il adéquat?

- Oui
- Non, spécifiez:



6 Veuillez indiquer votre degré d'appréciation du soutien apporté par le Sport Étudiant face au Défi Peluredebanane.com (matériel fourni, communication, site Internet, etc.)

Très apprécié	Apprécié	Indédis	Peu apprécié	Très peu apprécié
1	2	3	4	5

7 Quelle est votre appréciation de l'aspect loufoque du Défi Peluredebanane.com? (Banane-mascotte, capsules audio et vidéo, etc.)

Très apprécié	Apprécié	Indédis	Peu apprécié	Très peu apprécié
1	2	3	4	5

8 Le coût demandé pour participer au Défi Peluredebanane.com cette année était-il adéquat?

- Oui
- Non, précisez quel montant serait adéquat?

9 Veuillez indiquer le degré d'utilité des outils promotionnels suivants. Si vous n'avez pas utilisé un outil, indiquez « Ne s'applique pas ».

1 Très utile	2 Utile	3 Ni fun ni fautre	4 Peu utile	5 Pas du tout utile	6 Ne s'applique pas
Affiches					
1	2	3	4	5	6
Signets promotionnels					
1	2	3	4	5	6
Macarons					
1	2	3	4	5	6
T-shirts					
1	2	3	4	5	6
Protèges-bananes					
1	2	3	4	5	6
Coroplaste géant					
1	2	3	4	5	6

Bannière souple

1 2 3 4 5 6

- 10 Si le Défi Peluredebanane.com revient l'année prochaine, quelle serait votre intention d'inscrire de nouveau votre école au Défi?

Très probable	Probable	Indécis	Improbable	Très improbable
1	2	3	4	5

- 11 Suite à la participation de votre école au Défi Peluredebanane.com, croyez-vous qu'il est probable que des actions ou activités mises en place dans le cadre du Défi se poursuivent au cours de la prochaine année scolaire à l'école?

Très probable	Probable	Indécis	Improbable	Très improbable
1	2	3	4	5

- 12 Suite à la participation de votre école au Défi Peluredebanane.com, croyez-vous qu'il est probable que des actions ou activités dans le cadre du Défi, ou encore le Défi lui-même, aient une influence positive sur la consommation de fruits et légumes des jeunes participants d'ici la fin de l'année scolaire?

Très probable	Probable	Indécis	Improbable	Très improbable
1	2	3	4	5

- 13 Qu'est-ce que vous amélioreriez pour la prochaine édition du Défi Peluredebanane.com?

- Information reçue
- Outils offerts
- Coûts
- Dates (inscription, réception du matériel)
- Autres
- Expliquez vos choix:

Soumettre

ANNEXE IV



Questionnaire de participation postdéfi pour les écoles non inscrites



Peluredebanane.com -
écoles non-inscrites

Une initiative du Sport Étudiant

Les questions avec (*) sont obligatoires

1 * De quelle région votre école fait-elle partie?

2 * Quel est le niveau de votre école?

3 Quel est votre fonction dans l'école?

- Responsable des sports
- Technicien(ne) en loisirs / Animateur de la vie étudiante
- Infirmier / Infirmière
- Autre, précisez

4 Lors des éditions précédentes, s'il y a lieu, est-ce que votre école a déjà été inscrite au défi Peluredebanane.com?

- Oui
- Non
- Ne sait pas

5 Pour quelle(s) raison(s) votre école ne s'est-elle pas inscrite au défi Peluredebanane.com cette année?

- Je ne connais pas ce programme
- Ce programme ne m'intéresse pas
- Coût élevé pour l'inscription



- Manque de temps
- Personne pour s'en occuper à l'école
- Changement de responsable du Défi à l'école
- Autre , précisez

6 Si le défi revient l'année prochaine, quelle serait votre intention d'y inscrire votre école?

Très probable	Probable	Indécis	Improbable	Très improbable
1	2	3	4	5

Soumettre

ANNEXE V



Questionnaire de participation envoyé une semaine après le défi aux jeunes et adultes inscrits



Peluredebanane.com -
participants

Une initiative du Sport Étudiant

Les questions avec (*) sont obligatoires

1 Es-tu:

- Fille
 Gars

2 * Quelle est ta région?

