

# « Famille au jeu » : promotion de l'activité physique familiale en milieu municipal

Gilles HARVEY  
*Département de kinanthropologie  
Université du Québec à Montréal*  
Luc MOREL  
et Brigitte BROSSARD  
*Kino-Québec  
Unité de santé publique  
Hôpital Charles-Lemoyne*

## HISTORIQUE

Le projet de promotion de l'activité physique familiale en milieu municipal « Famille au Jeu » fut réalisé en collaboration avec Kino-Québec et le Regroupement québécois du loisir municipal. Initié en 1990, il donne suite à deux recommandations du Secrétariat à la famille contenues dans le Plan d'action en matière de politique familiale 1989-1991<sup>1a</sup>, se lisant comme suit :

- Promouvoir une approche familiale auprès de ses mandataires et des municipalités dans l'offre de services des activités culturelles et de loisir et favoriser le développement de services afin de faciliter aux parents l'accès aux activités culturelles et de loisirs ;
- Produire des guides à l'intention des municipalités portant sur les activités et les équipements des secteurs du loisir et de la culture, sur le loisir familial... ainsi que sur la pratique familiale de l'activité physique.

## CADRE THÉORIQUE

L'enquête Santé Québec réalisée en 1987 met en évidence la diminution de la pratique de l'activité physique chez les personnes âgées de 25 à 44 ans ayant des responsabilités familiales<sup>2</sup>. Cette diminution a également été constatée chez les jeunes de 9 à 17 ans<sup>3</sup>. Ainsi, l'adoption de saines habitudes de vie, incluant la pratique régulière d'activités physiques, serait encouragée chez les jeunes si leurs parents adoptaient de tels comportements<sup>4,5</sup>.

Le milieu familial est considéré comme essentiel dans le développement de saines habitudes de vie chez les enfants<sup>4,5,6</sup>. Les adultes ont une influence prépondérante sur les comportements et les attitudes de leur unité familiale. En effet, les enfants ne peuvent adopter des comportements favorables à leur santé et à leur sécurité sans un support et un renforcement familial<sup>6</sup>. Une intervention centrée sur la famille peut ainsi produire des changements à long terme dans les habitudes d'alimentation et de pratique d'activités physiques<sup>7</sup>. L'activité physique en famille constitue également un excellent loisir et crée un support social aidant parents et enfants à prendre un engagement à long terme pour améliorer leur condition physique et leur qualité de vie<sup>5</sup>.

La famille est de plus en plus présente au sein des préoccupations gouvernementales, tant au niveau provincial que municipal, comme en font foi les politiques familiales. Le plan d'action 1992-1994 du Secrétariat à la famille (1992)<sup>1b</sup> suggère, parmi ses objectifs, de « faciliter l'accessibilité physique et financière aux activités culturelles, touristiques et de loisirs pour la famille », et fait ressortir la nécessité de favoriser le développement de la pratique familiale de l'activité physique.

De plus, il est souvent constaté que les adultes ayant de jeunes enfants attendent passivement pendant que ces derniers participent à des activités physiques et de loisirs.<sup>8</sup> Il est donc important que les parents aient l'occasion de pratiquer des activités physiques durant ces périodes d'attente.

Dans ce secteur, les municipalités constituent un partenaire privilégié dans l'offre de services en matière de loisir auprès de la population adulte québécoise. Au Québec, des études de besoins<sup>8,9,10</sup> démontrent que les parents souhaitent que des programmes d'activité physique pour la famille soient proposés par le service des loisirs de leur municipalité. De leur côté, les intervenants en loisir souhaitent obtenir un appui pour développer de tels programmes<sup>9</sup>. Il est toutefois important de préciser que les municipalités demeurent les maîtres d'œuvre dans l'implantation de programmes et dans le choix des moyens ou des actions qu'elles décideront d'entreprendre<sup>11</sup>.

L'ensemble de ces considérations met en évidence l'importance d'offrir et d'implanter un programme de promotion de l'activité physique familiale en milieu municipal tel « Famille au Jeu », et d'en évaluer l'influence auprès de la population familiale et des services de loisirs municipaux.

## OBJECTIF DE L'ÉTUDE

L'objectif général de cette étude visait donc à rendre plus actifs les adultes de 24-45 ans dont les obligations familiales constituent un obstacle à la pratique régulière d'activités physiques.

Plus spécifiquement, les stratégies utilisées devaient favoriser la pratique familiale d'activités physiques et fournir un soutien aux municipalités pour offrir des programmes et services reliés à l'activité physique familiale.

