

---

# Considérations en matière de politiques et de programmes pour stimuler la participation au sport chez les groupes sous représentés au Canada : revue de la littérature

---

Présenté au Comité sur le sport, l'activité  
physique et les loisirs

---

**Sue Cragg Consulting**

**Rapport final :  
14 novembre 2016**



## Remerciements et référencement

### Remerciements

---

Les auteurs remercient le groupe de travail sur la surveillance et le suivi du sport, de l'activité physique et des loisirs pour son aide et ses conseils à la rédaction du présent document.

Ils remercient également les nombreux chercheurs et praticiens qui ont contribué aux études pertinentes pour ce projet.

Enfin, ils adressent un merci tout spécial à Brianna Gilchrist pour sa collaboration à la recherche.

### Référencement

---

Cragg, S., Costas-Bradstreet, C., Arkell, J. et Lofstrom, K. (2016). *Considérations en matière de politiques et de programmes pour stimuler la participation au sport chez les groupes sous-représentés au Canada : une analyse documentaire*. Sport Canada, Ottawa (Ontario), Canada.

#### Pour plus d'information :

Joanne Kay : joanne.kay@canada.ca

Sue Cragg : suecraggconsulting@gmail.com

Il est permis de reproduire le présent document sans permission à condition d'en citer la source.

## Sommaire

La participation au sport a de nombreux bienfaits. Sur le plan individuel, le sport améliore la santé physique et psychologique en plus d'agir comme repère social. Sur le plan collectif, le sport nourrit la fierté, la cohésion et l'engagement, tout en favorisant le développement économique et la prospérité. Pour ces raisons, il faut rendre le sport accessible à tous ceux qui souhaitent s'y adonner et l'adapter à leurs besoins.

Malheureusement, on constate que les femmes et les filles, les Autochtones, les handicapés, les nouveaux immigrants, les nouveaux citoyens canadiens, les personnes démunies, les aînés, les membres de la communauté LGBTQ et les habitants des régions rurales, éloignées et isolées ne s'y intéressent pas dans la même mesure que la majorité des citoyens. L'application de politiques et de programmes inclusifs leur est donc profitable, à eux comme à tous ceux qui se sentent tenus à l'écart du sport.

Le présent rapport propose au Comité sur le sport, l'activité physique et les loisirs une revue de la littérature pertinente qui servira d'ensemble de données probantes pour orienter les efforts de conception de politiques et de programmes visant à augmenter la participation au sport – surtout chez les groupes sous-représentés – et à promouvoir la bonne santé par le sport.

Le sport ne se résume pas à l'entraînement et à la performance, pas plus que la participation ne se limite au nombre de participants à un programme. De fait, la participation au sport comprend des aspects expérientiels liés à l'inclusion sociale, dont le

sentiment d'appartenance, l'engagement, la portée, la maîtrise et le défi. Dans le présent rapport, les données probantes pour l'amélioration de la participation au sport chez les groupes sous-représentés sont organisées en fonction de ces aspects et accompagnées d'idées pour les aborder.

Bien que le rapport porte uniquement sur le sport, il faut rappeler que les concepts de sport, de loisirs et d'activité physique ne sont pas mutuellement exclusifs. En effet, les stratégies stimulant la participation à l'activité physique ou visant à inclure les membres des groupes marginalisés s'appliquent souvent à l'amélioration de la participation au sport chez ces mêmes groupes. De même, les activités de promotion de la santé et du sport au profit du développement partagent des objectifs avec le sport, et leurs stratégies ont le potentiel de se renforcer mutuellement et de soutenir leurs objectifs.

### *Développement de la littératie physique et du capital culturel à tous âges*

La Politique canadienne du sport favorise la littératie physique et le développement d'habiletés sportives chez l'enfant, mais nombreux sont ceux parmi les groupes sous-représentés qui n'en ont pas bénéficié en bas âge pour des raisons de pauvreté, de limitations physiques, d'enfance passée dans un autre pays (p. ex. dans un camp de réfugiés ou dans un pays où le sport est le privilège des mieux nantis), de normes culturelles (p. ex. la non-pratique de certains sports dans leur culture ou l'exclusion des femmes) ou de marginalisation pour d'autres raisons (p. ex. l'homophobie, les préjugés

contre les handicapés, le racisme). Cette absence de développement de la littératie physique en bas âge érige une barrière importante contre la volonté de ceux qui souhaitent s'adonner au sport. En conséquence, ces participants potentiels ont parfois l'impression de ne pas être à leur place, car ils n'ont pas les connaissances de base nécessaires, ou ils sont exclus d'équipes qui n'ont en tête que la victoire.

Les lacunes en littératie physique par rapport aux autres ne constituent toutefois que l'une des nombreuses causes de marginalisation. La participation continue au sport en bas âge contribue également au capital culturel (capacités, valeurs et désirs valorisés par le sport). S'ils n'ont pas eu l'occasion de participer à un sport pendant l'enfance, les participants potentiels risquent d'avoir le sentiment de ne pas bien maîtriser les règles et les stratégies ou de ne pas cadrer avec la culture de l'équipe. Ils pourraient en conclure alors que le sport n'est pas pour eux.

Bien que les groupes sous-représentés dont il est question ici soient variés, tant entre eux qu'en leur sein, les obstacles et défis auxquels ils sont confrontés dans leur participation au sport se ressemblent beaucoup. Outre le manque de littératie physique et de capital culturel, ces obstacles et défis comprennent la peur du jugement et des attitudes des autres, le manque de modèles pertinents, l'accès limité aux installations, à l'équipement, aux modes de transport et à l'information, ainsi que des contraintes de temps et d'argent. Les solutions, bien qu'elles doivent être adaptées à chaque groupe, entrent toutes dans les mêmes grandes catégories.

### ***Cibler et adapter la bonne combinaison de solutions***

Il n'y a pas de panacée à l'amélioration de la participation au sport. Par exemple, l'octroi de subventions n'incitera pas les participants à se déplacer ni à persévérer s'ils n'ont pas des installations sportives adéquates. Une approche holistique s'impose. Il faut considérer la personne comme un tout, ce qui signifie trois choses : *a)* mettre l'accent sur les bienfaits du sport pour la santé, *b)* engager la collectivité dans les efforts pour trouver des solutions, susciter la participation et encadrer les participants, et enfin *c)* rallier les partenaires de la communauté en leur confiant des responsabilités dans la promotion des activités sportives et en les amenant à inclure le sport dans leur programmation.

Il est essentiel que les décideurs et les praticiens collaborent avec chaque groupe qu'ils souhaitent mieux servir afin de bien comprendre leur culture, leurs enjeux et leurs solutions de prédilection et de concevoir ensuite un nombre suffisant de solutions bien adaptées.

### ***Respecter les raisons de participer au sport***

Pour favoriser la participation à grande échelle, il faut que les leaders et organismes de sport appuient la prestation de programmes amusants et socialement inclusifs faisant la promotion d'un mode de vie actif pour tous. Il faut comprendre, reconnaître et respecter les raisons de participer au sport, et non chercher à imposer des normes de développement athlétique à ceux que ce type d'expérience n'intéresse

pas. En offrant des programmes pour tous les niveaux d'habileté et de compétition et en respectant le choix du niveau de participation de chacun, on s'assure que les expériences proposées seront variées et susceptibles de plaire à tous.

### *Idées de mesures*

De nombreuses actions sont possibles pour améliorer la participation au sport des Canadiens et surtout des membres des groupes sous-représentés :

- concevoir des programmes d'enseignement des habiletés de base et d'amélioration de la littératie physique pour tous les âges, toutes les capacités et tous les niveaux d'habileté;
- collaborer avec les partenaires d'autres horizons que le sport, y compris la santé et les loisirs;
- reconnaître le chevauchement entre l'activité physique, les loisirs et le sport;
- fournir des occasions de perfectionnement professionnel et de mentorat aux leaders et aux administrateurs;
- favoriser le leadership et le mentorat par les pairs;
- assurer l'accès physique aux installations;
- assurer l'entretien des installations et leur respect des codes d'accessibilité;
- faire tomber les barrières liées au transport;
- faire tomber les barrières liées à l'équipement;
- proposer des expériences socioculturelles en plus des activités sportives;
- faire collaborer ceux qui sont visés par les programmes conçus;
- travailler de concert avec des partenaires et des organismes de la communauté non liés au sport;
- célébrer et promouvoir la diversité;
- mettre en place un environnement accueillant;
- faire tomber les barrières socioéconomiques et autres.

