Centre intégré universitaire
de santé et de services sociaux
du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

PLUS FORT AVEC VOUS

RÉSULTATS DE L'ENQUÊTE EFFECTUÉE EN FÉVRIER-MARS 2017 SUR LE PORTRAIT DES INITIATIVES EN SAINES HABITUDES DE VIE DANS LES CÉGEPS PUBLICS DE L'ÎLE DE MONTRÉAL

Québec

TABLE DES MATIÈRES

Mise en contexte 3

Charte, métropole physiquement active, système alimentaire montréalais, lutte contre le tabagisme 3

Environnement favorable aux saines habitudes de vie (efshv), activité physique, saine alimentation, tabagisme 4

Objectifs de l'enquête 4

Méthodologie 5

Résultats 6

Politique santé 7

Partenariats 10

Services : accès à des activités physiques 11

Services : accès à une saine alimentation 12

Tabagisme : un environnement sans fumée 14

Discussion 15

Conclusion 16

Recommandations 17

Bibliographie 18

Annexe 19

Questionnaire envoyé aux 12 répondants 20

Questionnaire 21

MISE EN CONTEXTE

Une rencontre au Regroupement des collèges du Montréal métropolitain (RCMM) a eu lieu récemment afin de présenter les Plans d'action de Montréal physiquement active (MPA) et du Système alimentaire montréalais (SAM). En réponse à cette rencontre, les 12 cégeps publics de l'île de Montréal, membres de la Fédération des cégeps du Québec (FCQ), furent invités à participer à une enquête visant à dresser le portrait des saines habitudes de vie de chacun de ces établissements. Plus précisément, cette enquête a porté sur la politique santé, les partenariats, l'accès à des activités physiques, l'accès à une saine alimentation et l'environnement sans fumée. L'enquête a été réalisée par le service Environnement urbain et saines habitudes de vie de la Direction régionale de santé publique du Centre intégré universitaire de santé et des services sociaux du Centre-Sud-de-Montréal (DRSPM). Dans chacun des 12 cégeps, un membre de la direction ou du personnel avait été mandaté par l'établissement pour répondre à l'enquête.

CHARTE, MÉTROPOLE PHYSIQUEMENT ACTIVE, SYSTÈME ALIMENTAIRE MONTRÉALAIS, LUTTE CONTRE LE TABAGISME

La Charte de Toronto pour l'activité physique, adoptée en mai 2010, plaide en faveur d'un engagement politique et social plus important pour promouvoir l'amélioration de la santé par l'activité physique pour tous (Global Advocacy Council of Physical Activity et collab., 2010). Dans le cadre du *Sommet Montréal physiquement active*, tenu en mai 2014 et réunissant plus de 300 partenaires, la Ville de Montréal a adhéré officiellement à la Charte de Toronto (Falkner, 2017).

Montréal, Métropole en santé (aussi appelé Table intersectorielle régionale en saines habitudes de vie) coordonne deux mobilisations majeures. La première mobilisation, Montréal physiquement active, concerte une centaine de partenaires travaillant autour d'un plan d'action et quatre grands axes d'intervention :

1. aménager des milieux de vie en faveur de l'activité physique;
2. rendre accessibles le transport actif et le plein air urbain;
3. valoriser la pratique sportive et ses événements et;
4. promouvoir et communiquer un mode de vie physiquement actif (Falkner, 2017).

La deuxième mobilisation, Système alimentaire montréalais, concerte une trentaine de partenaires travaillant autour d'un plan d'action et quatre grands objectifs :

1. renforcer le maillage régional;
2. favoriser l'accès physique à une saine alimentation;
3. développer et consolider l'offre et la demande alimentaire en institutions publiques (secteurs éducatif, municipal et santé) et;
4. soutenir le développement de l'agriculture urbaine et périurbaine (Chahine, 2015). Une collaboration étroite anime ces deux mobilisations par le biais de plusieurs activités régionales transversales en saines habitudes de vie.

ENVIRONNEMENT FAVORABLE AUX SAINES HABITUDES DE VIE (EFSHV), ACTIVITÉ PHYSIQUE, SAINE ALIMENTATION, TABAGISME

Un « environnement favorable à la santé » présente des conditions propices à la santé. Dans le cas des saines habitudes de vie et de la prévention des problèmes reliés au poids, un environnement favorable signifie que ces « conditions » aideront à faire des choix sains, à adopter des comportements alimentaires meilleurs pour la santé et à avoir un mode de vie physiquement actif et sans tabac. Elles contribueront aussi à développer et à maintenir l'estime de soi et une bonne image corporelle (MSSS, 2012).

Faire de l'activité physique régulièrement permet de prévenir plusieurs maladies chroniques, comme les maladies du cœur et le diabète de type 2. L'activité physique aide aussi à diminuer le stress et à améliorer la concentration. Une alimentation nutritive et équilibrée constitue un facteur déterminant pour la santé. Il est important de consommer, en quantité adéquate, des aliments sains qui fournissent tous les nutriments nécessaires pour rester en santé (Québec, Portail santé mieux-être).

Au regard du tabagisme, les établissements d'enseignement collégial sont tenus d'adopter au plus tard le 26 novembre 2017, une politique de lutte contre le tabagisme. Cette politique devra comporter les trois objectifs suivants :

1. créer des environnements totalement sans fumée à l'intérieur comme à l'extérieur;
2. promouvoir une vie sans tabac et;
3. favoriser l'abandon du tabagisme chez les étudiants, les enseignants et le personnel (MSSS, 2016).

OBJECTIFS DE L'ENQUÊTE

Concernant les plans d'action MPA et SAM et la loi visant à renforcer la lutte contre le tabagisme

1. Dresser le portrait des initiatives en saines habitudes de vie dans les 12 cégeps publics de l'île de Montréal.
2. Déterminer s'il y a des disparités entre les cégeps en ce qui a trait au degré d'avancement des initiatives en saines habitudes de vie.