## DESCRIPTION GÉNÉRALE DE L'ÉTUDE

Dans un premier temps, une étude des besoins conduite auprès de la population parentale de six municipalités du Québec a permis de préciser les modalités de pratique actuelle et désirée, et l'intérêt des parents à pratiquer des activités physiques en famille, de définir les facteurs facilitateurs et les barrières à la pratique d'activités physiques familiales et, finalement, d'évaluer l'influence de certains paramètres socio-démographiques sur la pratique d'activités physiques familiales. Cette étude fut complétée par un sondage qui visait à évaluer les besoins et les contraintes rencontrés par les intervenants municipaux pour favoriser l'activité physique familiale. Cette première étape devait mener à l'élaboration d'un cadre de référence suggérant aux responsables des services des loisirs dix pistes d'intervention pour favoriser l'offre et la promotion d'activités physiques familiales.

Dans un second temps, l'étude des besoins ainsi que l'évaluation du processus d'implantation de ce programme dans les six municipalités concernées ont permis de définir les caractéristiques de ces municipalités et de leurs services de loisirs qui avaient une influence sur la mise en œuvre des pistes d'intervention proposées, les stratégies utilisées pour appliquer ces pistes d'intervention et, enfin, les conditions de réussite de l'implantation du programme « FAJ » en milieu municipal.

## MÉTHODOLOGIE

### 1. Étude des besoins

Les adultes âgés de 25 à 44 ans, ayant charge d'enfants, constituent la population cible de cette étude. Les besoins de cette population en matière de pratique d'activités physiques à caractère familial furent évalués à l'aide d'un questionnaire administré par la poste à 2455 parents de la Montérégie et à 975 parents du Bas – Saint-Laurent. Ces parents furent sélectionnés aléatoirement à partir de listes informatisées obtenues auprès des commissions scolaires des municipalités choisies. Un rappel fut effectué trois semaines après l'envoi initial du questionnaire.

#### *Instrument de mesure*

Le questionnaire élaboré pour cette étude s'est inspiré d'instruments conçus pour l'évaluation des habitudes de pratique d'activité physique<sup>12,13,14</sup>. Composé de 20 questions, il visait à recueillir des informations réparties selon sept grands objectifs : l'intérêt des parents pour la pratique d'activités physiques avec leurs enfants, les activités physiques familiales pratiquées actuellement et celles souhaitées, le contexte et les conditions dans lesquelles les parents souhaiteraient pratiquer ces activités, les facteurs facilitateurs et les obstacles rencontrés pour la pratique régulière d'activités physiques familiales. Des questions additionnelles concernaient les variables démographiques de la population cible.

#### *Analyse statistique*

Une analyse par la méthode du chi-carré sur des tableaux de contingence fut utilisée pour les variables catégorielles, tels les obstacles et les facilitateurs reliés à la pratique de l'activité physique familiale, afin de déterminer leur association avec certaines variables clés de l'étude, tels le revenu familial, l'âge moyen des enfants, la structure du ménage et la pratique actuelle d'activités physiques avec les enfants.

Ensuite l'analyse de variance fut appliquée à des variables continues, telles que l'âge des enfants, afin de noter l'existence de différences significatives sur les scores moyens entre certains sous-groupes particuliers, tels que le niveau d'intérêt des parents à pratiquer des activités physiques avec leur(s) enfant(s).

## 2. Évaluation du processus d'implantation de « FAJ »

### *Portrait municipal*

Un portrait initial des six municipalités ayant participé à l'étude de besoins fut dressé afin de préciser leurs caractéristiques et de pointer celles qui pourraient influencer la mise en œuvre des pistes d'intervention. Un questionnaire auto-administré fut complété par les responsables désignés dans chacune des municipalités. Il comportait 28 questions (ouvertes et semi-ouvertes) distribuées selon six sections : contexte politique, ressources humaines du service des loisirs, ressources budgétaires de la municipalité et du service des loisirs, ressources matérielles et physiques de la municipalité relative aux activités physiques, caractéristiques relatives aux activités physiques familiales et données sociodémographiques (recueillies à même les registres de Statistique Canada).

Un groupe de discussion fut formé avec les responsables municipaux afin de déterminer, parmi l'ensemble des caractéristiques relevées, celles qui pouvaient influencer l'implantation de « FAJ » et la mise en œuvre des pistes d'intervention.

### *Stratégies de mise en œuvre des pistes d'intervention*

Les stratégies de mise en œuvre des pistes d'intervention furent recueillies à l'aide d'un journal de bord complété également par le responsable du programme dans les municipalités.

Ce journal comportait dix questions ouvertes relatives à l'application de chacune des pistes d'intervention proposées (ressources engagées, activités réalisées, concertation établie, clientèle ciblée, problèmes rencontrés, propositions, commentaires, etc.).

