

2013

Mémoire déposé dans le cadre de l'examen public  
«Montréal, physiquement active»



SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.

**RSEQ.**  
MONTRÉAL

---

## QUE FAUT-IL FAIRE POUR FAÇONNER NOTRE VILLE ET ENGAGER NOS COMMUNAUTÉS AFIN QUE NOS CITOYENS ADOPTENT UN MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF?

Le RSEQ Montréal salue la démarche de consultation publique sur le thème *Montréal physiquement active*, menée par la Commission permanente sur la culture, le patrimoine et les sports, et est heureux d'apporter sa contribution à la réflexion.

### À PROPOS DE NOUS...

Le RSEQ Montréal est un organisme à but non lucratif qui regroupe l'ensemble des écoles de la Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île<sup>1</sup>, de la Commission scolaire de Montréal<sup>2</sup>, ainsi que 32 collèges privés francophones de Montréal (Annexe 1).

#### Notre mission

Le RSEQ Montréal assure la promotion et le développement du sport et de l'activité physique en milieu étudiant, de l'initiation à l'excellence. Il favorise ainsi l'éducation, la réussite scolaire et la santé des jeunes.

#### Nos valeurs

- Le développement physique et intellectuel de la personne
- La réussite et la persévérance scolaires
- L'éthique
- La recherche de l'excellence
- La responsabilisation
- Le sentiment d'appartenance

#### Nos principaux services

- Gestion et coordination d'un réseau de compétition pour les élèves du primaire et du secondaire dans 27 disciplines sportives.
- Gestion, coordination et animation de programmes relatifs à la promotion des **saines habitudes de vie et à la santé** (Annexe 2).
- Coordination et promotion de championnats régionaux et provinciaux
- Stages de perfectionnement pour les entraîneurs et les officiels mineurs et majeurs offerts à nos membres.
- Valorisation de l'éthique sportive par l'intermédiaire de notre programme « **Les 3R de l'éthique sportive** » (Annexe 3).
- Collaboration annuelle à la réalisation du mois de l'Éducation physique et du Sport Étudiant (MEPSÉ).

---

<sup>1</sup> <http://www.cspi.qc.ca/cspi/highres.php?res=highres>

<sup>2</sup> <http://www.csdm.qc.ca/>

## MISE EN CONTEXTE

À la lecture du document de consultation *Montréal, physiquement active*, le portrait de la situation physique des jeunes montréalais est peu reluisant. De plus, il en ressort un constat d'une sédentarité inquiétante au sein de la population canadienne où la jeunesse québécoise préoccupe de par son immobilisme. Or, bien que le World Health Association recommande que les enfants et les adolescents de 5 à 17 ans pratiquent en moyenne au moins 60 minutes par jour d'activité physique d'intensité modérée à élevée, le comité scientifique de Kino-Québec démontre en corollaire que la proportion des garçons et des filles de 12 à 17 ans pratiquant des activités sédentaires au Québec est en hausse. Dans la province, le document consultatif de la ville de Montréal montre aussi que plus du quart des garçons ainsi que la moitié des filles de 6 à 11 ans font moins de sept heures d'activité physique par semaine.

En contrepartie, malgré ce profil alarmant de la condition physique chez les jeunes Québécois, le RSEQ Montréal constate une évolution ascendante du taux de participation à ses activités depuis plusieurs années.

En effet, le nombre d'équipes sportives en sports collectifs a quintuplé depuis le début des années 90.



Cette popularité sans cesse grandissante pour la participation à une activité sportive structurée démontre sans nul doute que les établissements scolaires représentent une plateforme incontournable pour l'émancipation de l'activité physique. Ainsi, ce que nous tentons d'illustrer, c'est que sous ces chiffres alarmants de sédentarité, se cache une situation où des écoles réussissent à rassembler et faire bouger des jeunes, sous la bannière, entre autres, du Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ).