### *Prochaines étapes*

Le présent rapport propose des mesures pratiques pour inspirer des idées et créer des solutions. Son contenu peut servir de point de départ d'une consultation intersectorielle. De plus, il faut se renseigner sur le contenu des politiques et programmes non publiés en utilisation au pays. Ce contenu, combiné avec celui des rapports existants sur les services aux groupes sous-représentés, doit être diffusé et promu. Il est temps de trouver des façons de faire connaître à grande échelle les approches ciblées et de soutenir leur mise en œuvre. Finalement, les efforts doivent faire l'objet d'un suivi afin qu'on puisse, d'une part, évaluer leur incidence et déterminer les façons de les améliorer, le cas échéant, et, d'autre part, cibler les pratiques efficaces à relayer aux concepteurs de programmes et de politiques partout au pays.



## Table des matières

Introduction .....	1
Méthodologie.....	5
Contexte.....	8
Taux de participation au sport au Canada .....	8
Définitions .....	9
Sport, loisirs et activité physique .....	9
Rôle de la littératie physique pour tous les types d'activités sportives .....	10
Participation au sport chez les groupes sous-représentés .....	12
Femmes et filles .....	13
Peuples autochtones.....	15
Personnes handicapées.....	16
Nouveaux arrivants .....	18
Personnes démunies .....	19
Habitants des régions rurales, éloignées et isolées .....	22
Personnes LGBTQ.....	23
Aînés.....	24
Accroître la participation au sport chez les membres des groupes sous-représentés.....	26
Maîtrise et défi.....	26
Multiplier les occasions .....	27
Proposer des défis .....	27
Encourager la participation .....	28
Améliorer la maîtrise et créer des défis .....	29
Collaboration et vision du sport.....	33
Collaboration à l'élaboration de programmes .....	33
Adopter une approche holistique .....	34
Le sport au service du développement dans le cadre d'une approche holistique .....	34
La promotion de la santé dans le cadre d'une approche holistique .....	36
Stimuler la collaboration et créer une vision .....	37
Sentiment d'appartenance .....	40
Inclusion et droits de la personne .....	40
Occasions parallèles et intégration inverse .....	40

Promotion auprès des populations ciblées .....	42
Promotion des aspects social et récréatif .....	42
Créer un climat accueillant.....	43
Susciter un sentiment d'appartenance .....	43
Autres activités de promotion de la participation au sport.....	49
Diffuser le rapport et consulter à son sujet .....	49
Diffuser les pratiques éprouvées publiées ou inédites .....	49
Mise en œuvre .....	50
Recherche.....	51
Évaluation et surveillance .....	51
Conclusion.....	52
Références .....	60
Annexe A : But de la revue de la littérature	
Annexe B : Sources consultées pour les références bibliographiques	
Annexe C : Bibliographie annotée	



## Introduction

La participation au sport a de nombreux bienfaits. Sur le plan individuel, le sport améliore la santé physique et psychologique en plus d'agir comme repère social. Sur le plan collectif, le sport nourrit la fierté, la cohésion et l'engagement, tout en favorisant le développement économique et la prospérité<sup>1,2</sup>. Pour ces raisons, il faut rendre le sport accessible aux Canadiens qui souhaitent s'y adonner et l'adapter à leurs besoins. Malheureusement, on constate que certains groupes ne s'y intéressent pas dans la même mesure que la majorité des citoyens. C'est le cas des femmes et des filles, des Autochtones, des handicapés, des nouveaux immigrants, des nouveaux citoyens canadiens, des personnes démunies, des aînés, des membres de la communauté LGBTQ et des habitants des régions rurales, éloignées et isolées, qui sont confrontés à des obstacles additionnels.

Au Canada, et à l'instar d'innombrables politiques du sport étrangères, trois grandes stratégies soulignent l'importance de créer des conditions propices à la participation au sport des groupes sous-représentés :

- La *Politique canadienne du sport 2012 (PCS)* applique les principes d'inclusion et d'accessibilité et suit une orientation claire, à savoir que le sport doit servir de moteur au développement personnel et social. Elle favorise une participation au sport qui tient compte de tous les niveaux et contextes de participation (initiation, récréation, compétition et haut niveau)

---

\* Le terme *pratiques exemplaires* sert couramment à décrire les pratiques qui se révèlent efficaces pour

ainsi que de la diversité, des intérêts et des capacités des participants et qui reconnaît le rôle du sport comme outil de développement socioéconomique. Cette politique demande aux gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux de veiller à l'inclusion des groupes traditionnellement marginalisés ou sous-représentés dans le sport.

- Le *Cadre stratégique pour les loisirs au Canada 2015 : Sur la voie du bien-être*<sup>3</sup> décrit les pratiques exemplaires\* pour améliorer la participation au sport et souligne l'importance de motiver les personnes les moins actives à bouger plus. Il fixe cinq buts et des priorités d'action pour chacun. Le deuxième but consiste d'ailleurs à « renforcer l'intégration et l'accessibilité des loisirs pour les populations qui sont confrontées à des obstacles les empêchant de participer aux activités ». Huit des priorités d'action portent, respectivement, sur le genre, la culture, les Autochtones, les personnes démunies, les minorités ethniques, les aînés, les habitants des régions rurales ou éloignées et les handicapés.
- *Canada actif 20/20*<sup>4</sup> propose quatre domaines clés, chacun recommandant des politiques, des programmes et des efforts de communication adressés aux populations « aux besoins les plus criants et aux problèmes d'accès les plus importants » (p. 17-20).

Bien que chacune de ces trois stratégies ait ses propres visées, on remarque certains

atteindre des objectifs précis. Il n'est pas exclu que d'autres pratiques tout aussi valides puissent exister.

recoupements. Des efforts sont d'ailleurs déployés pour les harmoniser<sup>5</sup>.

Ailleurs dans le monde, on a aussi relevé la nécessité d'élaborer des politiques du sport qui tiennent compte de l'inclusion et de l'accessibilité :

- Sport England<sup>6</sup> s'engage à « placer les usagers au cœur de ses activités afin de les aider à organiser leur vie et de rendre le sport plus accueillant et inclusif, surtout pour les groupes actuellement sous-représentés » et à « accorder la priorité aux groupes démographiques sous-représentés dans le sport et l'activité physique ».
- L'Australian Sports Commission<sup>7</sup> déclare soutenir une « industrie axée sur la clientèle » et veiller à ce que le sport donne aux citoyens ce qu'ils veulent. Ses groupes cibles sont les femmes, les Autochtones, les handicapés et les minorités culturelles et linguistiques. La stratégie australienne repose sur l'habilitation des organismes nationaux de sport (ONS) à améliorer le taux de participation au sport, surtout chez ces groupes.
- Un rapport préparé par Sport New Zealand<sup>8</sup> indique que les efforts doivent être intensifiés pour favoriser la participation des aînés, des jeunes, des personnes démunies, des minorités ethniques (dont les Maoris et les habitants des îles du Pacifique), des handicapés et des personnes habitant hors des centres urbains. Il souligne également la nécessité de reconnaître le sport comme un choix personnel.

Au Canada, des villes, des provinces et territoires, des ONS et des organismes non gouvernementaux (ONG) mettent aussi en évidence la nécessité d'axer les politiques et les programmes sur l'inclusion. Quelques exemples :

- La Nouvelle-Écosse<sup>9</sup> veut améliorer la participation au sport chez les groupes sous-représentés, plus précisément les femmes, les Autochtones, les handicapés et les personnes démunies, et faire tomber les barrières nuisant à la participation des individus ayant un handicap physique ou intellectuel.
- ON joue, le Plan de promotion du sport du gouvernement de l'Ontario<sup>10</sup>, cherche à accroître la participation chez les femmes et les filles, les enfants de familles à faible revenu, les handicapés, les aînés, les Autochtones, les personnes LBGTQ et les nouveaux immigrants.
- La Colombie-Britannique compte plusieurs stratégies pour stimuler la participation au sport et à l'activité physique. La B.C. Sport Strategy<sup>11</sup>, élaborée dans la foulée de la Politique canadienne du sport, porte sur la participation, l'organisation d'activités, l'excellence et le financement. Ses investissements profitent à tous les Britanno-Colombiens, mais surtout aux filles, aux jeunes non actifs, aux handicapés, aux citoyens à faible revenu et aux Autochtones. Par ailleurs, l'Aboriginal Sport, Recreation and Physical Activity Strategy<sup>12</sup> cherche à faire du sport, des loisirs et de l'activité physique une priorité afin d'améliorer la santé des Autochtones, des familles et de tous les résidents de la province. Quant à la B.C.