Le journal de bord fut recueilli à trois reprises à des intervalles de quatre à cinq mois : janvier à avril 1992, mai à septembre 1992 et de octobre 1992 à janvier 1993. À la suite de chacune de ces périodes, une rencontre avec le comité aviseur permettait de recueillir des commentaires et des précisions additionnels relativement à la mise en œuvre des différentes pistes d'intervention.

### *Conditions de réussite*

Une consultation sous forme de groupe de discussion fut réalisée auprès des six responsables municipaux afin de définir les conditions de réussite de l'implantation de « FAJ ».

## RÉSULTATS

### 1. Étude des besoins

#### *Taux de réponse et profil des répondants*

Le taux de réponse au questionnaire fut de 34 %. Les répondants, dont l'âge moyen se situait à 39,9 ans, étaient principalement des mères (63 %) et des membres de familles biparentales (90 %). La grande majorité de ces familles avaient deux enfants (54 %) dont l'âge variait entre 6 et 12 ans (54,8 %). Le revenu familial se situait le plus fréquemment dans les catégories de 30 000 \$ à 44 000 \$ (Bas - Saint-Laurent) et de 45 000 \$ à 59 000 \$ (Montréal). La scolarité moyenne des parents était de 13,5 ans.

#### *Intérêt pour la pratique d'activités physiques familiales*

Selon les résultats de l'enquête, bien qu'en général les parents participent davantage à des activités physiques de façon individuelle, la très grande majorité des parents consultés indiquèrent être assez ou très intéressés à pratiquer des activités physiques avec leurs enfants (88,5 %). L'intérêt des parents à pratiquer des activités physiques en compagnie de leurs enfants augmente lorsque les enfants deviennent plus âgés et cet intérêt est plus marqué chez les parents qui pratiquent déjà de telles activités. Parmi les parents consultés, 23,5 % pratiquent une activité physique avec leurs enfants au moins une fois par semaine tandis que 43,4 %, moins d'une fois par mois.

Les résultats indiquent également que les parents souhaitent pratiquer des activités physiques individuellement pendant que leurs enfants pratiquent leur propre activité (forme simultanée) dans une proportion de 66 %, ainsi que des activités familiales libres (sans encadrement ni moniteur) dans une proportion équivalente de 64,6 %. Selon les analyses statistiques, il appert que l'intérêt à pratiquer une activité physique familiale libre est plus élevé lorsque la pratique actuelle d'activité physique des parents est plus élevée. Ce fait est observé autant chez les familles monoparentales que chez les familles biparentales. De même, l'intérêt pour la pratique des activités physiques simultanées est plus grand lorsque l'âge des enfants augmente.

Dans les deux situations, nous constatons que les activités familiales libres et simultanées sont privilégiées par les parents qui rapportent un intérêt plus marqué à pratiquer des activités physiques avec leurs enfants.

### Conditions privilégiées par les parents

Les analyses statistiques indiquent que les répondants préfèrent pratiquer des activités physiques familiales en plein air (66 %), à caractère non compétitif (86 %) et à des périodes horaires spécifiques (60 %).

Les activités habituellement pratiquées par un ou les deux parents avec les enfants sont la bicyclette (71,0 %), la marche (59,3 %), la natation en piscine extérieure (48,6 %), le patinage sur glace (42,7 %) et les jeux de balle ou ballon (32,9 %). Ils souhaiteraient également pratiquer des sports de raquette (tennis, etc.) (21,6 %), la bicyclette (20,7 %), le ski de randonnée (20,4 %), la natation en piscine intérieure (19,1 %) ainsi que des activités adaptées pour la famille et animées par un moniteur (18,2 %).

TABLEAU 1

*Facteurs qui pourraient faciliter la pratique d'activités physiques familiales selon l'ensemble des municipalités*

Facteurs facilitateurs*	Proportion (en pourcentage)
• Offrir des activités physiques conçues pour la famille.	74,4
• Offrir un abonnement familial annuel à un coût abordable.	73,4
• Donner accès aux activités physiques selon des horaires plus flexibles.	68,8
• Offrir des activités pour les parents en même temps que les activités pour les enfants.	63,3
• Donner plus d'information sur les programmes et projets d'activités physiques destinés à la famille.	63,1
• Fournir des installations plus variées.	59,0
• Offrir aux parents l'accès aux installations ou aux équipements pendant que les enfants suivent des cours.	54,1
• Fournir un service de location d'équipement.	50,7
• Offrir des services d'animation pour les enfants.	51,8
• Améliorer les installations sur les lieux des activités.	49,9
• Donner la possibilité de participer avec d'autres familles.	45,4
• Organiser un club d'activités familiales.	43,5
• Fournir plus de renseignements sur les avantages des activités physiques.	38,5
• Offrir du transport organisé.	29,7
• Fournir un service de garderie sur place.	26,6
• Offrir des aménagements pour personnes handicapées.	11,5

\* Facteurs qui aideraient modérément ou beaucoup les familles.