De notre point de vue, miser sur l'établissement scolaire pour diminuer la sédentarité et atteindre les seuils de recommandation quant à l'activité physique proposée par la World Health Association nous semble une orientation éclairée.

Dans la mesure où notre mission vise l'atteinte de buts communs tels que l'éducation, la réussite scolaire et la santé des jeunes, nous croyons que le succès et la prospérité de la condition physique chez les jeunes peuvent s'opérer par le biais d'un modèle de

---

développement qui optimise la pratique d'un sport dans l'enceinte d'un établissement scolaire, à l'intérieur et à l'extérieur des heures de cours.

Cette volonté de valorisation du sport étudiant comme un acteur de premier plan dans l'amélioration de la santé physique chez nos jeunes doit s'accompagner d'une réflexion et d'un véritable effort de changement dans les prochaines années. Plusieurs embûches existent et persistent au sein même de la structure sportive québécoise, freinant ainsi notre travail de promotion, de coordination et de développement des activités physiques sportives et de santé pour les élèves du primaire et du secondaire.

Ce mémoire se veut donc générateur d'une mise en lumière face à certaines problématiques administratives et organisationnelles qui gênent et freinent le plein potentiel d'une démocratisation de l'activité physique chez nos jeunes québécois, particulièrement sur le territoire montréalais.

### **UNE MEILLEURE EFFICACITE DES INTERVENTIONS MUNICIPALES**

Tout comme le soutien la Ville de Montréal, nous croyons que le palier municipal n'est pas en mesure d'assurer à lui seul la mission et le devoir de gérer et d'augmenter l'activité physique chez les Montréalais. Depuis la décentralisation des pouvoirs du provincial et du fédéral vers les organismes mandataires en 1997<sup>3</sup>, nous avons assisté à une approche dite sectorielle. Celle-ci, même si elle a pu avoir du sens il y a plusieurs années en favorisant l'expansion de plusieurs expertises sportives, pose aujourd'hui un problème de coordination.

Se greffent à cette problématique les difficultés reliées aux éléments marquants de la scène municipale survenus au début des années 2000 : la fusion de 2001, suivi en 2004 des défusions partielles. Le modèle de gouvernance issu de ces changements est complexe et dans certains cas dysfonctionnel. Les griefs qui persistent dans le partage des responsabilités entre la ville, ses arrondissements et ses organismes paramunicipaux (sociétés de gestion indépendantes) sont parfois une embûche aux collaborations et nuisent à l'efficacité des interventions des différents acteurs du milieu. Cela se traduit malheureusement par des inégalités territoriales en termes d'accessibilité à des activités et équipements sportifs et à des relations complexes pour la réalisation d'événements.

Citons par exemple, la réalisation de notre championnat régional de cross-country qui regroupe annuellement plus 17 000 jeunes coureurs, en faisant ainsi le plus grand événement sportif scolaire en sol canadien. Bien que soutenu par le *Programme de soutien aux événements sportifs d'envergure internationale, nationale et métropolitaine - 2012*<sup>4</sup>, cet événement, tenu au parc Jean-Drapeau, a toujours de la difficulté à assurer sa pérennité en raison des difficultés fiscales et organisationnelles. Une partie de ce problème est causé par la gestion décentralisée et commerciale du parc, faisant en sorte que même des événements sportifs amateurs d'origine publique doivent s'acquitter de frais d'utilisation souvent assez coûteux. Ceci entraîne inévitablement une hausse annuelle des frais d'inscription, ce qui, à moyen terme, aura pour effet de freiner la participation d'établissements scolaires situés en milieu économiquement défavorisé.

