



CONSEIL DE QUARTIER

SAINT-SACREMENT

Cartographie conceptuelle de l'activité physique et de l'alimentation dans le quartier Saint-Sacrement

Par Alexandre Lebel
et Michael Cantinotti*

Bibliothèque du Conseil de quartier Saint-Sacrement

Collection « Résumé d'études sur le quartier »

Numéro 3 – mars 2012

Sommaire

L'excès de poids représente un problème de santé publique majeur dans les pays occidentaux, mais réparti de façon inégale dans la population et entre les régions. Une analyse exploratoire, effectuée à l'échelle de la région de la Capitale-Nationale, a mis en évidence que les habitants de certains milieux de vie de la ville de Québec (quartiers St-Sacrement, Lairet, des municipalités de Baie St-Paul et de Pont-Rouge) ont un risque de faire de l'excès de poids significativement différent de l'ensemble de la région. La présente étude porte sur la perception d'acteurs locaux au sujet des aspects qui influencent l'alimentation et l'activité physique.

Objectifs de cette étude

- Identifier les éléments des milieux de vie qui sont perçus par les répondants comme ayant une influence sur l'activité physique et l'alimentation.
- Présenter les relations entre ces différents éléments sous la forme d'une carte conceptuelle, suggérant des pistes d'actions prioritaires afin de favoriser la concertation au sujet des mesures locales sur la saine alimentation et la pratique d'activités physiques.



Méthodologie

Plus de 40 personnes possédant une expérience approfondie de leur milieu de vie ont classé une série d'éléments identifiés lors de groupes de discussion, en rassemblant les éléments qu'ils percevaient comme étant conceptuellement similaires.

Les participants ont coté les éléments en fonction de **l'importance perçue de l'action** sur ces éléments pour améliorer la situation (alimentation et activité physique) et également en fonction de **leur capacité à agir (emprise)** sur ces éléments à l'échelle locale.

Ces informations ont permis de représenter graphiquement la vision globale qu'ont les acteurs locaux des facteurs influençant la pratique de l'activité physique et de l'alimentation.

Les groupes conceptuels

Huit groupes conceptuels regroupant 65 éléments^(*) perçus comme ayant une influence sur l'activité physique et l'alimentation :

- Groupe 1. La mobilisation de la communauté (9 éléments)
- Groupe 2. L'aménagement favorable à l'activité physique (18 éléments)
- Groupe 3. L'accès et l'offre de l'activité physique (11 éléments)
- Groupe 4. L'accessibilité alimentaire (5 éléments)
- Groupe 5. La culture alimentaire (3 éléments)
- Groupe 6. L'aménagement urbain et la proximité (9 éléments)
- Groupe 7. La situation socioéconomique des ménages (7 éléments)
- Groupe 8. Le parcours de vie (3 éléments)

Résultats : Les cinq principaux constats émergeant de la carte conceptuelle relative aux quatre milieux de vie retenus (Quartier St-Sacrement, Lairet, municipalités de Baie-St-Paul et de Pont-Rouge)

- Il y a une nette surreprésentation des éléments relatifs à l'activité physique par rapport à ceux qui concernent l'alimentation.
- Il y a très peu d'éléments qui prennent en considération simultanément l'activité physique et l'alimentation.
- Les éléments associés à l'activité physique relèvent principalement de l'organisation communautaire et de l'environnement physique.
- Les éléments associés à l'alimentation relèvent principalement de choix individuels et de l'environnement social.
- Il semble y avoir un fort consensus parmi les acteurs locaux à l'effet que la cohésion sociale (ou le tissu social) du milieu forme un aspect particulièrement important du problème.

Résultats selon les acteurs locaux du quartier Saint-Sacrement

Zone I : Zone d'action prioritaire. Les acteurs locaux du quartier accordent une **grande importance** (score de 3 et +) et expriment un **sentiment d'emprise élevé** (score de 3 et +) envers les éléments retenus.

En somme, ils disent : « Ces éléments sont très importants et on peut y exercer un grand contrôle ».





- Bien que les 15 éléments d'action prioritaires soient répartis dans cinq groupes conceptuels différents, la grande majorité des éléments font intervenir un aspect de l'activité physique, qu'il soit au niveau de « l'aménagement favorable à l'activité physique » ou celui de « l'accès et offre de l'activité physique ».
- Une des particularités du quartier St-Sacrement comparativement aux autres milieux étudiés est que les acteurs locaux estiment que certains aspects de « l'aménagement urbain et de proximité » représentent une priorité.
- Trois éléments du groupe « la mobilisation des communautés » s'insèrent dans la zone d'action I. Ceci indique que la cohésion de la communauté constitue pour les acteurs locaux du quartier un aspect important de la problématique» .

Les groupes conceptuels regroupant les éléments du milieu de vie de la zone I :

● Groupe 1. La mobilisation de la communauté

- 3 Concertation et organisation du milieu.
- 22 Volonté politique de connaître les besoins et les attentes de la population au sujet des habitudes de vie.
- 61 Présence d'un conseil de quartier.

