



Dépliant grand format de charte Numéro trois

Été 2013

L'accès à des activités de loisir inclusives et abordables

L'effet des loisirs accessibles et l'importance des programmes qui les rendent possible sont essentiels; les parents qui ont été témoin directs de la différence savent bien l'expliquer :

« Je suis mère seule qui travaille. Je savais que je devais trouver une façon pour que mes quatre enfants participent aux activités de loisirs. Mais avec un budget très restreint, il était impossible de les inscrire aux sports qu'ils voulaient. Grâce au financement qui aide les familles à accéder aux activités, mes enfants peuvent maintenant participer et connaissent du succès dans d'autres aspects de leur vie :

- « Amanda » a reçu beaucoup d'offres de bourses universitaires en raison du soccer. Elle a pu poursuivre le soccer à ce niveau grâce aux fonds reçus.
- « Melissa » travaille maintenant comme sauveteuse et monitrice de natation. Elle a réussi à

économiser pour l'université.

- « Emily » continue à aimer le soccer et a aussi été reconnue comme candidate de bourse.
- « Josh » est autistique. Sa participation à la natation, au basketball et aux autres activités, y compris le camp d'été, a eu un impact remarquable sur sa vie. Ces activités ont eu l'effet de rehausser sa confiance. Je ne pourrais pas me permettre les programmes pour Josh. » ~Alisa

Depuis 2004, plus de 121 travailleurs de soutien œuvrant dans les organismes du comté de Simcoe ont eu recours aux ressources comme Health STAR et Bon départ. En 2012, ces deux programmes à eux seuls ont permis de faire le lien entre 1 400 enfants et jeunes et 192 organismes de sport et de loisirs du comté – leur donnant ainsi la chance de participer à une activité qui autrement, n'aurait pas été financièrement possible.



Préambule : La Commission canadienne aux droits de l'enfant et des Nations Unies affirme que tous les parents de gouvernement ont l'obligation d'aider les familles à accomplir leurs responsabilités et à protéger les droits de l'enfant. De plus, la Déclaration des droits des peuples autochtones du Canada affirme les droits et les responsabilités des peuples autochtones en ce qui concerne les droits des aînés, des femmes, des jeunes et des enfants autochtones.

Tous les enfants et les jeunes jouissent de droits et de libertés fondamentaux. Ils méritent le respect et l'appui pour manifester leurs droits et concrétiser leur plein potentiel. Puisque les enfants et les jeunes représentent l'avenir de notre collectivité, nous avons intérêt à garantir qu'ils ont l'occasion de se développer pour devenir des membres sains et autonomes qui contribuent à la société. Tout membre de la collectivité a un rôle à jouer dans la croissance et le développement des enfants. Nous avons une responsabilité conjointe de voir à ce que les enfants et les jeunes soient protégés et à l'abri de toute exploitation et négligence. Les enfants et les jeunes doivent avoir accès à une juste part des ressources communautaires.

La Coalition des services à l'enfance, à la jeunesse et aux familles du comté de Simcoe invite le gouvernement et tous les secteurs de la communauté à se rallier pour garantir que tous les enfants et les jeunes profitent du bien-être toute la vie durant grâce aux suivantes :

- ✓ L'accès aux services de garde ou aux programmes de
- ✓ Des lieux sûrs où jouer dans leur collectivité
- ✓ L'accès à des activités de loisir inclusives et abordables
- ✓ Un système d'éducation universel inclusif et de qualité
- ✓ Des gouvernements qui reconnaissent l'importance des langues, les traditions et la
- ✓ L'accès aux soins de santé, aux traitements de santé me... et de qualité
- et en temps propices
- Des gouvernements qui reconnaissent l'importance des langues, les traditions et la
- ✓ L'accès aux soins de santé, aux traitements de santé me... et en temps propices
- ✓ Les services offerts dans le contexte familial, culturel, communautaire et scolaire

Ces droits s'appliquent à tous les enfants et à tous les jeunes sans distinction fondée sur la race, l'ascendance, le lieu d'origine, la couleur, l'origine ethnique, la citoyenneté, la croyance, l'orientation sexuelle, l'âge, le casier judiciaire, l'état matrimonial, l'état familial ou l'aptitude.

Les loisirs consistent en des activités physiques structurées ou non structurées se déroulant à l'intérieur ou à l'extérieur et qui enrichissent la personne par une meilleure santé, l'acquisition d'aptitudes ou l'estime de soi. Avoir « accès » aux loisirs signifie qu'ils sont offerts à prix abordable, dans la communauté et sont inclusifs pour tous les âges, aptitudes et cultures.

Télécharger la charte en trois langues à www.simcoecountycoalition.ca

Que se passe-t-il?