### *Facilitateurs et obstacles à la pratique d'activité physique familiale*

L'offre par les municipalités d'activités physiques conçues pour la famille (74,4 %), d'un abonnement familial annuel à coût abordable (73,4 %), d'un accès à des activités physiques selon un horaire plus flexible (68,8 %) et d'activités physiques de type simultané (63,3 %) favoriseraient la pratique familiale d'activités physiques (tableau 1). Le manque de temps en raison du travail ou des études (62,7 %) et des obligations familiales (55,3 %) ainsi que le coût des activités (37,5 %) constitueraient les obstacles les plus fréquemment rapportés. (tableau 2). Ces obstacles sont davantage relevés par les parents présentant moins d'intérêt à pratiquer des activités physiques avec leurs enfants.

TABLEAU 2

*Barrières reliées à la pratique d'activités physiques familiales selon l'ensemble des municipalités*

Barrières	Proportion (en pourcentage)
• Manque de temps en raison du travail ou des études	62,6
• Manque de temps en raison des obligations familiales	55,3
• Coût trop élevé	45,9
• Horaire des activités	37,5
• Habileté ou intérêt des parents différents de ceux des enfants	32,5
• Activités familiales non disponibles	28,8
• Manque d'installations à proximité	30,8
• Enfants d'âges différents	26,1
• Manque de temps en raison d'autres intérêts	26,7
• Manque d'énergie	24,6
• Âge des enfants	22,4
• Installations inadéquates	24,2
• Manque de soutien de la part du conjoint ou des amis	18,3
• Manque de services de garderie	13,3
• Problèmes reliés au transport	13,2
• Aucun moniteur disponible	12,6
• Raison de santé	8,4





Le tableau 3 présente certaines caractéristiques du service des loisirs de ces municipalités. Le budget des services des loisirs (total des activités récréatives et culturelles) est présenté en première partie de ce tableau. À l'exception de la municipalité « 4 », une part du budget du service des travaux publics touchait directement les aménagements et équipements relatifs aux activités physiques. La proportion du budget du loisir par rapport au budget de la ville variait entre 12 % et 17 %.

Comme l'indique également ce tableau, toutes les municipalités ont indiqué conclure des ententes avec au moins un partenaire pour l'utilisation, par la ville, d'équipements ou de services pour les activités physiques.

Finalement, le mode de financement des activités offertes se faisait principalement sous forme d'autofinancement des programmes par l'utilisateur.

TABLEAU 4

*Caractéristiques relatives aux activités physiques familiales*

Caractéristiques	1	2	3	4	5	6
Présence d'un responsable du dossier de l'activité physique familiale	oui	oui	oui	non	oui	oui
• temps consacré par rapport à l'ensemble des autres dossiers	peu	moyen	moyen	–	moyen	moyen
Présence d'une politique de tarification familiale	non	non	oui	non	non	non
Présence de réductions familiales pour certains programmes	oui	oui	oui	oui	oui	oui
Ententes avec partenaires						
• organismes sans but lucratif (n <sup>bre</sup> )	–	4	1	1	5	1
• organismes privés (n <sup>bre</sup> )	–	–	–	–	3	–

Le tableau 4 présente la répartition de certaines caractéristiques relatives aux activités physiques familiales au sein des municipalités.

On remarque que certains membres du personnel des six services des loisirs étaient engagés dans le dossier de l'activité physique familiale. Pour cinq services, un responsable était délégué pour ce dossier. Le personnel consacrait peu ou moyennement de temps au dossier de l'activité physique familiale par rapport aux autres dossiers.

Nous constatons également qu'une seule municipalité était dotée d'une politique de tarification familiale. Par contre, les municipalités offraient toutes des réductions familiales pour certains programmes libres tels que le tennis libre, le badminton libre, le bain libre et le patin. Cinq municipalités concluaient également des ententes avec des partenaires pour l'offre d'activités destinées à la famille.

Parmi les caractéristiques décrites précédemment, les intervenants municipaux ont précisé que la moyenne du revenu familial brut annuel, la proportion des familles monoparentales, ainsi que la présence de communautés culturelles pouvaient influencer la mise en œuvre des pistes d'intervention, particulièrement en ce qui concerne la tarification et l'offre d'activités physiques.