Physical Activity Strategy<sup>13</sup>, elle vise à encadrer et à orienter les politiques, pratiques et programmes coordonnés en matière d'activité physique afin d'améliorer la santé et le bien-être des Britanno-Colombiens. L'un de ses principaux objectifs est l'inclusion des personnes à la marge.

- Active Alberta<sup>14</sup> souhaite que « les loisirs, la vie active et le sport apportent aux Albertains une belle qualité de vie, une meilleure santé, du bien-être, une vie de quartier intense, des avantages économiques substantiels et un sentiment d'épanouissement personnel » (p. 1). Deux de ses principes directeurs sont l'accessibilité et l'inclusion à la société civile.
- L'initiative Québec en forme<sup>15</sup> promeut l'activité physique (et la saine alimentation) en collaborant avec les collectivités et les organismes québécois qui encouragent les jeunes, surtout les démunis, à être plus actifs.
- L'inclusion fait partie des valeurs fondamentales de Skate Ontario<sup>16</sup>.
- L'Institut national du sport du Québec s'est doté d'une politique selon laquelle son conseil d'administration doit se composer d'au moins 40 % de femmes ou d'hommes.
- L'Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique (ACAFS) fournit à la communauté du sport et de l'activité physique de l'expertise et des ressources pour l'élaboration de politiques et de programmes d'inclusion des filles et des femmes comme participantes et leaders

tout au long de leur vie. Ces ressources favorisent au premier chef les nouvelles arrivantes, les femmes autochtones, les aînées, les mères à faible revenu et les femmes de la mouvance LGBTQ.

- L'Alliance de vie active des Canadiens/Canadiennes ayant un handicap propose des outils, des ressources et du soutien aux collectivités et aux organismes qui se veulent plus inclusifs. Elle a conçu un plan d'action qui fournit des recommandations de programmes et de politiques pour favoriser la participation des handicapés.

Les politiques publiques reconnaissent le besoin d'améliorer l'accessibilité et le facteur d'inclusion du sport, et nombreux ont été les recommandations et appels à l'action à ce sujet. Il convient maintenant de dépouiller la littérature pour déterminer quelles mesures contribueront à le régler. Le présent rapport propose donc au Comité sur le sport, l'activité physique et les loisirs une revue de la littérature pertinente qui servira d'ensemble de données probantes pour orienter les efforts de conception de politiques et de programmes visant à augmenter la participation au sport – surtout chez les groupes sous-représentés – et à promouvoir la bonne santé par le sport. Il détaille les résultats d'une recension générale des connaissances actuelles au Canada et ailleurs sur ces sujets. Une représentation visuelle de la portée du projet, conçue en collaboration avec l'équipe de consultation du groupe de travail sur la surveillance et le suivi du sport, de l'activité physique et des loisirs (le groupe de travail), se trouve à l'annexe A.

## Méthodologie

La revue se fonde sur le processus de prise de décisions en santé publique fondée sur des données probantes du Centre de collaboration nationale des méthodes et outils<sup>17</sup>. Ce processus comprend sept étapes (définir, rechercher, estimer, synthétiser, adapter, mettre en œuvre et évaluer), mais seules les quatre premières ont servi pour le présent exercice.

La recherche s'est généralement limitée aux documents publiés au cours des sept dernières années, quoique des articles fondamentaux plus vieux y ont été inclus. Ont également été dépouillées les littératures universitaire et grise (rapports, comptes rendus de conférences, dissertations, thèses et livres blancs) détaillant les considérations canadiennes, internationales et intergouvernementales en matière de politiques publiques liées à l'amélioration de la participation au sport. Les termes de recherche (voir l'encadré ci-contre) ont été déterminés en collaboration avec le groupe de travail. En plus de la recherche électronique, tous les chercheurs connus dans le domaine ont été sollicités par plusieurs avis électroniques et un billet dans Twitter. La liste des sources figure à l'annexe B.

La crédibilité des sources a été vérifiée, et tous les documents ont été analysés de façon critique. Pour faire partie du corpus, les articles devaient être disponibles en version intégrale, avoir été publiés en anglais ou en français, s'inscrire dans le contexte canadien des politiques publiques et, s'ils portaient sur le soutien ou

## Termes de recherche

**Participation au sport** OU occasion de pratiquer un sport OU jeux traditionnels OU inclusion par le sport OU diversité dans le sport OU sport OU jeu non structuré OU sport de compétition OU sport récréatif OU sport organisé OU sport d'équipe OU sport individuel OU athlètes OU sport non encadré

**Femmes** OU filles

**Autochtones** OU Amérindiens OU Premières Nations OU Métis OU Maoris OU Inuits

**Handicapés** OU personnes souffrant d'un handicap OU personnes vivant avec un handicap OU athlètes handicapés OU Jeux paralympiques OU Jeux olympiques spéciaux OU handicaps physiques OU handicaps intellectuels OU déficience OU visuelle OU mobilité OU surdité OU cécité OU santé mentale

**Nouveaux Canadiens** OU immigrants OU réfugiés OU diversité ethnique OU ethnoculturel

**LGBTQ** OU lesbienne OU gai OU homosexuel(le) OU transgenre OU queer OU en questionnement OU bispirituel(le) OU bisexuel(le)

**Aînés** OU âge d'or OU retraités OU personnes âgées OU vieux OU personnes d'âge mûr

**Discrimination** OU racisme OU âgisme OU pertinence culturelle OU intégration OU inclusion OU marginalisation OU groupes vulnérables OU homophobie OU accessible, équitable OU groupes sous-représentés inclusifs

**Régions rurales** OU régions éloignées OU régions du Nord OU communautés nordiques OU Territoires du Nord-Ouest OU Yukon OU Nunavut OU territoires du Nord OU provinces du Nord OU régions isolées

**Installations** OU installation OU dotation en personnel OU entraînement OU programmation OU leadership OU familial OU adaptées aux aînés OU infrastructures OU centres de loisirs OU parcs OU espaces verts OU équipement OU espaces en plein air

**Équité en santé** OU inéquité en santé OU déterminants sociaux de la santé OU faible revenu OU état de santé OU déterminants de la santé OU isolement social OU inégalités socioéconomiques OU disparités en santé OU promotion de la santé OU bonne santé mentale OU santé psychosociale OU comportements sains

**Approches en matière de politiques** OU intervention politique OU approches systémiques OU programmation OU programme de sports

l'amélioration de la participation au sport pour un groupe en particulier ou la population dans son ensemble, être pertinents pour au moins un des groupes ciblés dans la présente revue. Ils étaient exclus s'ils ne concernaient pas directement la prise de décisions en matière de politiques sur la participation au sport ou ne portaient que sur le sport de compétition, d'élite ou de haute performance. Ont également été écartés les articles ne portant que sur l'entraînement ou l'administration du sport.

De plus, le délai imparti à la revue et sa portée potentielle n'ont pas permis un examen exhaustif de toutes les sources possibles. La recherche a donc dû se rabattre sur une approche d'analyse rapide. Quand la recherche a commencé à donner des résultats fortement répétitifs, on a estimé avoir dégagé les grandes tendances sur le sujet et mis fin à l'exercice. Bien qu'on ait ratissé large, des articles et des documents ont forcément été omis. Cependant, toute omission est involontaire et nullement un reflet de l'état de la documentation.