● Groupe 2. L'aménagement favorable à l'activité physique

- 19 Facilité des déplacements à pied.
- 38 Présence de pistes cyclables.
- 39 Sentiment de sécurité dans les rues.
- 58 Environnement sécuritaire pour les déplacements à pied ou à vélo.

● Groupe 3. L'accès et l'offre de l'activité physique

- 5 Accessibilité aux activités de loisirs.
- 8 Offre d'activités physiques adaptées au coût de la vie.
- 12 Diffusion de l'information à la population concernant les loisirs.
- 23 Diversification de l'offre d'activités physiques.
- 52 Bonne organisation de l'offre d'activité physique.
- 65 La quantité d'infrastructures pour l'activité physique.

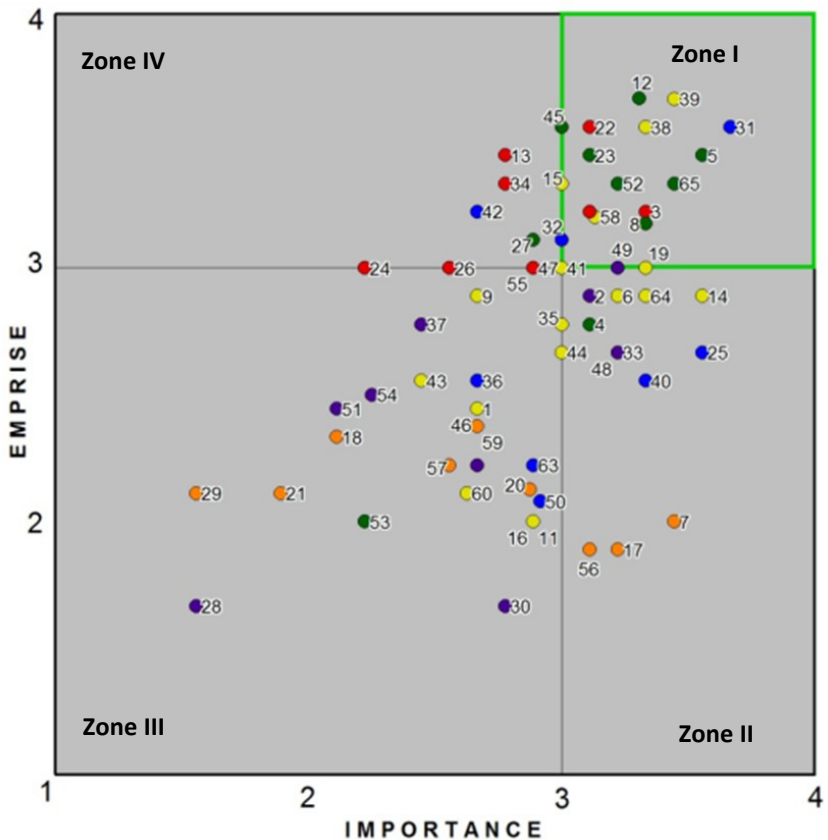
● Groupe 4. L'accessibilité alimentaire

- 31 Alimentation dans les écoles.

● Groupe 6. L'aménagement urbain et proximité

- 49 Présence de commerces de proximité.





Zone II : Zone d'action mitigée. Les acteurs locaux du quartier accordent une **grande importance** (score de 3 et +) combinée à un **sentiment d'emprise moindre** (score de 3 et -) envers les éléments retenus.

En somme ils disent : « Ces éléments sont très importants mais on les contrôle moins ».

Les groupes conceptuels regroupant les milieux de vie de la zone II :

● Groupe 2. L'aménagement favorable à l'activité physique

- 6 Présence de grands espaces dans la nature.
- 14 Proximité de la nature (ex. : pour aller faire de la randonnée).
- 33 Déplacement actif pour aller au travail.
- 35 Forêt urbaine.

41 Constitution du quartier favorise l'adoption de bonnes habitudes de vie chez les enfants ex. : à l'école à vélo).

44 Quartier central qui permet l'accès à pied aux activités culturelle.

64 Plaisir de marcher.

Groupe 3. L'accès et l'offre de l'activité physique

4 Groupes communautaires qui intègrent l'activité physique dans leurs actions.

Groupe 4. L'accessibilité alimentaire

25 Bonne alimentation intégrée à la culture alimentaire des enfants.

40 Culture de « bonne alimentation » qui se transmet d'une génération à l'autres.

Groupe 6. L'aménagement urbain et proximité

2 Variété de commerces que l'on trouve sur la rue commerciale.

48 Proximité de la rue commerciale par rapport aux rues de quartier.

Groupe 7. La situation socioéconomique des ménages

7 Charge de travail chez les parents.

17 Charge familiale.

56 Temps et argent requis pour les choix santé.

Zone III : Zone d'action non prioritaire. Les acteurs locaux du quartier accordent une **importance moindre** (score de 3 et -) et expriment un **sentiment d'emprise moindre** (score de 3 et -) envers les éléments retenus.