La présence d'un responsable du dossier « FAJ » au sein du service des loisirs, qui se verrait attribuer du temps à consacrer à ce programme, ainsi que l'établissement d'ententes avec les partenaires du milieu seraient les caractéristiques qui exerceraient une influence prépondérante sur la mise en œuvre des pistes d'intervention.

## TABLEAU 5

### *Pistes d'intervention*

- 
1. Promouvoir le programme « Famille au Jeu ».
  2. S'il y a lieu, intégrer « Famille au Jeu » dans la politique familiale de la municipalité.
  3. Favoriser l'accessibilité à des équipements pour l'offre d'activités physiques familiales de type libre en privilégiant les activités de plein air.
  4. Favoriser l'accessibilité à des aires rapprochées pour les activités physiques simultanées, en privilégiant les activités les plus populaires auprès des familles.
  5. Planifier et offrir une programmation d'activités familiales en privilégiant les activités libres et simultanées les plus populaires auprès des familles (bicyclette, sports de raquettes, ski de fond, natation, etc.).
  6. Informer la population des programmes et projets d'activités physiques destinés à la famille.
  7. Faciliter l'accessibilité financière aux activités et services par des mesures incitatives de tarification familiale.
  8. Offrir des services d'appoint à la famille.
- 

### *Pistes d'intervention*

Les informations recueillies à l'aide du journal de bord sur la mise en œuvre des pistes d'intervention révèlent que les municipalités ont développé des stratégies différentes, selon leurs besoins propres ainsi que

les aménagements et équipements disponibles. L'ensemble de ces informations est présentée de façon détaillée dans le rapport d'évaluation<sup>15</sup>. Un résumé des stratégies mises en œuvre apparaît ci-dessous pour les huit pistes d'intervention retenues et dont les titres sont présentés au tableau 5.

*Piste 1.* Sensibilisation à « FAJ » des élus municipaux, du personnel du service des loisirs, des organismes communautaires et de la population au moyen de documents, de rencontres, de communiqués dans les médias locaux ou la revue municipale et par l'utilisation d'un logo identifiant les activités physiques familiales.

*Piste 2.* Intégration de « FAJ » dans la politique familiale municipale élaborée dans le cadre de « VVS » (Villes et Villages en Santé) et mise sur pied de comités de concertation pour l'actualisation de « FAJ ».

*Piste 3.* Réflexion amorcée, en fonction de la clientèle familiale, sur le potentiel des équipements et l'utilisation des aménagements existants. Aménagement ou développement d'équipements de plein air. Modification des horaires pour les activités offertes à la famille en fonction d'une meilleure accessibilité.

*Piste 4.* Utilisation et développement du secteur plein air pour favoriser l'accessibilité à des aires rapprochées pour la pratique des activités physiques simultanées. Ajout d'espaces d'animation pour enfants, ajustement de la programmation horaire afin de permettre une pratique simultanée d'activités sportives ou une pratique simultanée d'une activité culturelle et sportive.

*Piste 5.* Les municipalités ont renforcé la programmation existante ou l'ont réorientée en fonction des activités les plus populaires auprès des familles, et cela sans investir de nouvelles ressources.

*Piste 6.* Identification des activités physiques familiales par un logo distinctif. Promotion des activités et aménagements pour la famille par l'intermédiaire du bottin municipal, de feuillets dans les écoles ou de communiqués dans les médias.

*Piste 7.* L'accessibilité aux activités et aux services est facilitée par différentes stratégies selon les politiques municipales : gratuité pour certaines activités ponctuelles, tarification réduite ou cartes familiales pour un ensemble d'autres.

*Piste 8.* Services de garderie, de prêt, de vente ou d'échange d'équipements sportifs en collaboration avec des organismes communautaires. Élaboration de contrats de gestion avec des centres privés pour un centre de plein air prévoyant un service de location d'équipements à un tarif familial.

TABLEAU 6

*Conditions de réussite*

- 
1. Tirer avantage du contexte actuel favorable aux dossiers de la santé, de la famille et de l'activité physique familiale.
  2. Sensibiliser les élus municipaux au programme « Famille au Jeu » dès l'adhésion afin d'obtenir leur appui.
  3. Sensibiliser et concerter les organismes du milieu concernés par le dossier « Famille au Jeu » afin d'obtenir leur collaboration.
  4. Rattacher « Famille au Jeu » aux politiques et orientations de la municipalité et de son service des loisirs.
  5. Désigner un porteur du dossier « Famille au Jeu » au sein du service de loisir.
  6. Sensibiliser et engager les intervenants du service pouvant être concernés par « Famille au Jeu », tels les secteurs aquatique, socioculturel, communautaire, sport, plein air et parcs.
  7. Préparer un plan d'action « Famille au Jeu » et le réaliser en s'associant aux partenaires du milieu concernés par la famille.
  8. Mobiliser les ressources humaines, physiques, financières nécessaires au développement de « Famille au Jeu » à partir des ressources actuelles du service des loisirs ou en s'adjoignant des partenaires du milieu.
  9. Mettre en œuvre des actions réalisables à court terme et peu coûteuses.
  10. Participer au mécanisme d'échange d'expériences vécues par d'autres municipalités : membres de « Famille au Jeu ».
- 