3 * Quel est ton niveau d'étude?

4 Dans la journée d'hier, tu as consommé environ combien de portions de fruits
et légumes?

(Une portion est l'équivalent de la grosseur de ton poing ou d'une balle de
tennis)

- 0
 1
 2
 3
 4
 5
 6
 7
 8
 9
 10 et plus
-

- 5 As-tu réussi le Défi, c'est-à-dire manger un minimum de 6-8 portions de fruits et légumes par jour pendant la semaine du 30 mars au 3 avril?
- Oui (les 5 jours)
 - Presque (3-4 jours)
 - Pas tout à fait (1-2 jours)
 - Non

- 6 Quelle est ton intention, d'ici le prochain mois, de consommer un minimum de 6-8 portions de fruits et légumes par jour?

Très probable	Probable	Indécis	Improbable	Très improbable
1	2	3	4	5

- 7 As-tu apprécié participer au Défi?

Très apprécié	Apprécié	Indécis	Peu apprécié	Pas du tout apprécié
1	2	3	4	5

- 8 Est-ce que ton école a organisé des activités dans le cadre du Défi *Peluredebanane.com*

- Oui, des activités ont été organisées
- Il n'y a eu que de la promotion (affichage, messages à l'*audio Vox*, etc.)
- Non, il n'y a rien eu dans mon école
- Je ne sais pas

- 9 Indique ta satisfaction pour chacun des items suivants, en choisissant dans le menu déroulant l'énoncé approprié.

1 Très apprécié	2 Apprécié	3 Indécis	4 Peu apprécié	5 Pas du tout apprécié	6 Je ne l'ai jamais vu
Macaron					
1	2	3	4	5	6
Protège banane					
1	2	3	4	5	6
T-shirt					

1	2	3	4	5	6
Signet					
1	2	3	4	5	6

10 Si le Défi revient l'an prochain, quelle est ton intention de t'inscrire?

Très probable	Probable	Indécis	Improbable	Très improbable
1	2	3	4	5

11 Lequel des énoncés suivants correspond le mieux à ton utilisation du site Internet *Peluredebanane.com*?

- Je m'y suis seulement inscrit(e)
- Je m'y suis inscrit(e) et j'ai survolé quelques sections
- Je m'y suis inscrit(e) et j'ai regardé toutes les sections

12 Quelle est ton appréciation par rapport à l'apparence du site *Peluredebanane.com*?

Très appréciée	Appréciée	Indécis	Peu appréciée	Pas du tout apprécié
1	2	3	4	5

13 Selon toi, le site *Peluredebanane.com* est :

- Facile d'utilisation
- Plus ou moins facile d'utilisation
- Difficile d'utilisation

14 En ce qui concerne l'information disponible sur le site *Peluredebanane.com*, selon toi, elle est :

- Pertinente
- Plus ou moins pertinente
- Non pertinente
- Je n'ai pas consulté l'information disponible sur le site

15 Qu'as-tu le plus apprécié dans le site *Peluredebanane.com*?



- Section "Digère-moi ça"
- Section "Ingestion végétale"
- Vidéos
- Matériel à télécharger (sonneries, fonds d'écran, etc.)
- Je n'ai rien apprécié dans le site
- Je n'ai pas consulté le site
- Autre, spécifiez

16 Quelle est ton intention de revenir consulter le site *Peluredebanane.com* au cours de la prochaine année?

Très probable	Probable	Indécis	Improbable	Très improbable
<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5

ANNEXE VI



Questionnaire de participation envoyé six semaines après le défi aux jeunes et adultes inscrits



Peluredebanane.com -
participants

Une initiative du Sport Étudiant

Les questions avec (*) sont obligatoires

1 * Es-tu:

- Fille
- Gars

2 * Quelle est ta région?

3 * Quel est ton niveau d'étude?

4 * Dans la journée d'hier, tu as consommé environ combien
de portions de fruits et légumes?

(Une portion est l'équivalent de la grosseur de ton poing ou
d'une balle de tennis)

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10 et plus

5 * D'ici le mois prochain, as-tu l'intention de consommer un minimum de 6 à 8 portions de fruits et légumes par jour?