MÉTHODOLOGIE

Questionnaire

Le questionnaire a été élaboré par le service Environnement urbain et saines habitudes de vie de la DRSPM en collaboration avec MPA et le SAM. Les questions de la section tabac ont été conçues par le service Santé des adultes et des ainées de la DRSPM. Une invitation à répondre au questionnaire fut envoyée en février et mars 2017 à un membre de la direction ou du personnel mandaté par chacun des 12 cégeps. L'invitation comprenait une brève description du concept d'« environnement favorable à de saines habitudes de vie ».

Le questionnaire a été créé en ligne sur LimeSurvey. Il comportait 64 questions, ou sous-questions, à choix multiple ou à développement portant sur la politique santé et les partenariats, l'accès à des activités physiques et à une saine alimentation et, enfin, à la lutte au tabagisme.

Les deux premières sections du questionnaire visaient à déterminer le nom de l'établissement, la fonction du membre du personnel mandaté pour répondre au questionnaire, le nombre d'étudiants et d'employés, l'existence ou non d'une politique et d'un comité en matière d'EFSHV, les stratégies utilisées pour l'implantation des EFSHV, la méthode utilisée afin de tenir compte des besoins en EFSHV des cégépiens et des employés, les principales barrières à la création ou au maintien d'EFSHV et l'ouverture du cégep par rapport aux besoins en EFSHV de la communauté hors cégep.

Toujours en matière d'EFSHV, la troisième section a porté sur les partenariats entre le cégep et les organisations hors cégep pour le partage des installations et des services du cégep, la possibilité pour la communauté hors cégep d'utiliser les installations sportives, le niveau d'implication du cégep dans des projets (jardins, cuisines collectives) dans la communauté hors cégep, l'intérêt du cégep à travailler avec un ou d'autres cégeps sur un projet ou des enjeux et l'appréciation du répondant par rapport à l'état général des installations sportives du cégep.

Les sections quatre et cinq du questionnaire portaient sur les services sportifs et alimentaires offerts par le cégep. Plus spécifiquement, ces sections se penchaient sur les installations sportives intérieures et extérieures, l'utilisation de ces installations par les cégépiens et les employés en dehors des cours réguliers, la présence de supports à vélo, la disponibilité en tout temps des vestiaires et des douches pour les cégépiens et les employés et l'incitation du cégep à favoriser l'utilisation des escaliers au lieu des ascenseurs. Plusieurs questions concernaient l'offre alimentaire ainsi que les endroits ou services offrant des repas ou de la nourriture, les jours et les heures d'ouverture, le type d'opérateur, les rabais offerts, la qualité de l'environnement (places assises avec table pour manger, lumière, son et aménagement) et les ententes particulières avec des organismes pour accueillir à la cafétéria certaines clientèles hors cégep (personnes âgées, personnes vulnérables, etc.). La dernière question de cette section concernait la contribution du cégep à certains projets communautaires (jardin collectif, achat groupé, halte alimentaire, etc.).

La dernière section traitait de la lutte au tabagisme au cégep. Les répondants ont été questionnés sur la politique de lutte contre le tabagisme, les campagnes de promotion des services de soutien à l'arrêt tabagique, l'intérêt à recevoir des conseils et de l'expertise de la DRSPM en matière de lutte au tabac et la fumée de tabac à l'intérieur des résidences pour les étudiants. Les réponses ont été exportées et traitées dans le logiciel Excel.

RÉSULTATS

Au total, 11 cégeps sur 12 ont répondu au questionnaire en ligne. Ce taux de participation, plus de 90 %, permet de dresser un portrait très représentatif de la situation qui prévaut en matière d'EFSHV dans les cégeps publics situés sur l'île de Montréal (Tableau 1). La grande majorité des répondants sont directeurs ou directeurs adjoints des services aux étudiants (Tableau 2). Le nombre de cégépiens varie grandement d'un cégep à l'autre. Grossièrement, nous pouvons catégoriser les cégeps en trois groupes selon la taille de leur population étudiante : petite, moyenne et grande (Tableau 3). D'autre part, la localisation des cégeps sur l'île de Montréal diffère grandement et on retrouve ceux-ci tantôt près du centre-ville, tantôt en périphérie éloignée (carte 1). La localisation géographique d'un cégep peut avoir de multiples répercussions parfois positives ou parfois négatives sur les services de transport en commun, la proximité d'une voie cyclable et de stations Bixi, la présence d'installations sportives extérieures, la présence de parcs et de verdure, la présence de services à proximité du cégep, la présence de restaurants rapides (*fast-food*) etc. Conséquemment, il devient difficile, voire hasardeux, de tenter toute comparaison entre les cégeps. Avant d'aborder les résultats section par section, mentionnons que le lecteur peut consulter le questionnaire envoyé aux répondants dans la section annexe.

TABLEAU 1. Cégeps publics de l'île de Montréal participant au questionnaire

Cégep ou Collège			
Ahuntsic	Gérald-Godin	Marie-Victorin	Vanier
André-Laurendeau	John Abbott	Rosemont	Vieux Montréal
Bois-de-Boulogne	Maisonneuve	Saint-Laurent	

TABLEAU 2. Répartition des répondants selon leur fonction

Titre ou fonction du répondant	nbr
▪ Conseiller à la vie étudiante	1
▪ Directeur des services aux étudiants	6
▪ Directeur adjoint des services aux étudiants	2
▪ Technicien en développement durable ou en environnement	2

TABLEAU 3. Catégorisation des cégeps selon le nombre de cégépiens

Nombre de cégépiens	nbr
▪ Cégep avec petite population (1 200 et moins)	1
▪ Cégep avec moyenne population (3 000 à 4 000)	5
▪ Cégep avec grande population (5 000 à 8 000)	5

POLITIQUE SANTÉ

Un total de 10 répondants sur 11 ont répondu à cette section du sondage. Moins de la moitié des répondants (4 sur 10) ont mentionné qu'une politique en matière d'EFSHV existait dans leur cégep. Par contre, 90 % des répondants (9 sur 10) ont indiqué qu'il y avait au moins 1 comité traitant d'EFSHV dans leur cégep. C'est le cas depuis plus de 10 ans pour 4 cégeps, 5 à 10 ans pour 2 cégeps et moins de 5 ans pour 3 cégeps. Selon ces 9 répondants, les comités de ces 9 cégeps utilisent au moins 3 stratégies sur les 8 stratégies sondées, pour implanter des EFSHV. Le 10e répondant a indiqué que bien qu'il n'y avait pas de comité à son cégep, ce dernier utilisait quand même des stratégies pour implanter des EFSHV (Tableau 4).