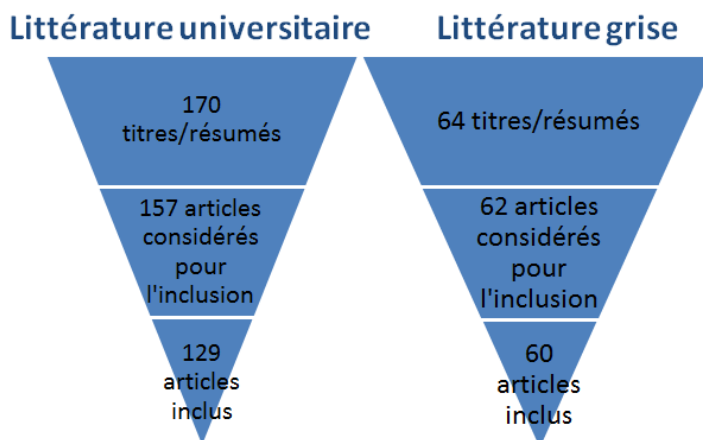
Une assistante de recherche a trié les articles ciblés en fonction de leur titre d'abord, puis de leur résumé ou de leur sommaire.

L'équipe les a ensuite passés en revue pour choisir ceux dont la pertinence justifiait une analyse plus poussée. Les articles ainsi sélectionnés ont été analysés par un seul analyste par sujet (choisi en fonction de son expertise et de son expérience), qui a évalué leur pertinence pour le projet et la qualité de leur contenu. En guise de contrôle de la qualité, les analystes ont soumis un échantillon d'articles à une vérification croisée en cours de route. La figure 1 et le tableau 1 présentent quelques-uns des articles sélectionnés à cette fin.

Une liste non annotée des références avec source, population cible, pays d'origine et contenu pertinent pour chaque article a été créée (voir l'annexe C). De courts énoncés (d'une à trois phrases) informatifs ont aussi été rédigés pour chaque article.

L'équipe s'est finalement réunie pour discuter des résultats et déterminer les thèmes clés pour les recommandations en matière de politiques afin d'améliorer la participation au sport chez les membres des groupes sous-représentés.

**Figure 1 : Nombre d'articles inclus dans la revue**



*Tableau 1 : Nombre d'articles inclus dans l'analyse par population*

	Littérature universitaire (articles)	Littérature grise (articles)
Autochtones	18	10
Aînés	4	8
Personnes démunies	13	5
Immigrants et nouveaux Canadiens	12	4
Handicapés	30	10
Femmes et filles	34	11
LGBTQ	13	2
Ruraux	2	4
Autres	3	6



## Contexte

La présente section définit les principaux concepts dont il est question ici et fournit un aperçu du contexte politique canadien en guise de préambule aux sections qui suivent.

### Taux de participation au sport au Canada

Afin de déterminer le taux de participation au sport de l'ensemble de la population et de certains sous-ensembles, il est nécessaire de retenir plus d'une définition du sport.

Le Sondage indicateur de l'activité physique de l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (ICRCPMV) dit du sport qu'il est une activité physique, généralement compétitive et régie par des règles, qui développe des habiletés précises. Ce sondage demande à ses répondants s'ils ont pratiqué un sport dans les 12 derniers mois. L'Enquête sociale générale (ESG) de Statistique Canada, elle, demande à ses répondants s'ils ont exercé régulièrement un sport au cours des 12 derniers mois; elle définit « régulièrement » comme une fois par semaine en saison ou pendant une certaine période au cours de l'année. Elle définit le sport comme une activité compétitive à laquelle prennent part deux participants ou plus. Cette définition suppose des procédures et des règles officielles, des tactiques et des stratégies, des habiletés neuromusculaires poussées et un haut niveau de difficulté et d'effort, tandis que le degré de compétitivité considéré nécessite la formation d'entraîneurs. À dessein, la définition de l'ESG ne tient pas compte des activités où la

performance d'un véhicule motorisé est déterminante dans le dénouement de la compétition. Plusieurs activités physiques et loisirs sont également exclus, comme la danse aérobique non compétitive, la gymnastique aquatique, le vélo à des fins récréatives ou de transport, le culturisme, la course automobile, la danse, la pêche, les cours de mise en forme, la randonnée, le jogging, le lever de poids (non compétitif), la motocyclette, la motoneige et la marche récréative.



Les résultats du sondage et de l'enquête sont consignés ci-après, comme ni l'un ni l'autre n'a réuni de données sur tous les groupes d'intérêt. La définition de Statistique Canada est plus restrictive que celle de l'ICRCPMV, mais touche un groupe d'âge plus vaste (le sondage porte sur les Canadiens de 18 ans et plus, et l'ESG, sur les Canadiens de 15 ans et

plus). De plus, les données sont collectées à des moments différents. Cependant, bien que les deux taux ne soient pas comparables en termes de participation absolue, les tendances qu'ils dégagent concernant les disparités dans la participation chez les groupes sous-représentés par rapport à l'ensemble de la population sont très semblables.

Le sondage de l'ICRCMV signale qu'environ le tiers (34 %) des Canadiens âgés de 18 ans et plus ont déclaré faire du sport en 2014-2015<sup>18</sup>. Ce taux est semblable à ceux des années précédentes. Il est à noter que la fréquence et la régularité de la participation chez les adultes varient selon le genre et l'âge, mais pas selon le niveau d'instruction ou le revenu. Chez les enfants (de 5 à 17 ans), le taux de participation est de 74 %<sup>19</sup>.

L'Enquête sociale générale<sup>20</sup> indique que 28 % des Canadiens âgés de 15 ans et plus ont pris part à un sport en 2010, un taux qui diminue légèrement d'année en année. Elle relève également que les dix sports les plus populaires chez les adultes sont le golf, le hockey sur glace, le soccer, le baseball, le volleyball, le basketball, le ski alpin, le vélo, la natation et le badminton<sup>20</sup>.

Les taux de participation des membres des groupes sous-représentés sont présentés dans les sections qui suivent. Rappelons que les sources et les définitions du sport varient et ne sont souvent pas comparables aux taux généraux susmentionnés. Les statistiques comparables sont citées, le cas échéant.

## Définitions

Le présent rapport retient les définitions suivantes :

- L'**exercice physique** s'entend de tout mouvement corporel produit par les muscles qui requiert une dépense d'énergie<sup>21</sup>. Il s'agit d'un terme générique pour tout mouvement du corps.
- Un **sport** est un jeu, une compétition ou toute autre activité du même genre auquel on participe pour le plaisir ou à titre professionnel, qui exige un effort physique et des habiletés et se joue selon des règles précises<sup>22</sup>.
- On parle de **loisirs** pour décrire le fruit d'une participation volontaire à des activités physiques, sociales, intellectuelles, créatives et spirituelles au bénéfice du participant et de la communauté<sup>23</sup>.
- La **littératie physique** se définit par la motivation, la confiance en soi, la capacité physique, le savoir et la compréhension qu'une personne possède qui lui permettent de valoriser et de prendre en charge son engagement envers l'activité physique pour toute sa vie<sup>24</sup>.

## Sport, loisirs et activité physique

Le débat sur les définitions de sport, de loisirs et d'activité physique, sur leurs similitudes et sur leurs différences ne date pas d'hier. L'activité physique est-elle un générique comprenant le sport et les loisirs, étant donné que l'activité physique récréative et le sport sont ultimement définis comme de l'exercice physique, avec ses bienfaits inhérents? Ou les



loisirs ne seraient-ils pas plus englobants, étant donné qu'ils concernent des activités de nature non seulement physique, mais aussi sociale, intellectuelle, artistique et spirituelle<sup>3</sup>? En Europe, le sport s'entend de « toutes formes d'activités physiques qui, à travers une participation organisée ou non, ont pour objectif l'expression ou l'amélioration de la condition physique et psychique, le développement des relations sociales ou l'obtention de résultats en compétition de tous niveaux<sup>25</sup> ». En plus de comprendre la définition traditionnelle du sport, ce concept englobe aussi les diverses formes d'activités physiques – y compris les jeux spontanés et non organisés et l'exercice ou l'activité physique régulière – qui contribuent toutes au bien-être de l'individu et de la société<sup>26</sup>.

Pour peu qu'on définisse bien distinctement les concepts en débat, comme c'est le cas au Canada, l'énoncé qui suit devient vrai : le sport, les loisirs et l'activité physique jouent tous trois un rôle, chacun à sa manière, dans la société (par exemple le rôle du sport est de développer et de soutenir des athlètes d'élite par un entraînement et des compétitions de haut niveau), mais sous un autre angle, les trois partagent la même fonction d'« améliorer le bien-être des individus, des communautés et l'environnement<sup>3 (p. 160)</sup> ».

