

# C'est le temps de bouger!

## L'activité physique dans les collectivités canadiennes

SONDAGE INDICATEUR DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET AUX SPORTS



### Participation au sport au Canada

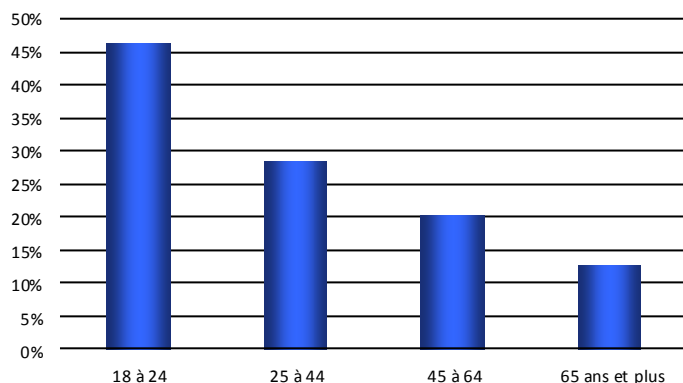
Dans le cadre du Sondage indicateur de l'activité physique de 2016-2018, on a posé des questions aux Canadiens à propos de leur participation au sport, après avoir défini le sport comme étant une activité physique qui sous-entend généralement de la compétition et des règles, ainsi que le développement de compétences particulières. Selon cette définition, 25 % des Canadiens de 18 ans et plus indiquent qu'ils font du sport. Comparativement à la moyenne, une plus grande proportion d'adultes vivant au Yukon font du sport.

La participation au sport est plus élevée chez les hommes que chez les femmes, et elle diminue considérablement avec l'âge. Une plus grande proportion d'adultes ayant un diplôme universitaire font du sport comparativement aux adultes ayant un diplôme collégial ou de l'école de métiers, ou encore qui n'ont pas de diplôme d'études secondaires. En général, la participation au sport augmente avec l'accroissement du revenu familial.

Une plus grande proportion d'adultes célibataires ou qui n'ont jamais été mariés indiquent qu'ils font du sport comparativement à ceux qui sont mariés ou qui ont un conjoint

FIGURE 1

Participation au sport selon l'âge

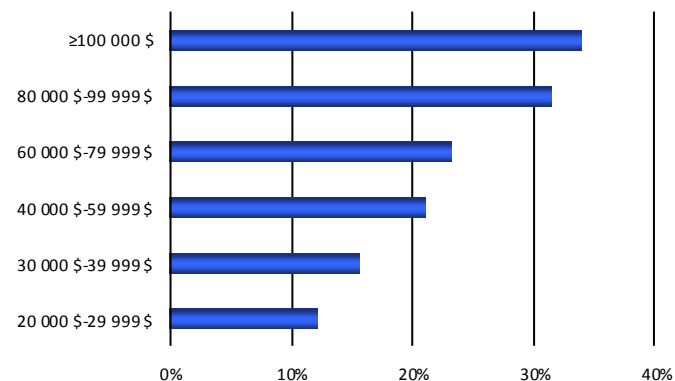


Sondage indicateur de l'activité physique de 2016-2018, ICRCP

de fait, qui, en retour, présentent des taux de participation plus élevés que ceux qui sont veufs, divorcés ou séparés. Comparativement à la moyenne, une plus grande proportion d'étudiants et une proportion plus faible de retraités font du sport. Comparativement aux adultes qui ont indiqué vivre au centre-ville, un pourcentage plus élevé d'adultes vivant en banlieue font du sport.