TABLEAU 4. Politique, comité et stratégies en matière d'EFSHV dans le cégep; Nombre par cégep

Politiques santé	nbr de cégeps
Existe-t-il une politique en matière d'EFSHV dans votre cégep ?	4
Y a-t-il un comité qui traite des EFSHV dans votre cégep (comité santé, développement durable, etc.) ?	9
Si oui, depuis combien de temps ?	
▪ depuis moins de 5 ans	3
▪ depuis 5 à 10 ans	2
▪ depuis 10 ans et plus	4
Si oui, quel est son mandat ?	
Mandat	
▪ recommandations au Conseil de direction	3
▪ bilan annuel au Conseil de direction	3
▪ identification, sélection et réalisation des activités d'information, de promotion et de sensibilisation	9
▪ identification, sélection et promotion l'accès à des activités physiques et/ou à une saine alimentation	9
Y a-t-il des stratégies utilisées par le comité pour implanter des EFSHV ?	9
Quelles sont les stratégies utilisées par le comité pour implanter des EFSHV ?	
Stratégies	
▪ financement, budget	6
▪ plan d'action	8
▪ sondage sur les besoins des cégépiens et des employés	5
▪ revitalisation des espaces intérieurs	8
▪ revitalisation des espaces extérieurs	8
▪ programme ou activités pour les employeurs	7
▪ programme ou activités pour les étudiants	8
▪ programme ou activités pour les membres de la communauté	8

Plus de la moitié des répondants (6 sur 10) ont rapporté que leur cégep tenait compte des besoins de la communauté hors cégep (ni employés du cégep, ni étudiants du cégep) en matière d'EFSHV. Toutefois, selon les réponses obtenues, parfois un peu ambiguës, à la sous-question « si oui, comment », le nombre de cégeps tenant compte des besoins de la communauté hors cégep est sans doute inférieur à 6 sur 10. Parmi ceux qui n'ont pas répondu « oui » à cette question, un répondant indiquait qu'il ne savait pas, tandis que les 3 autres affirmaient que le cégep n'avait pas le mandat ou les ressources nécessaires pour agir en ce domaine (Tableau 5). Finalement, compte tenu des réponses parfois contradictoires obtenues à la question suivante « si le comité n'a jamais sondé les cégépiens et les employés, de quelle manière s'assure-t-il de tenir compte de leurs besoins en matière d'EFSHV ? ». Nous avons décidé de ne pas les présenter dans le rapport.

TABLEAU 5. Besoin de la communauté (hors cégep) en matière d'EFSHV; Nombre par cégep

Section : politiques santé	nbr de cégeps
Tenez-vous compte des besoins de la communauté hors cégep en matière d'EFSHV ?	6
Si oui, comment ?	
▪ activités sportives	2
▪ activités d'information	1
▪ dialogue avec le municipal	1
▪ partage d'idées et d'initiatives	1
▪ bilan, sondage	1

PARTENARIATS

Plus de 80 % des répondants (9 sur 11) ont indiqué qu'il existait au moins un partenariat entre leur cégep et d'autres organisations hors cégep pour le partage des installations et des services du cégep. Moins de la moitié des répondants (5 sur 11) ont rapporté que le cégep était impliqué dans la communauté hors cégep dans des projets en EFSHV. Plus d'un répondant sur deux (6 sur 11) ont exprimé le souhait de travailler en priorité en collaboration avec d'autres cégeps sur des enjeux ou un projet portant sur les SHV (Tableau 6).

TABLEAU 6. Partenariats avec d'autres organisations, implication dans des projets dans la communauté et enjeux ou projets avec d'autres cégeps

Partenariat	nbr de cégeps
Existe-t-il des partenariats en matière d'EFSHV entre le cégep et des organisations (hors cégep) pour le partage des installations et des services du cégep ?	9
Partenariats	
▪ cégep et l'arrondissement	8
▪ cégep et des commissions scolaires	2
▪ cégep et des organismes communautaires	5
▪ cégep et des entreprises privées	3
▪ cégep et un autre cégep	1
Le cégep, est-il impliqué dans la communauté (hors cégep) dans des projets en EFSHV (cuisines collectives, jardins communautaires, etc.) ?	5
▪ récréotouristique	1
▪ jardin communautaire, potager	4
Y a-t-il des enjeux ou un projet portant sur les SHV pour lequel vous souhaitez travailler en priorité en collaboration avec les autres Cégeps ?	6

Par ailleurs, tous ont répondu que les installations sportives présentes au cégep pouvaient être utilisées par la communauté hors cégep. Finalement, plus de 80 % des sondés (9 sur 11) ont qualifié l'état général des installations sportives du cégep comme étant excellent ou bon (Tableau 7).