Très probable	Probable	Indécis	Improbable	Très improbable
<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5

6 * Depuis la fin du défi *Peluredebanane.com*, as-tu apporté des changements à ton alimentation? (Tu peux cocher plus d'une réponse)

- Oui, je mange plus de fruits
- Oui, je mange plus de légumes
- Oui, je mange plus de fruits et de légumes
- Oui, je mange moins de collation sucrées ou salées (croustilles, chocolat, gâteau, biscuit)
- Non, je n'ai pas fait aucun changement à mon alimentation
- Autres, spécifiez

7 * Depuis la fin du défi, es-tu retourné consulter le site *Peluredebanane.com*?

- Oui
- Non

Soumettre



ANNEXE VII



Schéma d'entrevue semi-dirigée pour les écoles participant au défi Peluredebanane.com depuis plusieurs années Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches

Introduction

1. Quel est votre titre dans l'école XXX?
2. Depuis combien de temps travaillez-vous à l'école XXX?
3. Parlez-moi de l'alimentation et de la nutrition à l'école XXX.
 - Politique alimentaire, règle pour les lunchs et collation
 - Endroit où mangent les jeunes
 - Autres projets/initiatives en alimentation à l'école
 - Alimentation dans les cours
 - École en santé

Défi Peluredebanane.com – Généralités

4. Est-ce que vous connaissez Peluredebanane.com?
 - Défi Peluredebanane.com plus particulièrement
5. Est-ce que l'école XXX s'est déjà inscrite au Défi Peluredebanane.com? (devrait normalement répondre oui)
 - Préciser si inscrite cette année (devrait répondre oui)
6. Cette année, est-ce bien vous le responsable de Peluredebanane.com à l'école XXX? Était-ce également lors des éditions précédentes? (Si non, demander si la personne est en mesure de répondre aux prochaines questions et si non, demander qui serait le mieux placé pour y répondre.)
7. Qu'est-ce qui vous motive ou vous incite à inscrire l'école XXX au Défi Peluredebanane.com à chaque année?
 - Raisons de participation
 - Ce qui est aimé dans le Défi
8. Cette année, est-ce que des activités sont planifiées dans le cadre du Défi Peluredebanane.com? Lesquelles?
9. Qui a participé ou participera à l'organisation des activités dans le cadre du Défi Peluredebanane.com?
 - Professeurs, intervenants écoles, comité d'étudiants, parents, etc.
10. Cette année et dans les années passées, quels sont les éléments qui aident ou ont aidé au bon déroulement du Défi Peluredebanane.com?
11. Actuellement, le Défi Peluredebanane.com se déroule de la fin mars au début avril, est-ce cette période vous semble adéquate?

12. Que pensez-vous de l'aspect loufoque du Défi Peluredebanane.com?

- Par exemple, la banane-mascotte, le grand prix qui est une cargaison de bananes, les capsules audio et vidéo, idées d'activités proposées

Défi Peluredebanane.com – Influence et pertinence

13. Depuis que l'école XXX participe au Défi Peluredebanane.com, est-ce que vous avez constaté des changements à l'école?

- Actions ou activités y ont été initiées et perdurent toujours à l'école
- Ces changements sont dus à quoi? (Pelure, Politique alimentaire, etc.)

14. Depuis que l'école XXX participe au Défi Peluredebanane.com, est-ce que vous avez constaté des changements chez les élèves?

- Changement d'attitude, changement dans la consommation de fruits et légumes
- Ces changements sont dus à quoi? (Pelure, Politique alimentaire, etc.)

15. Selon vous, est-ce que le Défi Peluredebanane.com répond bien au besoin des jeunes? De quelles façons?

- Est-ce que les jeunes l'apprécient et en retirent des bénéfices?