En somme, ils disent: « *Ces éléments sont moins importants et on les contrôle moins* ».

Les groupes conceptuels regroupant les milieux de vie de la zone III :

Groupe 1. La mobilisation de la communauté

24 Tradition de consultation citoyenne.

26 Volonté politique d'effectuer des activités de promotion et de sensibilisation sur le terrain.

47 Présence de leaders qui mobilisent les milieux communautaires.

● Groupe 2. L'aménagement favorable à l'activité physique

9 Visibilité des espaces pour l'activité physique.

11 Proximité de la résidence au lieu de travail.

16 Temps passé en voiture.

43 L'étendue du territoire où se situent les infrastructures disponibles.

46 Facilité de sociabiliser avec la marche.

60 Voir des personnes qui font leur épicerie à pied.

● Groupe 3. L'accès et l'offre de l'activité physique

53 Développement de l'offre pour l'activité physique par les entreprises privées.

● Groupe 4. L'accessibilité alimentaire et la culture alimentaire

36 Présence et proximité de l'agriculture (ex. : accès à des fruits frais).

50 Conserver la tradition de faire la cuisine.

63 L'offre de repas préparés à l'épicerie.

● Groupe 6. L'aménagement urbain et proximité

28 Présence de commerces de type « Dollorama » (épicerie).

30 Avoir des amis ou de la famille à proximité pour réaliser des activités ensemble.

37 Coûts des infrastructures et du respect des normes gouvernementales.

51 Quartier résidentiel, unifamilial.

54 Stabilité de la population (beaucoup de propriétaires).

● Groupe 7. La situation socioéconomique des ménages et le parcours de vie

1 Difficultés économiques de la classe moyenne.

18 Résistance au changement d'alimentation chez les personnes âgées.

20 Milieu plus aisé.

21 Ségrégation spatiale associée à l'âge.

29 Lobbies qui influencent la consommation des personnes âgées.

57 Coût de la vie élevé.

59 Vieillesse de la population.

Zone IV : Zone d'action mitigée. Les acteurs locaux du quartier accordent une **importance moindre** (score de 3 et -) combinée à un **sentiment d'emprise élevé** (score de 3 et +) envers les éléments retenus.

En somme ils disent : « Ces éléments sont moins importants mais on les contrôle davantage ».

Les groupes conceptuels regroupant les milieux de vie de la zone IV :

● Groupe 1. La mobilisation de la communauté

- 13 Présence de bénévoles qui organisent des activités.
- 34 Culture de recherche de la qualité de vie dans le quartier.

● Groupe 2. L'aménagement favorable à l'activité physique

- 15 Stimuli (incitatifs) de l'environnement pour l'activité physique.

● Groupe 3. L'accès et l'offre de l'activité physique

- 27 Augmenter l'offre d'activités physiques organisées pour les femmes adultes.
- 45 Diffusion de l'information à la population concernant les activités physiques.

● Groupe 4. L'accessibilité alimentaire et la culture alimentaire

- 32 Activités de sensibilisation par rapport à l'alimentation sur le long terme.
- 42 Accès aux produits locaux.



Conclusion

L'identification des éléments perçus par les acteurs locaux du quartier St-Sacrement comme ayant une grande influence conduit à une carte conceptuelle pouvant devenir un outil **d'évaluation** et de **planification** des activités relatives à la problématique du poids et de l'activité physique dans notre quartier.

Cette carte conceptuelle peut favoriser l'harmonie des actions visant à améliorer ou maintenir la qualité des milieux de vie dans une perspective de santé publique en suivant les trois règles suivantes :

1. Répartir les actions dans les différents secteurs de la carte.
2. Considérer les priorités identifiées par les acteurs locaux.
3. Réfléchir au sens de la surreprésentation et de la sous-représentation des groupes d'éléments.



Cette collection résume des études portant en partie ou en totalité sur le quartier St-Sacrement. Pour connaître l'intégrale de la présente recherche, consulter la référence ci-dessous.

Dans le présent résumé nous retenons seulement les éléments descriptifs du quartier Saint-Sacrement sans comparaison avec le quartier Lairet.

Roger Boileau, rédacteur et responsable de la collection.

*Sources : (1) Lebel, Alexandre et Michael Cantinotti (2009). *Rapport-synthèse. Cartographie conceptuelle de l'activité physique et de l'alimentation dans la région de la Capitale-Nationale*, 17p. (Résumé et traduction française du chap. 5 de la thèse qui suit).

(2) Lebel, Alexandre (2011). *La géographie de l'excès de poids au Québec. Exploration d'une problématique multiscalaire et multidimensionnelle en santé publique*. Thèse de doctorat, École supérieure d'aménagement du territoire et développement régional, Faculté d'aménagement, d'architecture et des arts visuels, Université Laval, Québec, 268 p.

Disponibilité : ① Secrétariat du conseil de quartier St-Sacrement

② Bibliothèque U. Laval (HT 390.5 UL 2011 L 442).