On sait depuis longtemps que les sports et loisirs procurent d'énormes bienfaits aux enfants, aux jeunes et aux communautés. Or, de récentes études indiquent qu'une famille canadienne sur trois n'a pas les moyens d'inscrire les enfants aux sports organisés et aux activités de loisirs en raison d'obstacles financiers. Il s'agit d'une réalité étonnante qui prouve que les programmes sont nécessaires pour aider à éliminer cet obstacle. Selon une revue systématique de 232 études, le comportement sédentaire chez les enfants et les jeunes (évalué principalement par les heures d'écoute accrues de la télé à plus de 2 heures par jour) est associé à :

- la composition corporelle défavorable (IMC supérieur)
 - la moins bonne forme physique
 - des notes plus basses pour l'estime de soi et le comportement pro-social
 - la baisse du rendement scolaire
- « Le coût est un important obstacle à la participation des enfants aux loisirs, a dit Rob Armstrong, PDG du YMCA de Simcoe Muskoka. Chaque enfant mérite la chance de courir, de jouer et de profiter des bienfaits de l'activité physique qui dépassent la simple bonne santé. Les loisirs accessibles et inclusifs sont vraiment possibles avec les bons soutiens et programmes. »

Le jeu actif a-t-il disparu? 92 % des enfants canadiens ont dit qu'ils choisiraient de jouer avec des amis plutôt que de regarder la télé. Soutenir et encourager les occasions de jeu sécuritaire, libre et non structuré, surtout en plein air, représente une des solutions les plus prometteuses, accessibles et rentables pour accroître l'activité physique des jeunes au Canada.¹

Le coût de l'inactivité :

\$76,000,000 à Simcoe Muskoka

Selon les estimations, 2,6 % des coûts de soins de santé sont dus à l'inactivité physique. En 2010, pour la population de Simcoe Muskoka, cela équivaut à 76 \$ millions de dollars!

1 sur 4
Font du surpoids

Environ 1 jeune sur 4 (9e-12e) du RLISS de Simcoe Nord Muskoka souffre d'obésité ou d'un excès de poids.²

35%
Limitations d'activité

En 2010, 35 % des résidents de Simcoe Muskoka de 12 ans+ disent avoir souvent ou parfois des limitations en raison de trouble physique ou mental.

42%
Inactif

En 2010, 42 % des résidents de Simcoe Muskoka de 12 ans+ classerait comme inactif les heures de loisirs quotidiens.

Si rien n'est fait...

La présente génération d'enfants souffrira de maladies chroniques à un plus jeune âge et ces enfants deviendront plus touchés en vieillissant.

Le coût de l'obésité augmentera, réduisant ainsi notre capacité à financer d'autres programmes et services.

Les enfants qui ne disposent pas d'installations de loisirs dans leur quartier sont moins susceptibles de faire de l'activité physique après l'école.³

Une enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes indique que seulement 36 % des enfants de 2 à 3 ans et 44 % des enfants de 4 à 5 ans font régulièrement des activités physiques non structurés toutes les semaines.⁴

Effet sur les enfants et les jeunes

« Il est très important pour le Orillia Youth Centre de créer et d'offrir des programmes qui sont accessibles et inclusifs. Nous obtenons d'incroyables résultats grâce à la participation de tous, peu importe les restrictions monétaires ou obstacles physiques et nous continuerons à exercer des efforts pour répondre aux besoins des jeunes. »

Bénévole, Orillia Youth Group

« Les loisirs accessibles et inclusifs font partie intégrante des services que nous devons offrir pour renforcer les aptitudes sociales, de vie et de mouvement chez nos enfants. »

Bénévole, entraîneur certifié PlayBall, comté de Simcoe

« Les partenariats liés aux loisirs familiaux me permettent

d'aider au succès des enfants au sein de leur groupe pair. »

Bénévole, Club garçons et filles, Midland



Identification des groupes à risque

L'accès accru aux loisirs fait partie de la solution pour réduire

l'obésité. Selon les données, les groupes prioritaires qui risquent d'être inactifs sont : personnes d'un faible niveau socio-économique, enfants, je-



unes (12-19 ans) et aînés. Les décideurs politiques doivent porter une plus grande attention à offrir des occasions à ces populations. Encouragez les représentants de l'administration locale à soutenir un meilleur accès aux loisirs.



Les récompenses et avantages sont nombreux et importants :

Les activités de loisirs aident à acquérir :

- les compétences de prise de décisions
- les comportements de collaboration
- les relations positives et le sentiment d'habilitation
- les comportements de franc jeu
- la pensée et la planification proactives
- un code de conduite moral et solide
- les habiletés cognitives et motrices des enfants

Les personnes dont les habiletés motrices sont plus développées ont tendance à être plus actives, populaires, débrouillardes,

attentives et coopératives.