Défi Peluredebanane.com – Conclusions

16. Si le Défi Peluredebanane.com revient l'année prochaine, est-ce que vous pensez y inscrire à nouveau l'école XXX?

- a. Si oui, pour quelles raisons pensez-vous l'inscrire à nouveau?
- b. Si non, est-ce que quelque chose pourrait vous inciter à réinscrire l'école XXX au Défi?
 - Financement, aide du personnel

17. Quelles améliorations apporteriez-vous à Défi Peluredebanane.com?

18. En terminant, est-ce que vous avez d'autres commentaires ou suggestions à faire au sujet du Défi Peluredebanane.com?



ANNEXE VIII



Schéma d'entrevue semi-dirigée pour les écoles participant au défi Peluredebanane.com Saguenay–Lac Saint-Jean et Cantons-de-l'Est

Introduction

1. Quel est votre titre dans l'école XXX?
2. Depuis combien de temps travaillez-vous à l'école XXX?
3. Parlez-moi de l'alimentation et de la nutrition à l'école XXX.
 - Politique alimentaire, règle pour les lunchs et collation
 - Endroit où mangent les jeunes
 - Autres projets/initiatives en alimentation à l'école
 - Alimentation dans les cours
 - École en santé

Défi Peluredebanane.com – Généralités

4. Est-ce que vous connaissez Peluredebanane.com?
 - Défi Peluredebanane.com plus particulièrement
5. Est-ce que l'école XXX est inscrite au Défi Peluredebanane.com? (devrait normalement répondre oui)
6. Cette année, est-ce bien vous le responsable de Peluredebanane.com à l'école XXX? (Si non, demander si la personne est en mesure de répondre aux prochaines questions et si non, demander qui serait le mieux placé pour y répondre.)
7. Qu'est-ce qui vous a motivé ou incité à inscrire l'école XXX au Défi Peluredebanane.com?
 - Raisons de participation
 - Ce qui est aimé dans le Défi
8. Est-ce que des activités sont planifiées dans le cadre du Défi Peluredebanane.com? Lesquelles?
9. Qui a participé ou participera à l'organisation des activités dans le cadre du Défi Peluredebanane.com?
 - Professeurs, intervenants écoles, comité d'étudiants, parents, etc.
10. Quels sont les éléments qui aident au bon déroulement du Défi Peluredebanane.com à l'école?
11. Actuellement, le Défi Peluredebanane.com se déroule de la fin mars au début avril, est-ce cette période vous semble adéquate?
12. Que pensez-vous de l'aspect loufoque du Défi Peluredebanane.com?

- Par exemple, la banane-mascotte, le grand prix qui est une cargaison de bananes, les capsules audio et vidéo, idées d'activités proposées

Défi Peluredebanane.com – Conclusions

13. Si le Défi Peluredebanane.com revient l'année prochaine, est-ce que vous pensez y inscrire à nouveau l'école XXX?
 - a. Si oui, pour quelles raisons pensez-vous l'inscrire à nouveau?
 - b. Si non, est-ce que quelque chose pourrait vous inciter à réinscrire l'école XXX au Défi?
 - Financement, aide du personnel
14. Quelles améliorations apporteriez-vous à Peluredebanane.com?
15. En terminant, est-ce que vous avez d'autres commentaires ou suggestions à faire au sujet du programme ou du Défi Peluredebanane.com?



ANNEXE IX



Schéma d'entrevue semi-dirigée pour les écoles ayant cessé de participer au défi Peluredebanane.com Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches

Introduction

1. Quel est votre titre dans l'école XXX?
2. Depuis combien de temps travaillez-vous à l'école XXX?
3. Parlez-moi de l'alimentation et de la nutrition à l'école XXX.
 - Politique alimentaire, règle pour les lunchs et collation
 - Endroit où mangent les jeunes
 - Autres projets/initiatives en alimentation à l'école
 - Alimentation dans les cours
 - École en santé

Défi Peluredebanane.com – Généralités

4. Est-ce que vous connaissez Peluredebanane.com?
 - Défi Peluredebanane.com plus particulièrement
5. Est-ce que l'école XXX s'est déjà inscrite au Défi Peluredebanane.com? (devrait normalement répondre oui)
 - Préciser si inscrite cette année (devrait répondre non)
6. Pour quelles raisons l'école XXX ne s'est-elle pas inscrite au Défi Peluredebanane.com cette année?
 - Période de l'année est-elle convenable (semaine du Défi, inscription)
 - Même personne qui s'occupe du Défi année après année
 - Coût demandé
7. Dans les années passées, quels éléments aidaient au bon déroulement du Défi Peluredebanane.com?