---

<sup>3</sup> Qui a donné lieu à un cadre d'intervention gouvernemental en matière de loisir et de sport

<sup>4</sup> [http://ville.montreal.qc.ca/portal/page?\\_pageid=5798,96418259&\\_dad=portal&\\_schema=PORTAL](http://ville.montreal.qc.ca/portal/page?_pageid=5798,96418259&_dad=portal&_schema=PORTAL)

---

## L'INDISPENSABLE CADRE D'INTERVENTION

À l'heure actuelle, le cadre organisationnel du système sportif québécois observe une structure complexe qui présente des défis de plus en plus criants (Annexe 4). Ce cadre limite la planification concertée des programmes et des actions des partenaires dont les fédérations unisports, les unités régionales de loisir et de sport, les municipalités et arrondissements et bien entendu, le réseau du sport étudiant. D'ailleurs, nous soutenons l'énoncé de la Ville de Montréal qui stipule : « (...) *les responsabilités en matière d'activité physique et de sport sont réparties de manière imprécise entre les gouvernements, leurs ministères, leurs mandataires et les organisations* ».

Il serait donc souhaitable que le ministère de l'Éducation du loisir et du sport (MELS) amorce un travail de réflexion quant à la création d'un nouveau cadre d'intervention définissant mieux les mandats et responsabilités, favorisant ainsi une utilisation optimale et efficace des ressources.

En pratique, nous constatons une difficulté d'arrimage entre les acteurs du sport civil et scolaire. De plus, un manque de concertation verticale ciblant cette fois les acteurs provinciaux, municipaux et associatifs nous oblige à repenser le partage des pouvoirs et mandats tel que défini par le cadre administratif ministériel. Un flou persistant entre les mandats des fédérations unisport et ceux d'une organisation comme la nôtre est un bon exemple de ce que nous vivons sur une base régulière. Cette situation se traduit souvent par une mauvaise utilisation des ressources en place et par un dédoublement des actions. Bien que l'ensemble du milieu associatif ait à coeur le développement des jeunes, la structure administrative actuelle complexifie la mise en place d'actions concertées et encourage le travail en silo au détriment d'un partage d'expertises qui serait souhaitable pour répondre adéquatement aux problématiques d'inactivité physique constatées chez nos jeunes.

Ce que nous proposons, c'est d'aller encore plus loin que de simplement soutenir et promouvoir les organismes qui offrent directement du sport et des activités physiques à la communauté. En revoquant le mandat des fédérations et du RSEQ, dans le respect des expertises de chacun, nous croyons qu'il sera possible de favoriser une meilleure émancipation de la pratique sportive, tout en supportant de plus solides ponts de concertations entre les deux entités.

## LA NECESSITE D'UNE MEILLEURE CONCERTATION SCOLAIRE-MUNICIPALE

Selon notre expérience, la concertation scolaire-municipale varie énormément sur le territoire montréalais et est la plupart du temps affaire que d'individus, sans réelles balises. Au Québec, peu d'études ont été réalisées quant à l'évaluation du rôle que jouent les organisations sportives et récréatives dans le développement du sport. Notre vision rejoint le modèle théorique de développement d'une vie physiquement active chez les jeunes proposé par le document « L'activité physique, le sport et les jeunes » (Comité scientifique de Kino-Québec, 2011) dans lequel on fait mention : « *en travaillant de concert avec les établissements scolaires et les services municipaux concernés, les organisations peuvent soutenir l'encadrement sportif sans négliger les volets initiation et récréation* ».

À cet égard, nous croyons qu'il serait souhaitable de voir à la mise en place d'un cadre permettant la concertation des acteurs et une meilleure opérationnalisation des initiatives visant la santé physique des Montréalais. Le partage d'une vision commune entre le sport étudiant, le milieu scolaire, le milieu associatif et le milieu municipal permettrait de formuler

---

des ententes de services de manière beaucoup moins complexe, évitant ainsi une utilisation inadéquate des infrastructures sportives.

Pour ce faire, les commissions scolaires et leurs établissements, doivent être perçus et reconnus, par les instances municipales, comme étant parties prenantes du processus de développement de la pratique sportive et non seulement considérés qu'à titre d'infrastructures paramunicipales. En contrepartie, le milieu éducationnel doit assurer pleinement son rôle dans le développement d'orientations communes en activité sportive et à la santé. L'école est sans contredit un environnement favorable à la pratique sportive à condition qu'elle ait les moyens d'adopter une vision centrée sur la croissance de la participation. À ce titre, les commissions scolaires doivent soutenir l'école par des ressources tant humaines que financières.