TABLEAU 7. Utilisation des installations sportives du cégep par la communauté hors cégep et qualification de l'état général des installations sportives

Section : partenariat	nbr de cégeps
Hormis les cégépiens et les employés, les installations sportives présentes au cégep peuvent-elles être utilisées par la communauté (hors cégep) ?	11
Si oui, comment qualifieriez-vous la participation de la population (hors cégep) ?	
▪ bonne (plusieurs participants)	8
▪ moyenne	0
▪ faible (peu de participants)	3
Comment qualifieriez-vous l'état général de vos installations sportives ?	
▪ excellent	3
▪ bon	6
▪ moyen	1
▪ faible	1
▪ inadéquat	0

SERVICES : ACCÈS À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

Un total de 10 répondants sur 11 ont participé à cette section du sondage. Les 10 répondants ont indiqué qu'en dehors des cours, les installations sportives présentes au cégep pouvaient être utilisées par les cégépiens et les employés. En ce qui concerne l'utilisation des installations sportives, 80 % des sondés (8 sur 10) ont qualifié la participation des cégépiens et des employés comme étant bonne (4 cégépiens *versus* 1 employé) ou moyenne (4 cégépiens *versus* 7 employés). Dans les 10 cégeps, il y a des supports à vélo ainsi que des vestiaires et des douches disponibles en tout temps pour les cégépiens et les employés. Enfin, 6 participants sur 10 ont indiqué que leur cégep encourageait l'utilisation des escaliers au lieu des ascenseurs (Tableau 8).

TABLEAU 8. Utilisation des installations sportives et des escaliers par les cégépiens et les employés, disponibilité en tout temps des vestiaires et des douches pour les cégépiens et les employés et présence de supports à vélo

Accès à des activités physiques	nbr de cégeps
En dehors des cours réguliers, les installations sportives peuvent-elles être utilisées par les cégépiens ?	10
Si oui, comment qualifieriez-vous la participation des cégépiens ? ▪ bonne (plusieurs participants)	4
▪ moyenne	4
▪ faible (peu de participants)	2
En dehors des cours réguliers, les installations sportives peuvent-elles être utilisées par les employés ?	10
Si oui, comment qualifieriez-vous la participation de la population hors cégep ? ▪ bonne (plusieurs participants)	1
▪ moyenne	7
▪ faible (peu de participants)	2
Y a-t-il des supports à vélo au cégep ?	10
Les vestiaires et les douches du cégep sont-ils disponibles en tout temps pour les cégépiens ?	10
Les vestiaires et les douches du cégep sont-ils disponibles en tout temps pour les employés ?	10
Le cégep encourage-t-il l'utilisation des escaliers au lieu des ascenseurs ?	6

SERVICES : ACCÈS À UNE SAINE ALIMENTATION

Les 11 cégeps sondés disposent d'au moins une cafétéria et de machines distributrices de nourriture. Aussi, presque tous les cégeps (10 cégeps sur 11) hébergent un café étudiant. De surcroît, un répondant a indiqué qu'il y avait un Tim Horton à l'intérieur du cégep. Dans tous les cégeps, c'est une entreprise externe qui opère, sous contrat, la cafétéria. Par contre, 80 % des répondants (8 sur 10) ont indiqué qu'une association étudiante opérait le café étudiant. Les deux autres répondants ont signalé que le café étudiant était opéré par une coop du cégep. Dans la majorité des cégeps (7 sur 11), aucun rabais n'est offert sur la nourriture de bonne valeur nutritive. Dans les 4 autres cégeps, il y a un rabais ou non selon l'endroit où l'on mange; ce système s'applique tantôt pour les étudiants, tantôt pour les employés et tantôt pour la communauté hors cégep. Ainsi, si les réponses obtenues à cette question semblent valides, elles devraient être analysées avec prudence et approfondies ultérieurement.

Pour ce qui est du confort et de la convivialité de la cafétéria ou de la salle à manger du cégep, 7 répondants sur 11 ont indiqué qu'il y avait suffisamment de places assises avec table. Encore plus nombreux, plus de 80 % des sondés (9 sur 11) ont répondu qu'on y trouvait un environnement convivial (lumière, son, aménagement) (Tableau 9).

Tableau 9. Repas et nourriture au cégep : endroit, opérateur, rabais et confort des lieux

Accès à une saine alimentation	nbr de cégeps
Quels sont les endroits ou services mis à la disposition des cégépiens et des employés pour l'achat de repas et de nourritures ?	
▪ cafétéria	11
▪ café étudiant	10
▪ machines distributrices	11
▪ autres : casse-croute, Tim Horton	2
Quel est le type d'opérateur du café étudiant ?	
▪ employés du cégep	0
▪ association étudiante	8
▪ contrat avec une entreprise externe	0
▪ coop du cégep	2
À la cafétéria, y a-t-il un rabais offert sur la nourriture de bonne valeur nutritive ?	4
▪ cégépiens	4
▪ employés du cégep	3
▪ population hors cégep	2
Au café étudiant, y a-t-il un rabais offert sur la nourriture de bonne valeur nutritive ?	3
▪ cégépiens	3
▪ employés du cégep	2
▪ population hors cégep	1
Dans la cafétéria ou dans la salle à manger du cégep, y a-t-il…	
▪ suffisamment de places assises (avec table pour manger) ?	7
▪ un environnement convivial (lumière, son, aménagement) ?	9

En ce qui concerne l'implication et la contribution du cégep dans la communauté hors cégep, deux répondants ont inscrit qu'il y avait des ententes particulières avec des organismes pour accueillir à la cafétéria certaines clientèles provenant de l'extérieur. Enfin, la pluralité des répondants (8 sur 11) ont mentionné que leur cégep contribuait à au moins un élément social touchant la sphère alimentaire (Tableaux 10).