*Conditions de réussite*

Les commentaires recueillis dans le journal de bord, lors des rencontres du comité aviseur et lors de la rencontre tenue sous forme de groupe de discussion, ont permis de définir dix conditions pouvant augmenter les chances de succès de « FAJ ». Ces conditions sont énumérées au tableau 6. Les sept premières conditions sont réparties selon l'environnement externe, municipal ou du service des loisirs, alors que les trois dernières concernent la mise en œuvre et l'actualisation du programme « FAJ ». Ces conditions sont également présentées de façon détaillées dans le rapport d'évaluation<sup>15</sup>.

## DISCUSSION

## 1. Étude des besoins

L'intérêt des parents à pratiquer des activités physiques en compagnie de leurs enfants, soit sous forme simultanée soit en famille, est clairement

démonstré dans cette étude. Les conditions privilégiées pour de telles activités sont qu'elles se pratiquent en plein air, sans encadrement ni moniteur, qu'elles soient de nature non compétitive et menées à des heures fixes. Exception faite de l'horaire, l'enquête Campbell<sup>14</sup> fait également ressortir les notions d'encadrement et de compétitivité. Cependant, cette enquête s'adressait davantage à la personne qu'à la famille. Par contre, on y indique que les compagnons d'exercice sont parfois des jeunes de niveaux primaire et secondaire, donc les enfants.

Chez les répondants, 23,5 % pratiquent actuellement une activité physique avec leurs enfants au moins une fois par semaine, alors que 43 % le font moins d'une fois par mois. Ce dernier pourcentage, supérieur à ceux des enquêtes Campbell et Santé Canada<sup>13,14</sup>, confirme les données de l'enquête Santé Québec<sup>2</sup> indiquant que les parents pratiquent moins d'activités physiques que les adultes sans enfant.

La bicyclette, la marche et la natation sont les activités les plus pratiquées. Les études de Gagnon<sup>10</sup> et Campbell<sup>14</sup> indiquent ces mêmes préférences. Tout comme dans l'étude de Gagnon<sup>10</sup>, nos répondants souhaitent continuer à pratiquer leurs activités actuelles tout en manifestant de l'intérêt pour d'autres activités.

Le manque de temps semble constituer la contrainte majeure à une pratique régulière d'activités physiques familiales. Ce facteur fut également mis en évidence dans une enquête du MLCP<sup>2</sup> et par une étude de Steinhart et Dishman<sup>16</sup>. Par contre, des activités physiques conçues pour la famille ainsi qu'un abonnement familial à un coût abordable constitueraient des facteurs facilitant l'atteinte des objectifs fixés. Ces éléments corroborent les recommandations énoncées dans le guide du MLCP<sup>2</sup>.

## 2. Processus d'implantation de « FAJ »

La plupart des études concernant l'activité physique familiale et communautaire analysent la pratique effective ainsi que les conditions de pratique de l'activité physique<sup>12,17</sup>. Notre approche se distingue en ce qu'elle intervient auprès des municipalités qui sont les maîtres d'œuvre dans l'offre de programmes et de services à la population<sup>9</sup>.

Les données démographiques de la population parentale consultée correspondent à celles recueillies par Gagnon<sup>10</sup> à partir des données de Statistique Canada sur la segmentation de la population québécoise en 1986. Parmi ces données, le statut familial, le revenu et l'origine culturelle peuvent être déterminants lorsqu'il s'agit de définir les politiques de tarification, d'autofinancement et d'accessibilité à des programmes et à des aménagements.

## ***Caractéristiques des municipalités et des services des loisirs***

L'adhésion d'une municipalité à un programme comme « FAJ » peut dépendre du contexte politique, car les élus municipaux doivent décider des priorités dans l'octroi des crédits budgétaires au service des loisirs. La présence, au sein du conseil municipal, d'un répondant pour les dossiers loisir et famille ainsi que l'existence d'une politique familiale écrite constituent des facteurs facilitateurs. L'adhésion de la municipalité au réseau « Villes et Villages en Santé » peut également constituer un facteur prédisposant à l'intégration de « Famille au Jeu ».