### **LA RECONNAISSANCE OFFICIELLE ET LA VOLONTE DE TRAVAILLER ENSEMBLE**

À l'échelle régionale, nous croyons donc à l'importance de l'intégration de notre expertise à l'intérieur même des discussions et des décisions que pourraient prendre, par exemple, les commissions scolaires, la Ville de Montréal et ses instances décisionnelles, l'Unité régionale de loisir et de sport de Montréal et les fédérations sportives dans la consolidation d'un environnement montréalais favorable au développement de la pratique sportive.

Concrètement, un tel travail nous permettrait, par exemple, de combiner les efforts locaux quant à une meilleure accessibilité aux infrastructures municipales et scolaires.

Pour atteindre cet objectif de coalition des compétences, nous devons surmonter un autre enjeu problématique qui concerne la méconnaissance globale du RSEQ Montréal, de son rôle et de ses actions. Le manque de reconnaissance de notre réseau est souvent un frein aux efforts de notre organisation pour la mise en place d'initiatives ou la consolidation de programmes valorisant la pratique d'activités physiques et de saines habitudes de vie chez les jeunes montréalais.

Travailler au sein d'une même vision, partageant certains mandats et pouvoirs dans un cadre répondant en tout ou en partie aux besoins réels des différentes clientèles, en mettant en commun les aspirations, les expertises et les ressources humaines disponibles serait, à notre avis, un accélérateur à la démocratisation des structures en activités physiques et à la santé.

Plusieurs exemples ont, dans le passé, démontrés que des activités et programmes conjoints peuvent s'organiser et qu'un partenariat positif et dynamique est possible. Ces activités, organisées conjointement avec des partenaires municipaux et/ou associatifs, ont offert des éléments de plus value qui ont profité aux parties impliquées. Nommons, entre autres :

#### **1. Journée nationale du sport et de l'activité physique (JNSAP)**

*Collaboration entre la ville de Montréal, le RSEQ Montréal, le MELS et des clubs sportifs civils montréalais.*

Cette collaboration, mise en place en 2011, permet annuellement à près de 600 jeunes élèves, en provenance d'une quinzaine d'écoles, de s'initier à de nouveaux sports dans des installations de haut niveau.

---

Réalisé au complexe sportif Claude-Robillard, cet événement est devenu rapidement très populaire auprès des écoles primaires montréalaises. Les jeunes participants apprécient recevoir les enseignements d'entraîneurs qualifiés dans un contexte ludique axé sur la participation.

**Ateliers offerts :**

- Flag football
- Initiation à la boxe olympique
- Judo
- Kin Ball
- Mini Volleyball
- Natation
- Plongeon
- Tennis de table
- Vélo animé
- Ultimate
- Water-polo

**2. ISO ACTIF : intégrer les saines habitudes de vie à l'école**

Inspiré des normes de gestion de la qualité (ISO) présentes dans de nombreuses organisations, le programme ISO-ACTIF a pour objectif de reconnaître et de valoriser les établissements scolaires qui se préoccupent de la santé globale des jeunes. Offert aux écoles primaires et secondaires, ce programme regroupe des établissements scolaires partout à travers le Québec et encourage, par un système de pointage, deux principales habitudes de vie : l'activité physique et la saine alimentation.

Ce programme intégrateur permet à une école d'accumuler des points en participant à diverses activités valorisant les saines habitudes de vie. Le RSEQ encourage les établissements à diversifier les services offerts aux élèves et prend en considération les programmes offerts dans le milieu, incluant ceux de la DSP et des organismes associatifs montréalais. L'école participante reçoit donc un pointage en fonction de l'ensemble de ses activités de promotion des saines habitudes et non pas exclusivement en fonction de sa participation aux programmes offerts par le RSEQ Montréal.