Tableau 10. Repas et nourriture au cégep : entente avec des organismes et contribution sociale

Section : accès à une saine alimentation	nbr de cégeps
Y a-t-il des ententes particulières avec des organismes pour accueillir à la cafétéria certaines clientèles provenant de l'extérieur ? (personnes âgées, personnes vulnérables, personnes à mobilité réduite, etc.).	2
Le cégep contribue-t-il à au moins un des éléments suivants ? (jardin collectif, achat groupé, halte alimentaire, panier bio et mini marché public).	8

TABAGISME : UN ENVIRONNEMENT SANS FUMÉE

Plus de la moitié des répondants (6 sur 11) ont mentionné qu'une politique d'environnement sans fumée respectant les orientations ministérielles avait été adoptée dans leur cégep. Également, 4 répondants sur 11 ont répondu que leur cégep avait réalisé des campagnes de promotion des services de soutien à l'arrêt tabagique. Parmi les 7 autres cégeps n'ayant pas réalisé de campagne, 4 répondants prévoient en organiser une en 2017. Presque tous les répondants (10 sur 11) ont manifesté leur intérêt à obtenir des conseils et de l'expertise de la DRSP de Montréal concernant les services gratuits de soutien à l'abandon du tabagisme, les campagnes de promotion et les politiques d'environnement sans fumée. Pour terminer, la dernière question du sondage concernait les résidences étudiantes. Sur les 11 cégeps participants, on compte 10 cégeps avec au moins une résidence étudiante. Parmi les 10 cégeps, il existe un environnement totalement sans fumée à l'intérieur de la résidence dans 5 cégeps. Par contre, 4 répondants ont inscrit ne pas savoir si la résidence de leur cégep avait un environnement totalement sans fumée (Tableau 11).

Tableau 11. Politiques d'environnement sans fumée, campagne de promotion des services de soutien à l'arrêt tabagique, Intérêt pour l'obtention de conseils et expertises et environnement sans fumée dans la résidence étudiante; nombre par cégep

Accès sans fumée	nbr de cégeps
Avez-vous adopté une politique d'environnement sans fumée qui respecte les orientations ministérielles ?	6
Avez-vous réalisé des campagnes de promotion des services de soutien à l'arrêt tabagique dans votre établissement ?	
▪ oui	4
▪ non	6
▪ ne s'applique pas	1
Si non ou ne s'applique pas, avez- vous prévu organiser une campagne en 2017 ?	
▪ oui	4
▪ non	1
▪ ne s'applique pas	2
Êtes-vous intéressés à obtenir des conseils et de l'expertise de la Direction régionale de santé publique concernant les services gratuits de soutien à l'abandon du tabagisme, les campagnes de promotion et les politiques d'environnement sans fumée ?	10
Est-ce que votre résidence étudiante est un environnement totalement sans fumée à l'intérieur ?	
▪ oui	5
▪ non	1
▪ ne s'applique pas	4
▪ na (pas de résidence étudiante)	1

DISCUSSION

L'enquête visait, en ce qui concerne les plans d'action MPA et SAM et la loi de lutte contre le tabagisme, à dresser le portrait des initiatives en saines habitudes de vie dans les cégeps publics localisés sur l'île de Montréal. L'enquête visait aussi à connaître les disparités entre les cégeps en ce qui a trait au degré d'avancement des initiatives en saines habitudes de vie.

Cette enquête ne cherchait nullement à quantifier le niveau d'engagement en matière de saines habitudes de vie d'un cégep par rapport à un autre. La FCQ et le RCMM ont à cœur la santé et le bien-être de leur communauté collégiale. Dans le rapport annuel 2015-2016 de la FCQ, il est d'ailleurs mentionné que les cégeps sont tout autant des lieux de formation que des milieux de vie pour les jeunes qui les fréquentent. Au diapason de leurs besoins en constante évolution, les collèges sont là pour les outiller le mieux possible en matière de réussite, de santé et de bien-être (p.18).

Par conséquent, l'originalité de cette enquête consiste à donner le portrait actuel de la situation des initiatives en saines habitudes de vie dans les cégeps publics de l'île de Montréal, selon la vision de 11 personnes qui sont membres de la direction ou du personnel et qui furent mandatées par leur cégep pour répondre à l'enquête.

Certaines questions, peut-être mal formulées, semblent avoir été plus ou moins bien comprises et durent être retirées du portrait. Finalement, le haut taux de participation à l'enquête (11 sur 12) permet d'affirmer qu'elle est représentative de la situation actuelle en matière de EFSHV.

CONCLUSION

En conclusion, dans l'ensemble, le portrait des initiatives en saines habitudes de vie des cégeps situés sur l'île de Montréal est extrêmement positif, et ce en dépit des ressources et des réalités de chacun qui varient grandement d'un cégep à l'autre. Certes, ce constat général est valide même si tous les cégeps n'ont pas la même expérience en matière de saines habitudes de vie : certains cégeps ont entamé leur réflexion et la mise en place d'initiatives il y a déjà plus de 10 ans, tandis que d'autres ont amorcé leur démarche il y a moins de 5 ans. Finalement, tous les cégeps sondés sont déterminés à offrir à leurs cégépiens et à leurs employés un environnement favorable à la santé.

RECOMMANDATIONS

De façon à améliorer la qualité des environnements favorables aux saines habitudes de vie, à moyen terme :

1

Une politique en matière d'EFSHV pourrait être implantée dans tous les cégeps. En tenant compte des spécificités de chaque cégep. Cette politique pourrait être harmonisée à l'ensemble de ceux-ci. Les quatre cégeps ayant déjà une politique pourraient partager leurs expériences pour en assurer la mise en oeuvre.

2

Un comité traitant d'EFSHV pourrait être mis sur pied dans tous les cégeps et être mandaté d'implanter, de suivre l'implantation et d'évaluer les politiques en matière d'EFSHV et de lutte contre le tabagisme. Les réunions tenues par les comités devraient être accompagnées d'ordres du jour et un sommaire devrait être produit à chaque occasion. Par émulation, il serait intéressant que les sommaires des rencontres ou les bilans puissent être consultés par les comités de chacun des cégeps.