Quand il est question des participants et de la collecte de données, les frontières entre les loisirs, l'activité physique et le sport sont cependant floues. Par exemple, les nageurs d'élite peuvent faire des longueurs pour se mettre en forme ou s'entraîner en vue d'une compétition; les sportifs des ligues de garage peuvent s'adonner à un sport plus pour

socialiser que pour ses bienfaits ou la compétition. Quoi qu'il en soit, les bienfaits physiques et autres sont bien réels pour chaque participant. Les taux de participation faisant fi de ces distinctions, tous ces sportifs sont considérés comme des nageurs, des joueurs de baseball, des hockeyeurs ou des participants au sport.



### **Rôle de la littératie physique pour tous les types d'activités sportives**

---

Deux obstacles courants à la participation au sport chez les groupes ciblés reviennent inmanquablement dans la littérature : le peu d'habiletés et le manque de confiance en soi. Or, le développement de sa littératie physique exige l'un et l'autre. La littératie physique est un parcours unique qui dure toute la vie<sup>24</sup> et, bien qu'elle soit le point de départ du développement à long terme du participant/athlète (DLTP/A)<sup>27</sup>, il faut

chercher des façons de l'enseigner, de la développer et de la perfectionner au-delà de l'âge de 6 ans, comme le veut le DLTP/A. Importante pour tous les Canadiens, elle est carrément primordiale pour les groupes sous-représentés, peu importe leurs aspirations (compétition de haut niveau, activité sociale et amusante ou forme physique). Certains modèles du DLTP/A, surtout ceux qui décrivent les expériences sportives des handicapés, comprennent les étapes additionnelles de sensibilisation et de premier contact. Ces étapes sont pertinentes pour ceux qui n'ont pas eu la chance de développer une littératie physique de base pendant la petite enfance, soit les membres des groupes sous-représentés.

Toutefois, la compétence physique et la confiance ne sont pas les seules clés de la littératie physique pour ces groupes. De fait, de nombreux éléments sont interreliés. Par exemple, l'engagement d'un individu dans des activités physiques pour la vie « s'exprime par sa responsabilisation à l'égard du savoir-faire physique et [son choix] d'être

actif de façon régulière. Cela implique la priorisation et le maintien de cet engagement en intégrant à son mode de vie la pratique d'une variété d'activités significatives et de défis personnels<sup>24 (p. 2)</sup>. » Les obstacles à la participation et le sentiment d'exclusion nuisent à l'engagement personnel, et le renversement de cette situation exige que les décideurs et les intervenants s'attaquent au nœud du problème : des politiques et un environnement qui tiennent peu compte des groupes sous-représentés. En leur faisant plus de place dans les politiques et l'environnement, ces groupes auront la possibilité d'améliorer leurs habiletés et leur confiance en eux et de se responsabiliser à l'égard de leur littératie physique.

Finalement, l'un des traits fondamentaux de littératie physique est qu'elle est inclusive et à la portée de tous. Au même titre que les autres concepts dont il a été question précédemment, la littératie physique constitue un facteur de premier plan dans l'amélioration de la participation au sport, aux loisirs et à l'activité physique.



## Participation au sport chez les groupes sous-représentés

Le taux de participation au sport est inférieur à la moyenne canadienne chez les femmes et les filles, les Autochtones, les handicapés, les nouveaux arrivants\* au Canada, les personnes démunies, les aînés, les membres de la communauté LGBTQ et les habitants des régions rurales, éloignées et isolées. La présente section décrit les obstacles, défis et besoins propres à chacun de ces groupes sur le plan de la participation au sport.

Certaines personnes se classent à la fois dans deux groupes, comme une femme autochtone ou un nouvel arrivant handicapé. Il faut toujours garder à l'esprit cette possibilité au moment d'examiner les obstacles, défis et besoins de chaque groupe, sans compter l'éventuelle marginalisation pour d'autres raisons que celles évoquées dans la littérature. Cela dit, les situations se ressemblent fort probablement d'un groupe à l'autre, et le fait demeure que pour encourager la participation au sport de tous les Canadiens, il faut pratiquer l'inclusion sans réserve, sans égard aux caractéristiques individuelles ou à l'appartenance à un groupe.

Le modèle socioécologique de la figure 2 présente les facteurs complexes et multiples qui facilitent ou restreignent la participation au sport, l'activité physique et le

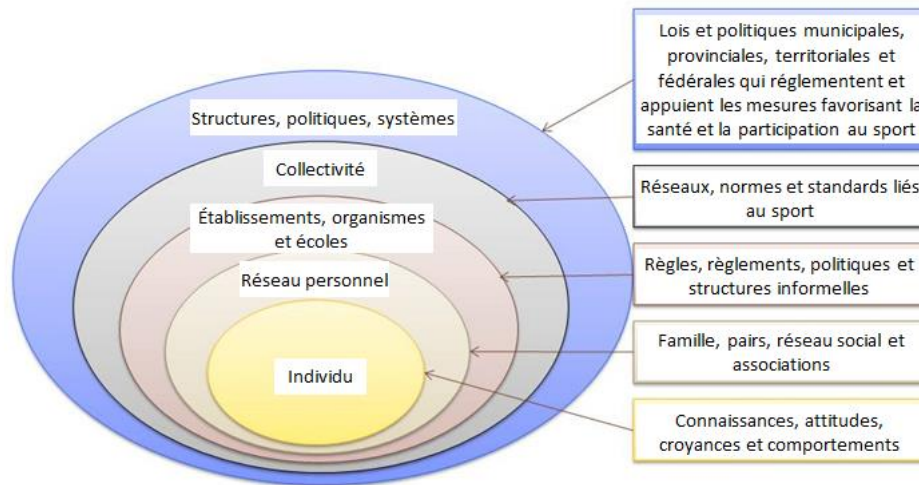
comportement en général. Il illustre l'influence mutuelle entre une personne et son entourage, et montre le lien entre le comportement et les relations individuelles, interpersonnelles, organisationnelles, communautaires et sociales. Le modèle redirige le centre d'attention, usuellement occupé par les problèmes pris isolément, les facteurs de risque et les liens de causalité, vers un mode d'examen global du contexte de vie et d'interaction sociale<sup>28,29</sup>. Le présent rapport fait le point sur les politiques, les programmes et, dans une certaine mesure, les interventions et pratiques environnementales susceptibles d'augmenter la participation au sport.



\* On entend par « nouvel arrivant » un immigrant ou un réfugié se trouvant au Canada depuis peu. Pour simplifier le présent document, ce terme englobera

tout immigrant, réfugié ou Néo-Canadien de fraîche date.

**Figure 2 : Modèle socioécologique des décisions et du comportement à l'égard du sport**



## Femmes et filles

Quelle que soit la catégorie démographique, le taux de participation au sport des femmes et des filles canadiennes se maintient en deçà de celui des hommes, et suit même une tendance à la baisse d'une génération à l'autre. Selon le Sondage indicateur de l'activité physique (SIAP), les hommes (46 %) sont deux fois plus nombreux que les femmes (22 %) à participer à des sports, et ils y participent durant plus de mois par année qu'elles<sup>18</sup>. De même, l'Enquête sociale générale (ESG) parle d'un taux de participation de 35 % chez les hommes et de 16 % chez les femmes<sup>20</sup>

En ce qui concerne les enfants, le SIAP fait état d'un plus grand taux de participation chez les garçons (79 %) que chez les filles (70 %)<sup>19</sup>. Pour ce qui est de la participation à des sports organisés régulièrement chez les enfants de 5 à 14 ans, l'ESG montre encore

une plus forte proportion de garçons (56 %) que de filles (45 %)<sup>60</sup>. La tendance s'observe aussi à l'école, si l'on en croit le Bulletin de l'activité physique 2011 de Jeunes en forme Canada<sup>30</sup>.