Défi Peluredebanane.com – Influence et pertinence

8. Dans les années passées, est-ce que la participation de l'école XXX au Défi Peluredebanane.com a apporté des changements à l'école?
 - Actions ou activités y ont été initiées et perdurent toujours à l'école
 - Pensent plus à intégrer les fruits et légumes lors d'activités spéciales (rentrée, collations, fêtes, financement, etc.)
9. Dans les années passées, est-ce que la participation de l'école XXX au Défi Peluredebanane.com a apporté des changements chez les élèves?

- Changement d'attitude, changement dans la consommation de fruits et légumes

10. Selon vous, est-ce que le Défi Peluredebanane.com répond bien au besoin des jeunes? De quelles façons?

- Est-ce que les jeunes l'apprécient et en retirent des bénéfices?

Défi Peluredebanane.com – Conclusions

11. Si le Défi revient l'année prochaine, est-ce que vous pensez y inscrire à nouveau l'école XXX?

- c. Si oui, pour quelles raisons pensez-vous l'inscrire à nouveau?
- d. Si non, est-ce que quelque chose pourrait vous inciter à réinscrire l'école XXX au Défi?
 - Financement, aide du personnel

12. Quelles améliorations apporteriez-vous au Défi Peluredebanane.com?

13. En terminant, est-ce que vous avez d'autres commentaires ou suggestions choses à faire au sujet du Défi Peluredebanane.com?

ANNEXE X



Suivi de l'évaluation de la trousse Peluredebanane.com

Bonjour M. / Mme _____, je suis _____ de la Direction de santé publique de la Capitale-Nationale, mandaté pour l'évaluation du programme « Peluredebanane.com ». Je vous appelle au sujet de la trousse d'activités qui vous a été envoyée l'année dernière. Vous êtes supposé avoir en votre possession les deux premiers thèmes. L'objet de cet appel aujourd'hui est donc de s'assurer de l'exactitude de vos coordonnées, puisque les deux derniers thèmes (3 et 4) vous parviendront bientôt.

1. Êtes-vous la personne en charge de la trousse?
 - Oui (*passez à la question 2*)
 - Non, remise à quelqu'un d'autre (*Qui? Coordonnées?*)
-

- 1.1 Serez-vous en mesure de faire le suivi des prochains thèmes à cette personne?
 - Oui
 - Non
 - Ne sais pas
2. Cette trousse est-elle encore à votre disposition?
 - Oui
 - Non
 - Ne sais pas

J'aimerais recueillir vos commentaires concernant cette trousse. Votre participation nous apportera une aide précieuse. Auriez-vous 5 à 10 minutes pour répondre à mes questions?

3. a) Tout d'abord, êtes-vous la bonne personne à qui envoyer les prochains thèmes?
 - Oui
 - Non
 - Ne sais pas

b) **Sinon**, à qui les prochains thèmes devraient être envoyés?

4. a) Avez-vous consulté les premiers thèmes contenus dans la trousse?
 - Oui, en entier (*passez à la question 5*)
 - Oui, en partie (*passez à la question 5*)
 - Non

b) **Sinon**, pour quelle(s) raison(s)?

- c) Pensez-vous les consulter d'ici mars-avril?
- Oui
 - Non
 - Ne sais pas

(passez à la question 7)

5. a) Avez-vous utilisé la trousse pour planifier des activités ou utilisé le matériel inclus dans la trousse jusqu'à maintenant?
- Oui ***(passez aux questions b et c)***
 - Non ***(passez à la question d)***

- b) **Si oui**, quelle activité ou quelles activités ou quelle(s) affiche(s) avez-vous choisie(s) et à quel moment les avez-vous réalisées?

- c) Est-ce que des élèves ou collègues vous ont aidés à la réalisation des activités?
- Oui
 - Non
 - Ne s'applique pas

(passez à la question 6)

- d) **Sinon**, pour quelle(s) raison(s)?