3

La direction de chacun des cégeps devrait préciser ses intentions par rapport à l'engagement de son institution envers la communauté hors cégep. Les réponses aux questions portant sur les interactions entre le cégep et la communauté hors cégep (partenariats, ententes particulières, projets, besoins, etc.) semblent démontrer que cette thématique reste à être définie.

4

Le comité de chacun des cégeps, avec l'aide de personnes-ressources internes ou externes, devrait s'assurer de bien définir ses objectifs par rapport à la thématique d'alimentation nutritive et équilibrée ou de saine alimentation pour tous. Cette thématique est-elle suffisamment bien comprise par le comité ? Le comité, soutenu par la direction et appuyé de données scientifiques menant à des propositions et des recommandations, devrait être en mesure d'influencer positivement les opérateurs afin que ces derniers puissent intégrer à leur menu des repas composés de nourritures nutritives et équilibrées et des rabais aux étudiants sur ces repas.

5

Tous les cégeps doivent adopter, au plus tard le 26 novembre 2017, une politique visant la création d'environnement sans fumée, qui respectent les orientations ministérielles, notamment : • interdire de fumer dans l'ensemble des résidences étudiantes; • planifier les interdictions de fumer sur l'ensemble des terrains de l'établissement; • assurer la promotion des services d'abandon du tabagisme disponibles et explorer la possibilité d'offrir sur les lieux certains services adaptés aux étudiants, aux enseignants et au personnel.

BIBLIOGRAPHIE

Global Advocacy Council of Physical Activity. International Society for Physical Activity and Health, *La Charte de Toronto pour l'activité physique : un appel mondial à l'action.* 20 mai 2010.

Falkner V. Mémoire, *Montréal physiquement active, vers une politique de développement social*, janvier 2017. 7 p.

Chahine G. Mémoire, *Système alimentaire montréalais, dans le cadre de la consultation publique : Analyse de l'opportunité, pour l'agglomération de Montréal, de se doter d'un conseil de politiques alimentaires (CPA)*, octobre 2015. 22 p.

Ministère de la Santé et des Services sociaux. *Pour une vision commune des environnements favorables à la saine alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à la prévention des problèmes reliés au poids.* Document rédigé en collaboration avec Québec en Forme et l'Institut national de santé publique du Québec. Gouvernement du Québec. 2012. 24 p.

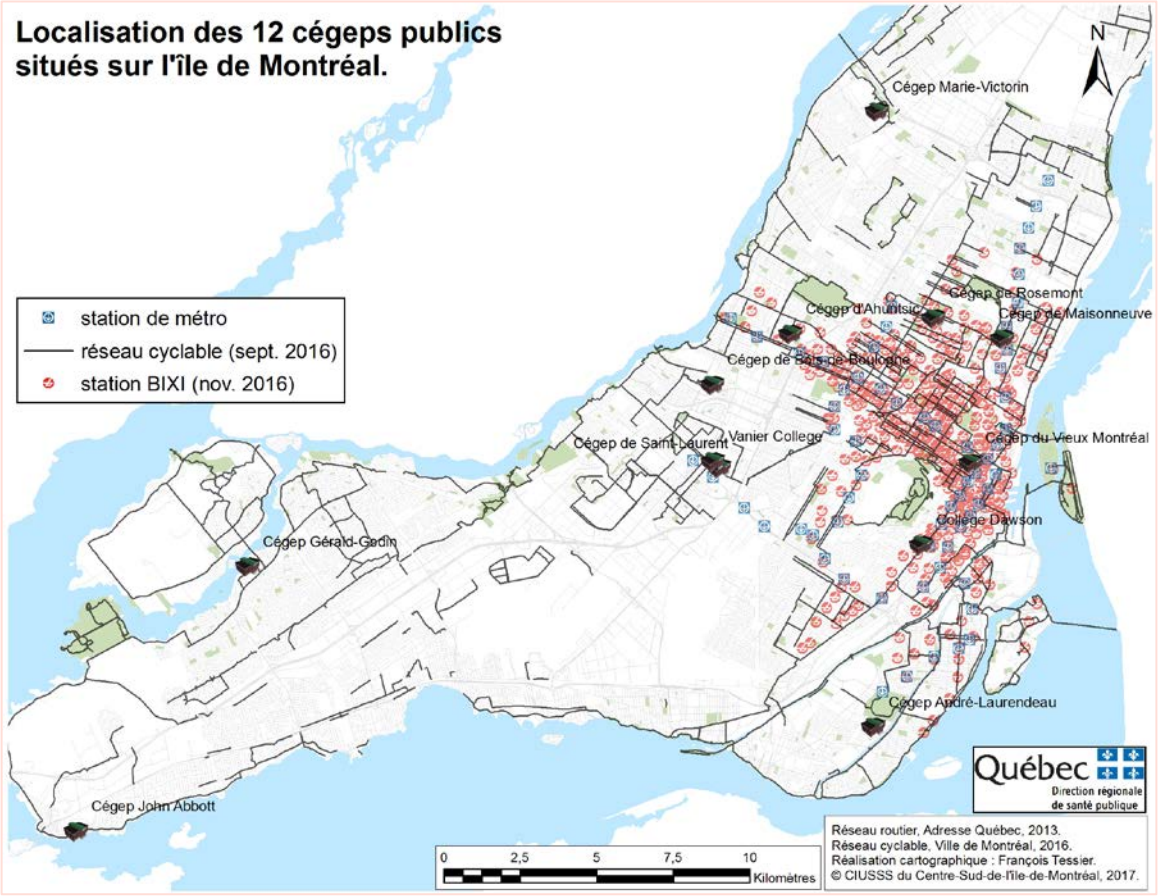
Gouvernement Québec. Portail santé mieux-être. (consulté le 23 mars 2017)
http://www.sante.gouv.qc.ca/dossiers/dossier-saines-habitudes-de-vie/

Ministère de la Santé et des Services sociaux. *Orientations ministérielles - Politique de lutte contre le tabagisme dans les établissements d'enseignement collégial et universitaire*. Gouvernement du Québec. 2016. 18 p.