**3. Initiation au ski de fond et à la raquette**

*Collaboration entre le RSEQ Montréal, la CSDM, la ville de Montréal et la DSP.*

Instauré dans les années 80, notre programme de ski de fond permet, annuellement, à plus de 2 000 jeunes montréalais de s'initier à la pratique du ski de fond. Grâce à une collaboration avec la ville de Montréal, il nous est possible d'utiliser gratuitement les installations du parc Maisonneuve et d'entreposer notre matériel pendant la saison hivernale.

Fort de ce succès, nous avons entrepris de bonifier l'activité en 2013 et d'offrir des ateliers d'initiation à la raquette. Grâce à une subvention de la Direction de la santé publique de Montréal (DSP), nous avons pu procéder à l'achat de matériel, nous permettant ainsi d'offrir aux écoles une activité de plein air en milieu urbain à moindre coût.

---

## CONCLUSION

Ce mémoire déposé dans le cadre de l'examen public *Montréal, physiquement active* se voulait révélateur des présentes difficultés qui ralentissent notre travail de promotion, de coordination et de développement des activités physiques sportives et de santé pour les élèves du primaire et du secondaire.

Nous avons tout d'abord soulevé une certaine lourdeur fiscale et organisationnelle qui freinent la tenue d'événements sportifs. Une gestion décentralisée et commerciale des parcs et espaces publics nous contraint à nous éprouver de droits d'accès et opératoires assez coûteux comparativement au budget d'organisation.

De plus, le partage d'une vision commune entre le sport étudiant, le milieu scolaire, le milieu associatif et le milieu municipal est souhaitable; mais seulement réalisable lorsque les commissions scolaires et leurs établissements seront perçus et reconnus comme étant parties prenantes du processus de développement de la pratique sportive au Québec. La reconnaissance officielle nous permettrait, par exemple, de combiner des efforts locaux quant à une meilleure accessibilité aux infrastructures municipales et scolaires, et/ou même de participer à des tables de concertations renouvelées.

Les récentes collaborations entre la ville de Montréal et le RSEQ Montréal, nous démontrent que de travailler sous une même vision, en mettant en commun les aspirations, les expertises et les ressources humaines disponibles, favorise très certainement la démocratisation d'activités et de programmes conjoints pour l'activité physique et la santé.

Autrement, encore faut-il rappeler que malgré le profil alarmant de la condition physique chez les jeunes Québécois, le RSEQ Montréal constate une évolution ascendante du taux de participation à ses activités depuis déjà plusieurs années. À cet égard, nous croyons qu'un modèle de développement soutenant et reconnaissant la pratique d'un sport en milieu scolaire pallierait, du moins en bonne partie, certaines des difficultés énumérées à travers ce document.

Comme en témoigne une grande partie de notre clientèle, le sport étudiant est à la fois formateur et édifiant pour la vie de beaucoup de jeunes et adolescents. Qui plus est, il induit une ouverture d'esprit au monde qui les entoure. C'est pourquoi nous parlons aujourd'hui du concept de *citoyen-élève*. Un élève qui s'implique et participe à la vitalité et au dynamisme de la vie publique de son milieu (scolaire et municipal). Ceci, bien qu'ayant déjà fait ses preuves dans le passé, ne peut se faire sans l'implication des parties prenantes de proximité qui doivent mettre en place des structures inéluctables à la croissance sociale de l'élève en tant que citoyen de sa ville.