- e) Avez-vous l'intention d'utiliser la trousse pour planifier des activités d'ici mars-avril?
- Oui
 - Non
 - Ne sais pas

(passez à la question 7)

6. La prochaine question cherche à connaître votre opinion sur les **activités réalisées** dans la trousse et vous devez répondre si vous êtes en accord ou en désaccord avec l'énoncé.
(Ne pas nommer le « indécis »)

- a) Les activités ont été intéressantes pour les jeunes, êtes-vous
- Tout à fait d'accord
 - D'accord
 - Indécis
 - Pas d'accord
 - Pas du tout d'accord
 - Ne s'applique pas

(Si en désaccord)

Laquelle ou lesquelles de activité(s) n'ont pas semblé intéressantes et pourquoi?

7. Prévoyez-vous faire circuler la trousse auprès de d'autres personnes de l'école?
- Oui (**Quelles seront ces personnes?**)
 - Non
 - Ne sais pas

8. Avez-vous d'autres commentaires/suggestions?

Le questionnaire est maintenant terminé. Les informations que vous nous avez fournies seront très utiles pour le Sport Étudiant. Merci beaucoup d'avoir pris le temps de me répondre.

ANNEXE 11



Description de l'alimentation dans les écoles inscrites au défi et ayant participé aux entrevues

Dans les écoles participant au défi

	Écoles secondaire s Q-CA	Écoles secondaires autres régions	Institution s collégiales Q-CA
Cafétéria et dîner			
Virage santé à la cafétéria (réalisé avant ou après la politique-cadre gouvernementale)	4	3	
Restaurants rapides près de l'école surtout fréquenté le vendredi	1		
Moitié/majorité des élèves mangent à l'école (à la cafétéria ou avec leur lunch) et les autres retournent surtout à la maison	3	2	
Plusieurs élèves vont dans les dépanneurs sur l'heure du dîner	1		
La cafétéria était plus achalandée avant le virage santé	1		
Virage santé est une première étape, il y a encore place à l'amélioration	1		
Menus mal adaptés suite au virage santé	1		
Machines distributrices sans aliments camelotes		1	
Machines distributrices avec aliments camelotes			1
Peu d'élèves vont dans les restaurants sur l'heure du dîner car ils sont loin de l'école		2	
Services alimentaires séparés en plusieurs comptoirs ou lieux : sandwiches, salade, friture, menu du jour (santé)			4
Identification d'aliments santé dans machines distributrices et zones santé dans les services alimentaires			1
Services alimentaires essaient d'assainir l'offre de la cafétéria et des machines distributrices			1
Activités en alimentation / santé			
Journée sur saines habitudes de vie / congrès santé / défi santé / kiosque sur la nutrition	1	1	2
Aucune activité sauf affichage sur la nutrition	1		
Petits déjeuners, collations et soupe populaire (aide des banques alimentaires) car milieu défavorisé	1		
Déjeuner et dîner organisé régulièrement	1	1	1
Mois de la nutrition : collation santé, déjeuner,	1	2	

opération boîte à lunch, film sur alimentation, activité physique			
Comité Bien dans sa tête, bien sans sa peau fait activité en alimentation		1	
Présence d'un comité santé		1	1
École a une vision sur les saines habitudes de vie et le mieux-être		1	
Alimentation dans le cursus scolaire			
Abordée dans les cours d'éducation physique	1	2	
Abordée dans les cours de science	1	2	
Ne sait pas si abordée ou ne sait pas dans quel cours	1	1	
Autres			
Jeunes font attention à ce qu'ils mangent	1		
On devrait rendre les jeunes autonomes à faire des choix plutôt que de leur imposer des choix	1		

Dans les écoles ayant cessé de participer au défi

	n
Virage santé à la cafétéria (réalisé avant ou après la politique-cadre gouvernementale)	3
Un comité travaille sur les menus de la cafétéria	1
Moitié/majorité des jeunes mangent à l'école (à la cafétéria ou avec leur lunch)	3
Mois de la nutrition : kiosque, semaine santé, autres activités	2
Alimentation abordée dans les cours d'éducation physique	1
Alimentation abordée dans les cours : enseignement du GAC, atelier nutrition	2
Ne sait pas si alimentation abordée dans les cours	1