Fédération des cégeps du Québec. *Rapport annuel 2015-2016*. 2016. 80p. (consulté le 23 mars 2017)
http://www.fedecegeps.qc.ca/wp-content/uploads/2016/12/F%C3%A9d%C3%A9ration-des-c%C3%A9geps-Rapport-annuel-2015-2016.pdf

ANNEXE

CARTE



QUESTIONNAIRE ENVOYÉ AUX 12 RÉPONDANTS

Regroupement des cégeps du Montréal métropolitain
Portrait des initiatives en saines habitudes de vie dans les 12 cégeps publics

Environnement favorable aux saines habitudes de vie (EFSHV)

Un « environnement favorable à la santé » présente des conditions propices à la santé. Dans le cas des saines habitudes de vie et de la prévention des problèmes reliés au poids, un environnement favorable signifie que ces « conditions » aideront à faire des choix sains et à adopter des meilleurs comportements alimentaires pour la santé et à avoir un mode de vie physiquement actif et sans tabac. Elles contribueront aussi à développer et à maintenir l'estime de soi et une bonne image corporelle.[1]

Activité physique et alimentation

Faire de l'activité physique régulièrement permet de prévenir plusieurs maladies chroniques, comme les maladies du cœur et le diabète de type 2. L'activité physique aide aussi à diminuer le stress et à améliorer la concentration. Avoir une alimentation nutritive et équilibrée est un facteur déterminant pour la santé. Il est important de consommer, en quantité adéquate, des aliments sains qui fournissent tous les nutriments dont vous avez besoin pour rester en santé[2].

Environnement sans fumée

Les établissements d'enseignement collégial sont tenus d'adopter au plus tard le 26 novembre 2017, une politique de lutte contre le tabagisme. Cette dernière devra comporter les trois objectifs suivants :

- Créer des environnements totalement sans fumée à l'intérieur comme à l'extérieur;
- promouvoir le non-tabagisme et;
- favoriser l'abandon du tabagisme chez les étudiants, les enseignants et le personnel[3].

[1] Source : Ministère de la Santé et des Services sociaux (2012.) Pour une vision commune des environnements favorables à la saine alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à la prévention des problèmes reliés au poids. Document rédigé en collaboration avec Québec en Forme et l'Institut national de santé publique du Québec. Gouvernement du Québec, 24 pages.

[2] Source : http://www.sante.gouv.qc.ca/dossiers/dossier-saines-habitudes-de-vie/

[3] Source : http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2016/16-006-14W.pdf

QUESTIONNAIRE

Renseignements généraux

Nom du cégep : _____

Nom du répondant : _____

Fonction du répondant : _____

Coordonnées du répondant

Téléphone : _____ poste : _____

Nombre d'étudiants inscrits dans le cégep : _____

Nombre d'employés dans le cégep : _____

N.B. Vous pouvez aussi nous transmettre certaines informations et données (horaire, menu, programmation, coût, etc.) électroniquement via notre courriel (.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca)

POLITIQUES SANTÉ

Existe-t-il une politique en matière d'EFSHV dans votre cégep ?

☐ oui

Si oui, lesquelles ?

_____

☐ non

☐ ne s'applique pas

Y a-t-il un comité qui traite des EFSHV dans votre cégep (comité santé, développement durable, etc.) ?

☐ oui

Depuis combien de temps ? _____

Quel est son mandat ? _____

Combien de membres ? _____

Quel est le statut des membres ? (professeur, étudiant, etc.) _____

☐ non

☐ ne s'applique pas

Quelles sont les stratégies utilisées par le comité pour implanter des EFSHV au cégep ?

- ☐ financement, budget
- ☐ plan d'action
- ☐ sondage sur les besoins des cégépiens et des employés
- ☐ revitalisation des espaces intérieurs
- ☐ revitalisation des espaces extérieurs
- ☐ programme ou activités pour les employeurs
- ☐ programme ou activités pour les étudiants
- ☐ programme ou activités pour les membres de la communauté
- ☐ autre _____

Si le comité n'a jamais sondé les cégépiens et les employés, de quelle manière s'assure-t-il de tenir compte de leurs besoins en matière d'EFSHV ? _____

Selon le comité, quelles sont les principales barrières à la création ou au maintien EFSHV au cégep ? _____

Tenez-vous compte des besoins de la communauté (hors cégep) en matière d'EFSHV ?

☐ oui
Comment ? _____

☐ non
Pourquoi ? _____

☐ ne s'applique pas

PARTENARIAT

Existe-t-il des partenariats en matière d'EFSHV entre le cégep et des organisations (hors cégep) pour le partage des installations et des services du cégep ?

☐ oui

Si oui, entente entre le :

- ☐ cégep et l'arrondissement
- ☐ cégep et des commissions scolaires
- ☐ cégep et des organismes communautaires
- ☐ cégep et des entreprises privées
- ☐ cégep et autres _____
- ☐ ne s'applique pas

Hormis les cégépiens et les employés, les installations sportives présentes au cégep peuvent-elles être utilisées par la communauté (hors cégep) ?

☐ oui

Si oui, comment qualifieriez-vous la participation de la population (hors cégep) :
bonne (plusieurs participants)

☐ moyenne
☐ faible (peu de participants)
☐ non

Si non, quel sont les contraintes empêchant l'utilisation des installations et des services :

☐ contraintes financières
☐ contraintes logistiques
☐ contraintes syndicales
☐ contraintes compagnies d'assurances
☐ autres _____
☐ ne s'applique pas

Le cégep, est-il impliqué dans la communauté (hors cégep) dans des projets en EFSHV (cuisines collectives, jardins communautaires, etc.) ?

☐ oui
Comment ? _____
☐ non
Pourquoi ? _____
☐ ne s'applique pas

Y a-t-il des enjeux ou un projet portant sur les SHV pour lequel vous souhaitez travailler en priorité en collaboration avec les autres cégeps ?

