

# C'est le temps de bouger!

## Comment mettre en œuvre des stratégies de communication efficaces

SONDAGE INDICATEUR DEL'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET AUX SPORTS



### Normes sociales pour la marche

Dans le cadre du Programme de surveillance de l'activité physique de 2014-2015, on a posé des questions aux adultes canadiens (âgés de 18 ans et plus) sur les comportements des membres de leur famille et de leurs pairs par rapport à la marche. Environ la moitié des adultes canadiens sont *d'accord jusqu'à un certain point* que la plupart des membres de leur famille marchent pendant au moins 30 minutes presque chaque jour. Environ le tiers des Canadiens sont d'accord

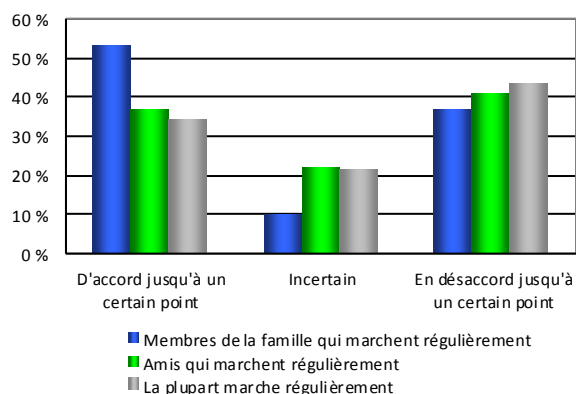
jusqu'à un certain point que la plupart de leurs amis et les autres personnes qu'ils connaissent marchent autant. Voir le tableau 1 pour un résumé des normes sociales sur la marche.

#### Région

Comparativement à la moyenne nationale, les adultes vivant dans les Territoires-du-Nord-Ouest sont plus susceptibles d'être d'accord jusqu'à un certain point que la plupart des personnes qu'ils connaissent marchent pendant au moins 30 minutes presque chaque jour, et ils sont moins susceptibles d'être en désaccord jusqu'à un certain point avec cet énoncé. Ils sont aussi moins susceptibles d'être en désaccord jusqu'à un certain point que la plupart de leurs amis marchent régulièrement. Dans le même ordre d'idée, une plus grande proportion d'adultes vivant au Yukon indique que la plupart de leurs amis marchent au moins 30 minutes presque chaque jour, alors qu'ils sont moins susceptibles d'être en désaccord jusqu'à un certain point avec cet énoncé. Les adultes du Yukon sont aussi moins susceptibles d'être en désaccord avec le fait que la plupart des personnes qu'ils connaissent marchent régulièrement.

FIGURE 1

Normes sociales pour la marche, dans l'ensemble



Sondage indicateur de l'activité physique de 2014-2015, ICRCP

TABLEAU 1

Normes sociales sur la marche

	D'accord jusqu'à un certain point	Incertain	En désaccord jusqu'à un certain point
La plupart des membres de la famille marchent régulièrement *	53 %	10 %	37 %
La plupart des amis marchent régulièrement *	37 %	22 %	41 %
La plupart des autres personnes marchent régulièrement *	35 %	22 %	44 %

\* régulièrement = 30 minutes presque chaque jour

Sondage indicateur de l'activité physique de 2014-2015, ICRCP

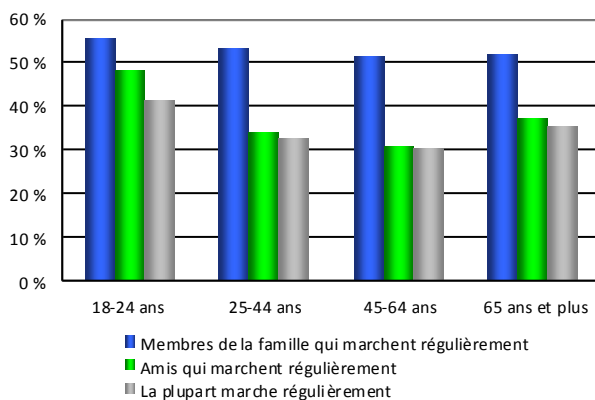


## Âge et sexe

Il n'y a pas de différence entre les normes sociales pour la marche selon le sexe. Une plus grande proportion de jeunes adultes (âgés de 18 à 24 ans) sont d'accord jusqu'à un certain point que la plupart de leurs amis marchent au moins 30 minutes presque chaque jour, comparativement aux adultes plus âgés (âgés de 25 à 64 ans). Dans le même ordre d'idée, relativement plus de jeunes adultes (âgés de 18 à 24 ans) que d'adultes de 45 à 64 ans indiquent que la plupart des personnes qu'ils connaissent marchent autant.

FIGURE 2

Normes sociales pour la marche (% d'accord jusqu'à un certain point), selon l'âge de 2015



Sondage indicateur de l'activité physique de 2014-2015, ICRCP

## Caractéristiques sociodémographiques

En ce qui concerne le revenu familial, les adultes au revenu familial faible (de 30 000 \$ à 39 999 \$ par année) sont *plus* susceptibles que les adultes dont le revenu familial est élevé (de 80 000 \$ à 99 999 \$ par année) d'être d'accord que la plupart des personnes qu'ils connaissent marchent régulièrement. Les Canadiens célibataires ou qui n'ont jamais été mariés sont *plus* susceptibles d'être d'accord jusqu'à un certain point que leurs amis marchent. Comparativement à la moyenne, les étudiants sont plus susceptibles d'être d'accord jusqu'à un certain point que la plupart de leurs amis marchent au moins 30 minutes presque chaque jour.

**INSTITUT CANADIEN DE LA RECHERCHE SUR LA CONDITION PHYSIQUE ET LE MODE DE VIE**

201-185 rue Somerset Ouest • Ottawa, ON K2P 0J2 • (613) 233-5528 • info@cflri.ca • http://www.cflri.ca/



La protection de ce bulletin a été rendue possible grâce à une contribution financière provenant de Sport Canada et le Conseil interprovincial du sport et des loisirs. Les vues exprimées ne reflètent pas nécessairement les vues des organismes mentionnés ci-dessus.