---

## **ANNEXE 1 – LISTE DES 32 COLLEGES PRIVES MEMBRES**

### **Établissements d'enseignement primaire**

- Académie Louis-Pasteur
- Académie Michèle-Provost
- Centre académique Fournier
- Centre pédagogique Lucien-Guilbault
- Centre François-Michelle
- Collège Jacques-Prévert
- École Pasteur
- École St-Joseph
- École Ste-Anne
- École Des Premières Lettres
- Pensionnat Notre-Dame-des-Anges
- Villa Sainte-Marcelline

### **Établissements d'enseignement secondaire**

- Académie IBN SINA
- Académie Michèle-Provost
- Collège d'Anjou
- Collège de Montréal
- Collège Français
- Collège Jeanne-Normandin
- Collège Laurier
- Collège Reine-Marie
- Collège International Marie-de-France
- Collège Jean-de-Brébeuf
- Collège Jean-Eudes
- Collège Mont-Royal
- Collège Mont-St-Louis
- Collège Notre-Dame
- Collège Regina Assumpta
- Collège St-Jean-Vianney
- Collège Villa-Maria
- Collège Ville-Marie
- École Arménienne Sourp Hagop
- École Internationale Vanguard
- École Marie-Clarac
- École Pasteur
- Villa Sainte-Marcelline

---

## ANNEXE 2 – PROGRAMMES EN SAINES HABITUDES DE VIE

En complémentarité avec sa programme sportive, le RSEQ Montréal offre une panoplie de programmes visant l'adoption de saines habitudes de vie. Ces programmes sont regroupés sous la bannière ISO-ACTIF.

- **« Chaque jour, moi j'croque »**
  - Ce programme a été conçu afin de donner le goût au personnel scolaire, aux élèves, ainsi qu'à leurs parents de consommer davantage de fruits et légumes.
  - Participation : 155 écoles primaires
  
- **« Défi moi j'croque »**
  - Au mois de mars, le RSEQ Montréal invite les élèves, leurs parents et les membres du personnel des écoles primaires à relever le défi de croquer au moins 5 portions de fruits et de légumes par jour pendant 5 jours consécutifs.
  - Participation : 23 écoles primaires / 9 426 élèves
  
- **« En Forme avec Myg et Gym »**
  - Lancé en 2012, ce programme est un nouvel outil qui sert à évaluer et suivre l'évolution des habiletés motrices des élèves de la 1<sup>re</sup> à la 6<sup>e</sup> année du primaire. Les normes, qui permettent aux jeunes de situer leurs habiletés en fonction des niveaux Excellence, Or, Argent, Bronze ou Participation, sont issues d'un projet de recherche scientifique québécois mené par le Groupe de Recherche sur les Aptitudes Physiques des Enfants de l'Université du Québec à Chicoutimi.
  - Participation : 16 écoles primaires
  
- **« MEPSÉ »**
  - Au mois de mai, le réseau du Sport Étudiant propose des activités pour faire bouger les jeunes et les sensibiliser à l'importance d'être actif. Une trousse pédagogique est fournie aux écoles participantes.
  - Participation : 95 écoles / 15 000 élèves
  
- **« De Facto »**
  - Une vaste campagne nationale antitabac qui se distingue par des messages non traditionnels qui révèlent la vérité sur l'industrie du tabac et ses produits. De Facto, regroupe aussi des milliers d'étudiants athlètes du Réseau du sport étudiant du Québec qui portent aussi leurs convictions et qui s'affichent fièrement contre les pratiques de l'industrie du tabac.
  - Participation : 7 écoles secondaires / 1 230 élèves
  
- **Cartes à collectionner du RSEQ Montréal**
  - Offertes en complémentarité au programme ISO-ACTIF, elles ont pour objectif de fournir à l'éducateur physique un outil de renforcement positif pour ses élèves. Ces cartes exclusives, en plus d'être des items de collection, peuvent être utilisées pour jouer à différents jeux entre élèves, avec les enseignants et avec les parents.
  - Participation : 80 000 cartes distribuées annuellement

---

## ANNEXE 3 – PROGRAMME EN ÉTHIQUE SPORTIVE

Le RSEQ Montréal a créé, en 2004, un programme visant la promotion et la valorisation de l'éthique sportive au sein de son réseau. Offert sous forme de stages de formation, le programme *Les 3R de l'éthique sportive* a été accueilli très favorablement et demeure en constante croissance.