FIGURE 2

Participation au sport selon le revenu familial



Sondage indicateur de l'activité physique de 2016-2018, ICRCP

### Fréquence et régularité de la participation

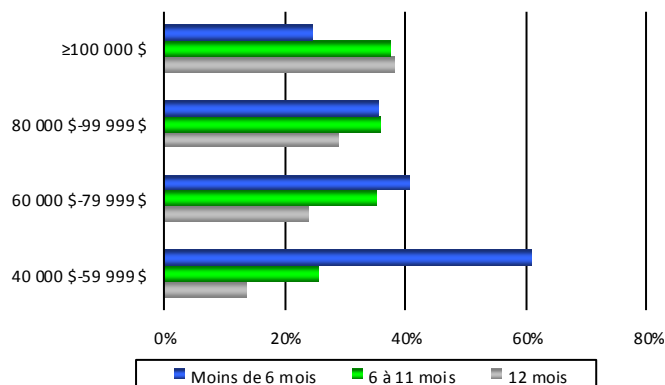
**Régularité de la participation** On a également demandé aux adeptes du sport au cours de combien de mois pendant l'année ils font du sport, afin de déterminer la régularité de leur participation. Chez les adeptes du sport, 36 % indiquent qu'ils font du sport moins de 6 mois, 36 % indiquent une participation de 6 à 11 mois et 28 % indiquent qu'ils font du sport toute l'année (12 mois). Il n'y a pas de différence significative selon la province ou le territoire.



D'avantage d'hommes indiquent qu'ils font du sport pendant les 12 mois de l'année, alors que davantage de femmes indiquent qu'elles en font moins de 6 mois par année. Il y a peu de différences significatives dans la régularité de la participation au sport selon l'âge, à une exception près. En effet, une plus grande proportion d'adultes plus âgés (65 ans et plus) indiquent qu'ils font du sport de 6 à 11 mois par année comparativement aux adultes de 25 à 44 ans. Il n'y a pas de différence significative dans la régularité de la participation en lien avec le niveau de scolarité ou l'état matrimonial, bien qu'il y ait une différence significative par rapport à la situation de l'emploi : comparativement à la moyenne, un pourcentage plus élevé de retraités font du sport de 6 à 11 mois par année. Une plus grande proportion d'adultes dont le revenu familial se situe entre 40 000 \$ et 79 999 \$ font du sport pendant moins de 6 mois par année comparativement à ceux dont le revenu familial se situe dans la fourchette supérieure (100 000 \$ ou plus), c'est-à-dire que ceux dont le revenu est élevé indiquent une participation tout au long de l'année comparativement aux adultes dont le revenu familial est plus faible (de 40 000 \$ à 59 999 \$). Un pourcentage plus élevé d'adeptes du sport vivant en milieu rural indiquent qu'ils font du sport pendant moins de 6 mois de l'année comparativement aux adultes vivant en milieu urbain.

FIGURE 3

Régularité de la participation au sport selon le revenu familial



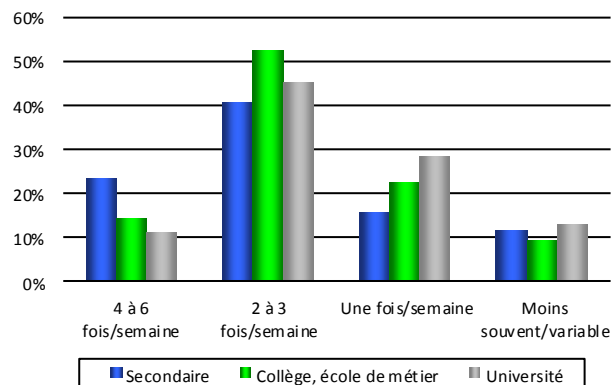
Sondage indicateur de l'activité physique de 2016-2018, ICRCP

**Fréquence de la participation** En outre, dans le cadre du SIAP 2016-2018, on a demandé aux participants à quelle fréquence ils font du sport. En réponse, 3 % en font tous les jours, 15 % indiquent qu'ils font du sport quatre à six fois par semaine, 46 % indiquent qu'ils font du sport deux à trois fois par semaine, 23 % indiquent qu'ils en font une fois par semaine et 12 % disent que leur participation est variable, ou moins fréquente qu'une fois par semaine. La fréquence de la participation ne varie pas selon la province ou le territoire.

Bien que la fréquence de la participation ne varie pas selon le genre, l'âge, la situation d'emploi ou le revenu familial, elle varie selon le niveau de scolarité. Un pourcentage plus élevé d'adultes détenant un diplôme universitaire font du sport une fois par semaine comparativement aux adultes qui ont un diplôme d'études secondaires, alors que la relation est contraire dans le cas d'une participation de quatre à six fois par semaine. Une plus grande proportion d'adultes qui sont veufs, divorcés ou séparés font du sport moins fréquemment (une fois par semaine) comparativement aux adultes célibataires ou qui n'ont jamais été mariés.

FIGURE 4

Fréquence de la participation au sport selon le niveau de scolarité



Sondage indicateur de l'activité physique de 2016-2018, ICRCP

**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 • <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.