Les loisirs offrent aussi la chance aux enfants d'apprendre, d'intégrer et de pratiquer les compétences nécessaires à la croissance et à l'apprentissage futurs. La poursuite de buts individuels comme le plaisir et l'amusement, permet d'accroître l'atteinte des buts du participant dans les autres domaines.⁵

Les bienfaits des loisirs sont particulièrement importants pour les enfants. En plus de stimuler le développement physique et moteur, les occasions de

loisir peuvent les aider à acquérir de précieuses compétences liées à la qualité de la vie, notamment la confiance, la communication, la détermination, le leadership et l'orientation vers un but.⁶



Projets locaux

Pour des renseignements multilingue sur les ressources communautaires 24/7, appelez 211, ATS 1 888 435-6086 ou en ligne www.211SimcoeCounty.ca



Les plans de transport actif élaborés par les municipalités, en consultation avec les partenaires communautaires, rendent toute forme de transport à propulsion humaine un mode d'accès aux loisirs sécuritaire et commode c.-à-d. aller-retour actif et sûr pour l'école/le travail.

Programmes subventionnés

Health STAR et Bon départ de Canadian Tire sont des modèles de programmes d'intervention sociale qui font le lien entre les enfants et leurs démons et les occasions de sport et de loisirs. Le



YMCA, les municipalités

et les fournisseurs privés s'occupent de gérer le financement des occasions de loisirs.



Les camps d'été offrent de nouvelles activités pour activer les enfants

Les camps d'été permettent à votre enfant d'apprendre, de s'épanouir, de se faire de nouveaux amis, de s'amuser et d'essayer de nouvelles activités. Plusieurs organismes communautaires, municipalités et le YMCA local offrent des subventions aux familles. Communiquez avec un fournisseur de camp dans votre communauté pour trouver un lieu actif ou votre enfant peut se faire des amis, acquérir de nouvelles compétences et accroître son autonomie.

Coordinated Approach to Children's Health (CATCH)

Le YMCA, en partenariat avec le Simcoe County District School Board (SCDSB), lance le programme CATCH dans les écoles élémentaires du comté. CATCH est une mentalité que les participants et leaders adoptent; c'est une façon d'assurer la prestation de



programmes aux enfants de manière amusante, inclusive et productive. CATCH a pour but d'encourager les enfants à adopter un style de vie sain qui se poursuit au-delà de l'activité structurée.

Les enfants doivent réduire le temps d'inaction et être actifs tous les jours.

Les enfants doivent être actifs chaque jour et viser au moins 60 minutes de jeu actif tous les jours.

Les enfants et les jeunes doivent viser un maximum de 2 heures devant l'écran par jour.⁷

Au moins UNE HEURE par jour.



PAS PLUS de 2 heures par jour.



Mise en œuvre de pratiques exemplaires

Prix abordable – Assurer l'existence d'un éventail complet de programmes de loisirs dans chaque communauté de la province. Là où l'utilisateur doit payer, fournir l'aide financière à ceux ayant des obstacles financiers.

Établir des partenariats communautaires qui permettront de concrétiser l'accès abordable aux loisirs dans les communautés. Les politiques réduiront les obstacles financiers à la participation aux sports, aux loisirs et à

l'activité physique.⁸

Lieux de jeu – Toute communauté doit se doter d'espaces formels et informels où les gens peuvent participer aux activités de loisirs. Les frais de location ne présenteront aucun obstacle à l'utilisation communautaire des espaces publics.

Sensibilisation – Communiquer avec les résidents à faible revenu pour qu'ils connaissent l'existence et l'importance des occasions de loisirs abordables.

Environnement bâti – Une communauté

favorisant la marche est un bon investissement durable. Trouver le moyen de créer et de soutenir une culture de marche, de vélo et de fauteuil roulant p. ex. trottoirs accessibles et stationnement pour vélo dans les lieux de rassemblement public.

Charles Gardner, médecin hygiéniste de Simcoe Muskoka dit « La plupart des gens ne récolteront pas les bienfaits de la santé uniquement par les sports ou les activités physiques organisées. Notre milieu doit favoriser un mode de vie actif. »

Footnotes

1. Le jeu actif est-il en voie d'extinction? 2012 Bulletin de l'activité physique chez les jeunes de Jeunes en forme Canada.

2. Centre de toxicomanie et de santé mentale (2011) Sondage sur la consommation de drogues et la santé des élèves de l'Ontario (SCDSEO). 1977 – 2011 Toronto, Ontario : Centre de toxicomanie et de santé mentale.

3. Tucker, P., Irwin, J. D., Gilliland, J., He, M., Larsen, K., et Hess, P. (2009). Environmental influences on physical activity levels in youth. *Health & Place*, 15(1), 357-363.

4. Directives canadiennes en matière d'activité physique. Société canadienne de physiologie de l'exercice, www.csep.ca, consulté le 21 décembre 2012.

5. Estes et Henderson, 2003 *Enjoyment and the Good Life*, Parks and Recreation Magazine.

6. Role of Recreation in promoting social inclusion. Peter Donnelly, Jay Coakley, décembre 2002.

7. Source : www.csep.ca/directives

8. Ontario Task Group on Access to Recreation for Low-Income Families (2009). *Affordable Access to Recreation for Ontarians: Policy Framework. Every One Plays.* <http://lin.ca/resource-details/15518>