C'est prouvé, la participation au sport baisse de beaucoup dans le passage vers l'adolescence, et la courbe est plus prononcée chez les filles que les garçons<sup>20,31</sup>. Par ailleurs, les occasions se font encore plus rares chez les femmes et les filles issues d'un milieu socioéconomique défavorisé ou d'une minorité ethnique<sup>32</sup>, d'une part, et, de l'autre, chez les mères et leur famille. Le taux de participation est plus élevé chez les garçons que les filles si l'on observe les 6 à 14 ans\* métis et des Premières Nations habitant hors réserve<sup>33</sup>. À peine 10 % des filles n'ayant encore jamais participé à un sport à 10 ans seront physiquement actives une fois

\* L'étude portait sur ce seul groupe d'âge.

adultes<sup>34</sup>. Ces révélations ont de grandes conséquences pour la santé féminine.

Comme le taux de participation, le type de sport pratiqué diffère. Les trois sports les plus prisés des femmes sont le golf (le choix de 15 % des femmes sportives), le soccer (12 %) et la natation (11 %), alors que les hommes préfèrent le hockey (23 %), le golf (23 %) et le soccer (14 %).

La participation des femmes et des filles se limite souvent aux sports « féminins », et rares sont les entraîneurs, l'équipement et les installations axés sur les compétences particulières des femmes<sup>28</sup>. Les filles rencontrent plus d'obstacles à l'activité physique et au sport que les garçons<sup>35</sup>, notamment la pression sociale et le manque de soutien, de modèles de réussite, d'assurance et d'argent. Elles se découragent souvent de participer lorsqu'elles constatent leur manque de compétences et d'habiletés fondamentales ou qu'elles ne voient aucun intérêt à continuer<sup>36</sup>.

Le taux de participation féminine souffre aussi du manque de modèles féminins de réussite, tant chez celles en position d'autorité – gestionnaires, cadres, entraîneuses, arbitres, bénévoles, administratrices d'organisations sportives (dont les conseils d'administration comptent environ une femme pour trois hommes), etc. – que dans les médias, ceux-ci offrant une piètre couverture du sport féminin. Bien des voix réclament des politiques qui imposeraient un pourcentage minimal (on parle selon le cas de 25 à 50 %) de femmes siégeant aux conseils d'administration de toutes les autorités sportives pour mieux les intégrer au processus décisionnel<sup>1,28,37,38</sup>. Il ne faut

toutefois pas s'arrêter à leur offrir un siège; il faut surtout les respecter et les valoriser, car les femmes ressentent souvent une certaine fermeture qui se traduit par une atmosphère froide. L'apport positif de tous repose sur l'élaboration, l'adoption et l'application de politiques antiharcèlement et antidiscrimination. Il n'y a aucune solution miracle pour augmenter la représentation active des femmes dans tout le système sportif. La clé, c'est de miser sur un éventail de stratégies au service d'une approche holistique.



Si les femmes s'investissent peu comme athlètes, entraîneuses, arbitres ou dans un autre rôle d'importance, c'est souvent parce qu'elles prennent soin d'enfants ou de personnes âgées. Pour faire tomber cet obstacle, il faudrait des politiques respectueuses des obligations professionnelles et familiales, apportant aux femmes soutien, horaires flexibles, partage de poste et entente de prestation de soins

pendant l'entraînement, la compétition et le perfectionnement<sup>28</sup>. Les déplacements sont un problème pour celles qui ne se sentent pas en sécurité dans les transports en commun, qui habitent loin de tous les circuits d'autobus ou qui ne conduisent pas. En ce qui concerne les femmes de 55 à 70 ans, leur état de santé, leurs obligations, leurs intérêts et leurs capacités sont autant de freins potentiels à leur participation. Tout le monde ne fait pas sa transition vers le troisième âge au même moment ou de la même façon, d'où la complexité d'inciter ce groupe à être actif<sup>39</sup>.

### Peuples autochtones\*

Chez les Autochtones, le taux de participation, les obstacles et incitatifs et les facteurs culturels varient selon qu'on parle des Métis, des Premières Nations ou des Inuits. Selon l'Enquête auprès des peuples autochtones de 2006, un peu plus des deux tiers (69 %) des enfants autochtones (66 % des enfants des Premières Nations vivant hors réserve, 71 % des enfants métis et 72 % des enfants inuits) s'adonnaient à un sport<sup>†</sup> au moins une fois par semaine. Les données qui précèdent se distinguent largement de celles que mentionne le présent rapport sur les Canadiens en général selon le SIAP et l'ESG, vraisemblablement en raison de différences entre les interprétations culturelles du sport,



d'une part, et entre les modes de collecte de données, d'autre part.

Toutes appartenances confondues, les garçons participent plus que les filles. De façon générale, les enfants de 9 à 11 ans participent plus que leurs cadets, et chez les Inuits, ceux de 12 à 14 ans sont plus actifs que ceux de 6 à 8 ans<sup>39,40</sup>. Le taux de participation est plus élevé chez les enfants dont les parents ont un haut niveau d'éducation ou vivent encore ensemble et, chez ceux qui vivent hors réserve, voient les Anciens de façon hebdomadaire ou prennent part à des activités parascolaires.

Parmi les obstacles à la participation au sport propres à ce groupe, notons les déplacements entre la ville et la réserve, l'esprit colonialiste, l'insensibilité culturelle, les divergences de valeurs, de croyances d'interprétations culturelles relativement au sport, à l'activité physique et aux loisirs (p. ex. adopter une vision globale faisant place aux activités traditionnelles que le reste du monde ne

\* Comme le veut l'usage au gouvernement fédéral, le terme « Autochtone » comprend les peuples des Premières Nations, les Métis et les Inuits. Il se peut cependant qu'une citation ou un titre mentionne expressément l'un ou l'autre par souci de fidélité.

Par ailleurs, le terme « Anciens » (avec la majuscule) désigne les aînés des peuples autochtones.

† Selon un parent, l'enfant s'adonne à un sport (ou prend des leçons) au moins une fois par semaine. Toute participation à moindre fréquence n'est pas prise en compte ici.

considère pas comme des sports), la discrimination systémique et manifeste, le manque d'occasions, d'entraîneurs et d'installations sportives, les difficultés économiques, les piètres résultats scolaires, les problèmes de santé et sociaux et tout autre obstacle relevant de la situation géographique et sociale (coût du transport, rareté de l'expertise sportive et manque d'aliments nutritifs) et l'isolement économique<sup>39,41,42,43,44,45</sup>.

De façon générale, la promotion des loisirs, de l'activité physique et du sport relèvent des municipalités et provinces, mais la situation des Autochtones, de ce point de vue, est unique. S'ils vivent en réserve, la responsabilité revient au gouvernement fédéral; s'ils vivent hors réserve, le partage des responsabilités obéit à des règles très complexes. Bien souvent, cette situation se traduit, dans les réserves, par une pauvreté de l'offre à l'école et, en ville, par un désaccord sur la responsabilité financière des uns et des autres<sup>44,46</sup>. De plus, les politiques de différents ministères ne font souvent pas l'objet d'une coopération horizontale concernant les enjeux transministériels, à supposer qu'ils n'entrent pas en concurrence ou ne se nuisent pas carrément<sup>44,46</sup>.

Il y a longtemps, le système sportif général jouait un rôle dans les politiques d'assimilation des gouvernements colonisateurs pour éliminer la culture autochtone et favoriser l'adoption des valeurs et pratiques de la majorité<sup>47</sup>. Dans ses politiques comme la *Loi sur les Indiens*, dans

les pensionnats amérindiens et dans ses diverses pratiques, l'État promouvait les sports et jeux canado-européens en tant que meilleur mode d'expression physique et les utilisait pour exercer sa domination des peuples autochtones<sup>41,45</sup>.

Depuis quelques années, des leaders autochtones du Canada tentent de faire avancer la cause de l'autodétermination de leurs peuples par le sport. Pensons surtout aux Jeux autochtones de l'Amérique du Nord et aux Jeux mondiaux des peuples autochtones<sup>47</sup>. Dans le même esprit, les ressources consacrées à l'augmentation du taux de littératie physique chez les enfants autochtones, à l'admission des athlètes autochtones dans le sport de haut niveau et à l'amélioration du taux d'activité physique chez les Autochtones sont plus importantes aujourd'hui.