En 2006, devant la popularité de cette initiative régionale, le programme a été implanté à travers le Réseau du sport étudiant du Québec, tant au niveau scolaire, collégial qu'universitaire.

Pour agir à titre d'entraîneur au sein du RSEQ Montréal, la participation à un stage de formation des 3R est obligatoire pour tout nouvel entraîneur et assistant-entraîneur.

Ces stages sont offerts gratuitement, plusieurs fois par année. Au cours de la dernière année, nous avons formé 205 entraîneurs dans l'un ou l'autre de nos 6 stages de formation.

### **Respect envers soi-même**

- Prends plaisir au sport
- Aie confiance en ton jugement et tes valeurs
- Respecte ton corps en prenant soin de ta santé

### **Respect envers les autres**

- Sois un bon coéquipier
- Respecte l'adversaire, il te permet de jouer
- Respecte l'arbitre, tout comme toi, il fait tout ce qu'il peut

### **Responsabilité de nos actions**

- Pense aux conséquences de tes actes
- Ne fais pas aux autres ce que tu n'accepterais pas toi-même
- Sois responsable, la violence verbale n'a pas sa place
- N'oublie pas, ce n'est pas toujours la faute des autres

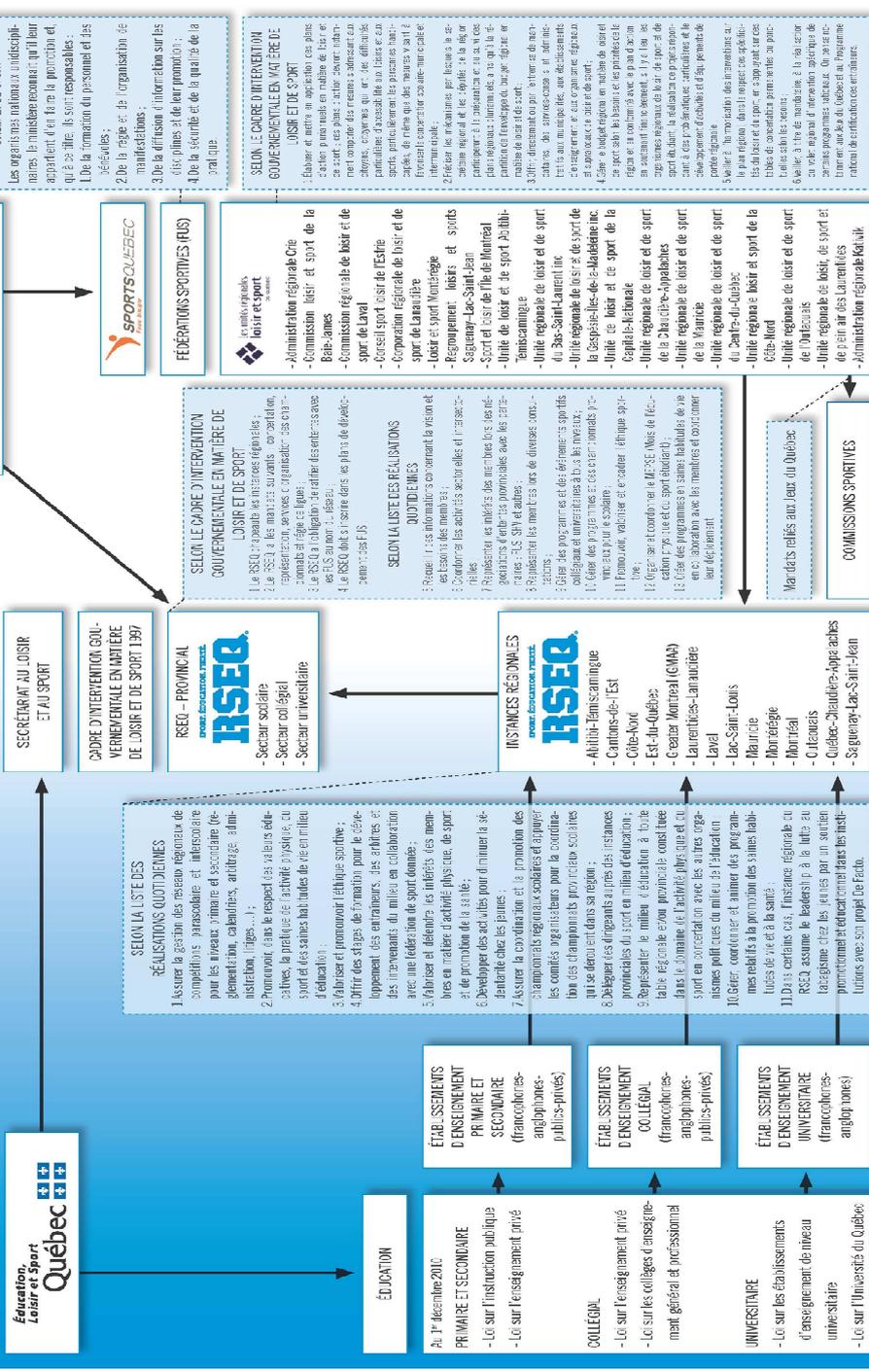
# ANNEXE 4 – LE RSEQ ET LE SYSTÈME SPORTIF QUÉBÉCOIS