☐ oui
Lequel ? _____
☐ non
Pourquoi ? _____
☐ ne s'applique pas

Comment qualifieriez-vous l'état général de vos installations sportives ?

☐ excellent
☐ bon
☐ moyen
☐ faible
☐ inadéquat
Commentaires : _____

SERVICES - ACCÈS À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

Quelles sont les installations sportives présentes au cégep. Énumérer pour chaque endroit.

Installations intérieures : _____

Installations extérieures : _____

En dehors des cours réguliers, les installations sportives peuvent-elles être utilisées par les cégépiens ?

☐ oui

1) Si oui, quelle était la programmation sportive hors cours offerte aux cégépiens lors de la session d'automne 2016 ? (activités, horaire et coût) _____

2) Si oui, comment qualifieriez-vous la participation des cégépiens ?

☐ bonne (plusieurs participants)
☐ moyenne
☐ faible (peu de participants)

☐ non
☐ ne s'applique pas

En dehors des cours réguliers, les installations sportives peuvent-elles être utilisées par les employés ?

☐ oui

1) Si oui, quelle était la programmation sportive hors cours offerte aux employés lors de la session d'automne 2016 ? (activités, horaire et coût) _____

2) Si oui, comment qualifieriez-vous la participation des employés ?

☐ bonne (plusieurs participants)
☐ moyenne
☐ faible (peu de participants)

☐ non
☐ ne s'applique pas

Y a-t-il des supports à vélo au cégep ?

☐ oui

1) Si oui, combien de vélos peuvent se stationner (capacité totale) ? _____

2) Si oui, les supports sont-ils surveillés ? (caméra, ronde des gardiens de sécurité, etc.).

☐ oui
☐ non

☐ non
☐ ne s'applique pas

Les vestiaires et les douches du cégep sont-ils disponibles en tout temps pour les cégépiens ?

- ☐ oui
- ☐ non
- ☐ ne s'applique pas

Les vestiaires et les douches du cégep sont-ils disponibles en tout temps pour les employés ?

- ☐ oui
- ☐ non
- ☐ ne s'applique pas

Le cégep encourage-t-il l'utilisation des escaliers au lieu des ascenseurs ?

- ☐ oui
- ☐ non
- ☐ ne s'applique pas

SERVICES : ACCÈS À UNE SAINE ALIMENTATION

Quels sont les endroits ou services mis à la disposition des cégépiens et des employés pour l'achat de repas et de nourritures ? *Cocher pour chaque lieu.*

- ☐ cafétéria
- ☐ café étudiant
- ☐ machines distributrices
- ☐ autre(s) _____

Quels sont les jours et les heures d'ouverture ? *Inscrire pour chaque lieu*

- ☐ cafétéria _____
- ☐ café étudiant _____
- ☐ autre(s) _____

Quel est le type d'opérateur ? *Cocher pour chaque lieu*

Cafétéria

- ☐ employés du cégep
- ☐ association étudiante
- ☐ contrat avec une entreprise externe
- ☐ autre(s) _____

Café étudiant

- ☐ employés du cégep
- ☐ association étudiante
- ☐ contrat avec une entreprise externe
- ☐ autre(s) _____

Autre(s)

- ☐ employés du cégep
- ☐ association étudiante
- ☐ contrat avec une entreprise externe
- ☐ autre(s) _____

Y a-t-il un rabais offert sur la nourriture de bonne valeur nutritive ? Cocher pour chaque lieu.

Cafétéria

- ☐ cégepiens
- ☐ employés du cégep
- ☐ pour la population (hors cégep)

Café étudiant

- ☐ cégepiens
- ☐ employés du cégep
- ☐ pour la population (hors cégep)

Autre(s) lieu(x)

- ☐ cégepiens
- ☐ employés du cégep
- ☐ pour la population (hors cégep)

Dans la cafétéria ou dans la salle à manger du cégep, y a-t-il suffisamment de places assises (avec table pour manger) ?

- ☐ oui
- ☐ non
- ☐ ne s'applique pas

Dans la cafétéria ou dans la salle à manger du cégep, y a-t-il un environnement convivial (lumière, son, aménagement) ?

- ☐ oui
- ☐ non
- ☐ ne s'applique pas

Y a-t-il des ententes particulières avec des organismes pour accueillir à la cafétéria certaines clientèles provenant de l'extérieur ? (personnes âgées, personnes vulnérables, personnes à mobilité réduite, etc.)

- ☐ oui
- ☐ non
- ☐ ne s'applique pas

Parmi les éléments suivants, y en a-t-il pour lesquels le cégep contribue ?

- ☐ jardin collectif
- ☐ achat groupé
- ☐ halte alimentaire
- ☐ autre(s) _____

TABAGISME : UN ENVIRONNEMENT SANS FUMÉE

Avez-vous adopté une politique d'environnement sans fumée qui respecte les orientations ministérielles ?

- ☐ oui
- ☐ non
- ☐ ne s'applique pas

Avez-vous réalisé des campagnes de promotion des services de soutien à l'arrêt tabagique dans votre établissement ?

- ☐ oui

Si oui, décrivez brièvement la ou les campagnes _____

- ☐ non

Si non, avez vous prévu organiser une campagne en 2017 ? _____

- ☐ ne s'applique pas

Êtes-vous intéressés à obtenir des conseils et de l'expertise de la Direction régionale de santé publique concernant les services gratuits de soutien à l'abandon du tabagisme, les campagnes de promotion et les politiques d'environnement sans fumée ?

- ☐ oui
- ☐ non
- ☐ ne s'applique pas

Est-ce que votre résidence étudiante est un environnement totalement sans fumée à l'intérieur ?

- ☐ oui
- ☐ non
- ☐ ne s'applique pas

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-
de-l'Île-de-Montréal
Québec