## Personnes handicapées

L'incidence des handicaps sur la participation au sport au Canada est difficile à cerner, car le concept de handicap pour la vie en société ne correspond pas nécessairement aux critères qui définissent la non-admissibilité à la



pratique d'un sport donné. Il faut dire aussi que les enquêtes canadiennes tentant de recueillir de l'information sur le sujet souffrent du manque de clarté des définitions de participation au sport et de handicap<sup>48</sup>. D'autres pays ont cependant des données sur le sujet. Aux États-Unis, 21 % des handicapés affirment effectuer les 150 minutes d'activité physique modérée à intense (et non de sport) recommandées par semaine, comparativement à 54 % chez les personnes non handicapées<sup>49</sup>. De l'autre côté de l'océan, les données de 2015-2016 d'une enquête britannique ont révélé que 40 % des adultes non handicapés déclaraient faire au moins une séance de sport ou d'exercice par semaine, comparativement à environ 17 % des adultes handicapés<sup>50</sup>. Chez les enfants et les jeunes handicapés canadiens, 3 % participent à un sport organisé et 24 % ne prennent jamais part à des activités non structurées, alors que ces taux sont respectivement de 36 % et de 2 % chez les enfants et jeunes non handicapés<sup>51</sup>.

Par ailleurs, les antécédents personnels et la gravité du handicap ont assurément une incidence sur la participation au sport. Les enfants nés handicapés sont souvent surprotégés et tenus à l'écart de l'exercice physique en raison du risque physique potentiel et ont habituellement moins d'occasions de développer leurs habiletés fondamentales du mouvement et leurs habiletés plus générales de littératie physique. La considération selon laquelle les personnes lourdement handicapées sont incapables de participer à un sport et le manque de soutien additionnel nécessaire que demande leur participation (aidants,

équipement spécialisé ou programmation spéciale) réduisent d'autant leur participation.

Les handicapés ont de plus en plus d'occasions de participer au sport depuis quelques décennies, entre autres grâce aux Jeux paralympiques, aux Jeux olympiques spéciaux et aux Jeux olympiques des sourds. Certaines organisations utilisent le sport pour nourrir le sentiment de communauté et l'émancipation individuelle des handicapés, tandis que d'autres insistent sur la performance.



Le Canada est l'une des figures de proue du développement du sport paralympique et des Jeux olympiques spéciaux. Tout au long des années 1990, il a surtout cherché à faire reconnaître les athlètes handicapés comme de « vrais » compétiteurs et à leur permettre



de participer à des compétitions, comme les Jeux du Canada. Cette tendance a évolué vers la mise en place de systèmes de développement cohérents, grâce à la création d'*Au Canada, le sport c'est pour la vie* et de *Devenir champion n'est pas une question de chance*. Bien qu'aucune donnée ne prouve pour l'instant que le mouvement paralympique améliore la participation chez les handicapés, il a, à l'instar du sport en général, le mérite de contribuer à faire tomber les préjugés<sup>52,53</sup>.

Comme freins à la participation des handicapés, mentionnons les problèmes d'accès aux installations, la rareté de l'équipement spécialisé, la méconnaissance des façons d'adapter le sport aux différents handicaps ou de le rendre plus inclusif et les difficultés de transport (par exemple, certaines villes accordent la priorité des services de transport adapté aux rendez-vous médicaux avant les activités récréatives)<sup>54</sup>. Pour lever ces obstacles et améliorer la littératie physique et l'expérience des handicapés, il faut leur donner plus d'occasions de participer à un sport intégré ou adapté à leurs besoins<sup>55</sup>. On doit également fournir aux enfants handicapés la chance d'acquérir des habiletés physiques en même temps que les autres enfants, ce qui signifie que les cours d'éducation physique obligatoires à l'école doivent leur être adaptés<sup>56</sup>. Enfin, il est impératif que les

professionnels – par exemple ceux de la santé et des loisirs – collaborent entre eux<sup>57,58</sup>.

## Nouveaux arrivants\*

---

Dans l'ensemble, les immigrants et les nouveaux Canadiens (les immigrants établis depuis au moins trois ans et ayant obtenu la citoyenneté canadienne<sup>59</sup>) sont généralement moins enclins à participer aux sports organisés que les Canadiens de naissance<sup>39</sup>. De fait, seulement 26 %<sup>†</sup> des nouveaux citoyens prendraient part à un sport au moins une fois par semaine<sup>59</sup>. Toutefois, 63 % s'adonneraient à un sport occasionnellement dans les trois premières années suivant leur arrivée au pays.

Tout comme chez les Canadiens de naissance, la participation des femmes est inférieure à celle des hommes dans ce groupe<sup>20Error!</sup> Bookmark not defined. Et les enfants des immigrants qui sont au pays depuis moins de 10 ans sont moins susceptibles de pratiquer un sport que les enfants de parents nés au Canada<sup>60</sup>.

Les nouveaux arrivants préfèrent les sports faciles à pratiquer ou populaires dans leur pays d'origine : la natation (35 %), la course (31 %), le vélo (25 %), le soccer (23 %), le badminton (15 %) et le tennis (15 %)<sup>59</sup>.

En plus d'être confrontés aux mêmes défis que les Canadiens de naissance, les nouveaux arrivants connaissent aussi des difficultés étroitement liées à leur statut, soit des obligations urgentes à remplir (s'installer, trouver un emploi et un logement, inscrire les

comparer directement. Il se peut aussi que les données varient en raison des différentes interprétations culturelles du sport.

---

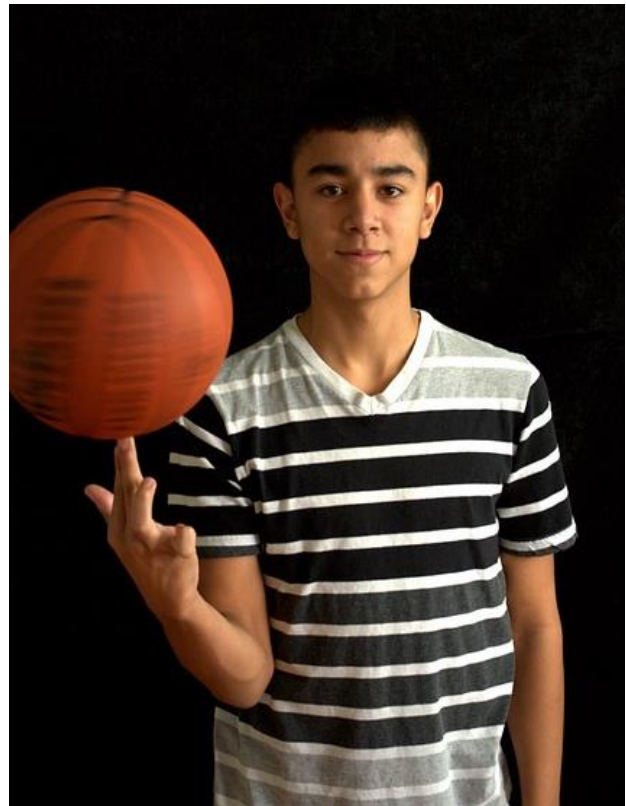
\* Aux fins de simplification, on entend par « nouvel arrivant » un immigrant, un Néo-Canadien ou un réfugié.

† Ces données et les taux révélés ailleurs provenant d'enquêtes différentes, il est impossible de les

enfants à l'école et se prémunir d'autres services), le manque de temps (l'adaptation à la vie dans un nouveau pays est chronophage) et des contraintes financières. N'avoir personne avec qui jouer, manquer d'occasions et d'intérêt, ne pas maîtriser la langue commune, subir du racisme, se sentir mal à l'aise ou rejeté, mal connaître certains sports (les règles, les tactiques) et manquer de connaissances sur l'organisation des sports, les façons de procéder ou les infrastructures canadiennes, voilà autant d'autres épines au pied de ceux qui voudraient participer<sup>59</sup>.