Les caractéristiques du service des loisirs constituent un indicateur cible dans l'implantation de « Famille au Jeu ». S'ils ne possédaient pas les ressources financières, humaines et matérielles suffisantes, ils auraient certainement moins de possibilités d'utiliser efficacement « Famille au Jeu », même si ce concept ne nécessite pas l'ajout d'aménagements coûteux. La présence d'un responsable de ce dossier à l'intérieur du service des loisirs est un facteur clé pour la bonne marche du programme.

### ***« Famille au Jeu » et promotion de la santé***

Les politiques gouvernementales de santé, tant fédérales que provinciales, préconisent des actions concrètes en promotion de la santé. « Famille au Jeu » s'inscrit parfaitement dans ces orientations de soutien à la création de milieux de vie favorables et d'harmonisation avec les politiques publiques et les actions en faveur de la santé. Dans cette démarche, le programme « Famille au Jeu » rencontre les objectifs établis dans la charte d'Ottawa pour la promotion de la santé<sup>18</sup>.

« Famille au Jeu » est également un programme basé sur la concertation entre les milieux de la recherche universitaire, les organismes de la santé et du loisir ainsi que le milieu municipal. Ceci concorde avec un rapport de l'Association pour la Santé publique du Québec (ASPQ) qui stipule « qu'il faut des actions concertées et mobilisantes pour influencer le niveau de santé et de bien-être de l'ensemble de la population »<sup>19</sup>. Pour l'ASPQ, les actions menées par des organismes communautaires ont davantage de chances de réussite que les actions individuelles ou isolées. De plus, en milieu municipal, la concertation avec les organismes communautaires et privés peut constituer une solution intéressante pour offrir des services et des aménagements appropriés à la pratique d'activités physiques familiales.

### ***Pistes d'intervention : stratégies municipales***

L'évaluation du processus d'implantation de « Famille au Jeu » au sein de six municipalités du Québec a permis de valider huit pistes d'intervention

suggérées par suite de l'étude de besoins auprès de la population et d'intervenants municipaux en loisir<sup>9</sup>. Les municipalités visées avaient ainsi l'occasion d'adopter des stratégies qui leur étaient propres et de mettre sur pied des projets concrets pour développer la pratique d'activités physiques familiales dans leur milieu. Notre étude démontre d'ailleurs beaucoup d'initiative et de créativité à ce chapitre de la part des intervenants municipaux.

Le concept d'activité physique familiale, préconisé par « Famille au Jeu » propose aux intervenants municipaux en loisir d'orienter leur offre de services et programmes, non seulement en fonction des types d'activités (secteurs plein air, aquatique, etc.), mais aussi en fonction de clientèles cibles (la famille, les aînés, etc.).

### **Conditions de réussite**

Plusieurs conditions de réussite du programme « Famille au Jeu » (tableau 6) sont comparables à celles du projet « Villes et Villages en Santé »<sup>20</sup>, notamment en ce qui concerne l'adhésion au projet, la sensibilisation des élus municipaux, la désignation d'un répondant et la participation de la population. Ces conditions, favorisant l'adhésion et l'implantation dans et par le milieu municipal, rejoignent des objectifs communs, soit la promotion de la santé et la qualité de vie de la population.

## **CONCLUSION**

La définition des activités physiques privilégiées, du contexte et des conditions de pratique, des facteurs facilitateurs ainsi que des obstacles perçus permettront aux responsables des loisirs d'intervenir plus adéquatement dans la planification de programmes d'activités physiques à caractère familial dans leur municipalité. Ces indications devront recevoir une attention particulière de leur part afin de stimuler la pratique d'activités physiques familiales.

Dans cette étude préliminaire, le principal facteur de réussite, relativement aux différentes étapes d'adhésion et de mise en œuvre des pistes d'intervention proposées, fut sans nul doute l'engagement de responsables de services des loisirs au sein du comité aviseur du projet. C'est par leur participation active que les pistes d'intervention suggérées furent orientées vers une application pratique et réaliste, tenant compte des contextes politiques, de l'organisation et du fonctionnement du service des loisirs ainsi que des aménagements disponibles. Cela fait de « Famille au Jeu » un projet concret et représentatif du milieu où il doit être implanté et utilisé.



### ***Production d'une trousse à l'intention des municipalités***

Afin de répondre au besoin des municipalités d'être soutenues dans l'implantation du programme « Famille au Jeu » et la promotion des activités physiques familiales, une trousse fut conçue en collaboration avec Kino-Québec. Cette trousse est offerte aux municipalités par l'intermédiaire de Kino-Québec et du Regroupement québécois du loisir municipal. Cet instrument permettra d'étendre le programme « Famille au Jeu » à d'autres municipalités du Québec et leur offrira également le support technique nécessaire à l'implantation et au suivi du projet. Ce projet vise également à assurer un suivi en publicisant les expériences de chacune des municipalités participantes.