## LE SYSTÈME SPORTIF QUÉBÉCOIS SELON LES RESPONSABILITÉS

**SPORT, ÉDUCATION, FIERTÉ.**  
**RSEQ**  
**LE RSEQ EN BRIEF**  
 En 2011-2012, plus de 186 000 participants se sont inscrits aux différents programmes du RSEQ (réseau du sport étudiant du Québec), et ce, dans près de 2 800 établissements scolaires regroupés sous 14 instances régionales du RSEQ, dans 67 collèges ainsi que 22 universités parmi 48 disciplines différentes. En outre, plus d'une centaine de champions et championnes provinciaux sont couronnés chaque année. Aucun autre organisme sportif au Québec n'attire un aussi haut degré de participation et de pénétration.

Le RSEQ est également à l'origine de nombreux programmes de sensibilisation aux saines habitudes de vie dans tout le Québec. Chaque année, plus d'un demi-million de jeunes sont touchés par nos programmes de saine alimentation, comme *pélurebanane.com*, le *Defi «Moi, j'croque»*, la campagne *Gobe-tu ça ?* ou le programme de lutte au tabacisme *De facto* ainsi que par nos projets en activité physique tels que le *Mois de l'éducation physique et du sport étudiant* (NEPSE) et *En forme avec Myg et Gym*.

**POUR NOUS JOINDRE**  
 Si vous désirez obtenir plus de renseignements au sujet du RSEQ et de ses activités, vous pouvez communiquer avec l'instance régionale du RSEQ de votre région dont vous trouverez les coordonnées sur notre [touttrouveauweb.com](http://touttrouveauweb.com).  
 Vous pouvez aussi nous joindre à l'adresse [info@rseq.ca](mailto:info@rseq.ca) ou au 514-252-3366.



---

## BIBLIOGRAPHIE

COMITÉ SCIENTIFIQUE DE KINOQUÉBEC (2011), *L'activité physique, le sport et les jeunes – Savoir et agir*, avis rédigé sous la coordination de Gaston Godin, Ph. D., Suzanne Laberge, Ph. D., et François Trudeau, Ph. D., Secrétariat au loisir et au sport, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, gouvernement du Québec, 104 p.

Summerbell, C. D. et al. (2005) 'Interventions for preventing obesity in children', *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 3, pp.1-70

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO) (2010). *Global Recommendations on Physical Activity for Health*, Geneva, WHO Press, 58 p., [En ligne]. [[www.who.int](http://www.who.int)] (voir : WHO Guidelines).