### ***Prolongement de l'étude***

Une étude concernant le profil évolutif de l'implantation de « FAJ » auprès du service des loisirs et de la population parentale de chacune des six municipalités fut réalisée en 1994<sup>21</sup>. Cette étude portait sur l'évaluation des pratiques, des connaissances et de la satisfaction de la population cible face à l'activité physique familiale dans leur municipalité. Une étude d'impact de « FAJ » est prévue pour 1995-1996.

## **RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES**

- 1a. Secrétariat à la Famille (1989), « Famille en tête. Plan d'action 1989-1991 du secrétariat à la famille en matière de politique familiale ».
- 1b. Secrétariat à la Famille (1992), « Famille en tête. Plan d'action 1992-1994 du secrétariat à la famille en matière de politique familiale », Recommandation 57, p. 41.
2. Étude sur la pratique de l'activité physique par les québécois (1987), Québec, Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche.
3. HAYDON, Donald F. (1987), « The family and health/fitness », *Health Values*, 11,2, pp. 36-39.
4. THIBEAULT, Raynald et MARKON, Philippe (1991), Étude auprès des jeunes de 9 à 17 ans, Communiqué de presse, Kino-Québec.
5. SALLIS, James F. and NADER, Philip R. (1990), « Family exercise : designing a program to fit everyone », *The physician and sportmedicine*, 18,9, pp. 130-136.
6. CROOKS, Catherine E., IAMMARINO, Nicholas K. and WEINBERG, Armin D. (1987), « The family's role in health promotion », *Health Values*, 11,2, pp. 7-12.

7. NADER, Philip R. *et al.* (1989), « A family approach to cardiovascular risk reduction : result from the San Diego Family Health Project », *Health Education Quarterly*, 16,2, pp. 229-244.
8. HARVEY, Gilles, BROSSARD, Brigitte, MOREL, Luc et SAUVAGEAU, Yves (1993), « Promotion de l'activité physique familiale en milieu municipal : Étude des besoins de la population », *Revue Canadienne de Santé Publique*, 84, 5, pp. 346-349.
9. BROSSARD, Brigitte, HARVEY, Gilles et MOREL, Luc (1991), « La promotion de l'activité physique familiale...en milieu municipal. Cadre de référence », *Kino-Québec, MLCP*, 43 p.
10. GAGNON, Pierre (1990), « La mise en marché des services récréatifs. Analyse à partir des modes de vie de la population », Québec, CRL Québec et Chaudière-Appalache et Université du Québec à Trois-Rivières.
11. Kino Québec (1990). « Programme d'action triennal 1990-1993 », Québec, MLCP/MSSS.
12. GIONET, Normand J. et GODIN, Gaston (1989), « Self-reported exercise behavior of employees : a validity study », *Journal of Occupational Medicine*, 31,12, pp. 969-973.
13. Enquête promotion Santé Canada (1988), Ottawa, Santé et Bien-être Canada, rapport technique.
14. STEPHENS, Thomas and CRAIG, Cora Lynn (1990), « Le mieux-être des canadiens et des canadiennes : faits saillants de l'enquête Campbell de 1988 », Ottawa, Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie.
15. BROSSARD, Brigitte, HARVEY, Gilles et MOREL, Luc (1993), « Famille au Jeu : évaluation du processus d'implantation », Rapport d'évaluation, Kino Québec, MLCP, avril.
16. STEINHARDT, Mary A. et DISHMAN, Rod K. (1989), « Reliability and validity of expected outcomes and barriers for habitual physical activity », *Journal of Occupational Medicine*, 31,6, pp. 536-546.
17. SALLIS, James F. *et al.* (1985), « Physical activity assessment methodology in the five-city project », *American Journal of epidemiology*, 121,1, pp. 91-106.
18. Ministère de la Santé et du Bien-être social Canada (1986), Organisation mondiale de la Santé et Association canadienne de santé publique (1986), « Charte d'Ottawa pour la Promotion de la Santé », Ottawa, Conférence internationale pour la promotion de la santé, novembre.

19. Association pour la Santé Publique du Québec (1992), *Bulletin de Santé Publique*, 13, 3, p. 4.
20. FORTIN, J.P. *et al.* (1991) « Un outil d'évaluation des projets québécois de Villes et Villages en Santé », Québec, Université Laval, 34 p.
21. HARVEY, Gilles, BROSSARD, Brigitte, MOREL, Luc (1994), « Profil évolutif de "FAMILLE AU JEU" (1991-1993) au sein de six municipalités du Québec ». Rapport de recherche au CQRS, UQAM, mars.