Le Canada, comme bien d'autres pays, présente le sport comme un moyen d'amener les nouveaux arrivants à découvrir sa culture et à faire la connaissance de citoyens partageant leurs intérêts, comme un point de contact naturel et « universel » probablement plus accueillant et utile pour leur intégration que toute autre structure sociale<sup>59</sup>. Le sport peut leur apprendre des pans de la culture canadienne comme l'argot, l'humour, les normes d'acceptabilité sociale, la gestion de conflits et même la politique et l'histoire<sup>59</sup>. L'intégration et la possibilité de se faire de nouveaux amis sont également d'importants moteurs de leur participation; la compétition, elle, arrive bonne dernière dans la liste de leurs motivations. De fait, les nouveaux arrivants s'intéressent au sport et à l'activité physique d'abord et surtout pour être en santé (y compris pour diminuer leur stress et passer du temps en famille), garder la forme et s'amuser<sup>59</sup>. Les centres communautaires proposent des programmes sportifs et récréatifs, mais accueillent également les nouveaux arrivants désireux de faire des

rencontres. De cette façon, ces derniers sont moins isolés, en meilleure santé et plus à l'aise avec leur nouvel environnement<sup>61</sup>.



### **Personnes démunies**

---

Les facteurs socioéconomiques sont sans doute les déterminants les plus importants dans la participation au sport<sup>62</sup>. Les enfants de familles à faible revenu et de parents n'ayant pas obtenu leur diplôme secondaire sont donc moins susceptibles de participer au sport. En 2005, quatre enfants sur dix (44 %) du quintile inférieur de revenu ajusté ont participé au sport, contre sept enfants sur dix (68 %) du quintile supérieur<sup>60</sup>. Et les enfants dont les parents n'ont pas fini leur secondaire sont moins susceptibles (22 %) d'y participer que ceux dont les parents l'ont fini (42 %) ou sont titulaires d'un diplôme d'études postsecondaires (60 %). Pareillement, moins d'adultes à faible revenu (14 %) participent au

sport que les adultes dont le revenu familial est de 40 000 \$ ou plus (au moins 32 %)<sup>18</sup>.



De nombreux obstacles nuisent à la participation des enfants démunis. Les familles défavorisées n'ont souvent pas les moyens de régler le coût de l'inscription, de l'équipement et du transport en ville et à l'extérieur de la ville. De plus, il s'avère difficile pour celles dont les deux parents travaillent et les familles monoparentales de trouver le temps de faire participer leurs enfants au sport.

De même, les adultes qui travaillent de longues heures ou occupent plus d'un emploi manquent de temps pour s'adonner à un sport. On compte également comme obstacles à la participation des adultes le manque d'occasions de développement des habiletés nécessaires pendant l'enfance et le sentiment embarrassant d'avoir à les

apprendre à l'âge adulte, en plus de considérations économiques et de transport<sup>63</sup>.

Qui plus est, les personnes démunies sont confrontées à des difficultés qui vont bien au-delà des contraintes économiques. Bien qu'elles soient moins visibles au premier coup d'œil, ces difficultés sont toutefois bien réelles. La faible participation des personnes démunies en bas âge et le manque de développement de leurs habiletés particulières nuisent de façon disproportionnée à leurs efforts de participation par la suite. Leur capital culturel – habiletés particulières, valeurs et aspirations valorisées dans différents sports – est souvent insuffisant<sup>64</sup>. De plus, les jeunes peuvent avoir l'impression que les sports proposés ne leur conviennent pas ou s'en sentir exclus<sup>64</sup>.

Faut-il le rappeler, la participation continue en bas âge contribue au développement des habiletés nécessaires, à la croissance d'un sentiment d'appartenance, à l'acquisition d'un capital culturel suffisant pour se sentir inclus et, en définitive, à une expérience enrichissante. Par conséquent, la programmation proposée à ce groupe doit être cohérente et continue. Mais comme les subventions ne financent les programmes qu'à court terme et de manière intermittente, il est difficile de favoriser le développement continu des habiletés chez les personnes démunies. La participation régulière et ininterrompue est le privilège des mieux nantis, et les programmes d'aide financière seront insuffisants pour régler les problèmes d'exclusion bien ancrés s'ils ne s'accompagnent pas d'une reconnaissance

des principaux obstacles à la circulation du capital culturel<sup>64</sup>.

En conséquence, les personnes démunies ne bénéficient souvent pas des mêmes occasions que leurs concitoyens et n'apprennent donc pas les règles, les habiletés de base (manipulation du ballon, stratégie offensive, etc.) et l'esprit sportif en bas âge. Sans ce savoir, les jeunes se sentent exclus<sup>64</sup>. Leurs faibles moyens les portent également à accorder moins de valeur à leur participation. De surcroît, le statut socioéconomique d'une personne peut influencer son intérêt pour le sport. Les personnes démunies ont parfois le sentiment que, hormis les avantages de l'inclusion et de l'appartenance, les efforts à faire pour surmonter les obstacles n'en valent pas la peine<sup>64</sup>. Les jeunes à faible revenu sont victimes d'exclusion pour plusieurs raisons : on leur refuse l'accès au sport, ils vivent des expériences très peu significatives ou ils choisissent de ne pas en faire<sup>64</sup>.

Bien que l'école donne aux jeunes la chance de s'adonner au sport, une étude américaine a constaté que les élèves d'écoles au statut socioéconomique élevé participaient en plus grande proportion à des activités interscolaires et intramurales que ceux d'écoles au statut socioéconomique plus faible<sup>65</sup>. Selon une autre étude américaine, les élèves démunis fréquentant une école qui offre des activités intramurales étaient plus susceptibles d'y participer que ceux des

écoles qui offrent des programmes interscolaires<sup>66</sup>.

L'augmentation de la participation chez les personnes démunies pose certains problèmes. La pression constante exercée sur les services municipaux dans le sens de leur autonomie, de la compression des dépenses de la Ville ou de la génération de revenus entre en conflit avec la nécessité de servir les plus démunis. Toutefois, « il est de plus en plus manifeste que le coût engendré par la création d'occasions plus nombreuses de participer au sport peut être compensé et, dans certains cas, plus que recouvert par une baisse des dépenses publiques en santé physique et mentale, en lutte contre le crime et en éducation<sup>62 (p. 203-204)</sup> ».



Quoique la plupart des municipalités, des centres de mise en forme et de loisirs à but non lucratif et des autres initiatives proposent des programmes de subvention ou d'aide, beaucoup de gens – à commencer par leurs bénéficiaires visés – jugent ceux-ci humiliants, embarrassants et stigmatisants, avec le résultat qu'ils sont souvent sous-utilisés. Et lorsqu'ils sont pleinement utilisés, ils

manquent souvent de moyens, et certains participants ne profitent donc d'aucune aide.

Comme les interventions les plus courantes pour aider les personnes démunies ratent souvent la cible, il faut s'attaquer aux principaux obstacles économiques à la qualité de la participation au sport<sup>64</sup>. Pour développer leurs habiletés, les enfants ont absolument besoin qu'on leur propose des occasions concertées et constantes dans un contexte de sport particulier. L'aide financière est actuellement irrégulière et peu fiable (par exemple une subvention ou un programme offert pour une courte durée seulement, ou l'inadmissibilité à une subvention d'une personne ne pouvant pas défrayer le coût de sa participation), ce qui nuit à la constance de la participation et des occasions pour le participant d'acquérir enfin le capital culturel qu'on acquiert normalement par la participation au sport en bas âge. Ces facteurs contribuent au sentiment d'exclusion, nuisent à la qualité de l'expérience et engendrent un manque d'intérêt ou de motivation.

### **Habitants des régions rurales, éloignées et isolées**

---

Les enfants des régions rurales\* âgés de 5 à 14 ans affichent des taux de participation au sport inférieurs à ceux des enfants des petites villes et localités<sup>60</sup>. Alors qu'environ la moitié (49 %) des enfants des régions rurales et une proportion semblable des enfants de trois grandes villes canadiennes (Toronto,

Montréal et Vancouver) (47 %) et des régions métropolitaines de recensement de taille moyenne (51 %) s'adonnaient régulièrement à une activité sportive dans les douze derniers mois, 58 % des enfants des villes et localités de moindre taille (10 000 à 50 000 habitants) en faisaient autant<sup>60</sup>.

Les régions rurales et éloignées ont leur propre lot d'obstacles à la participation. Les principaux sont la distance entre le domicile et les installations d'entraînement ou de compétition, le transport, l'isolement, le manque d'installations et de choix ainsi que le manque de capital humain (p. ex. une population insuffisante pour faire vivre une équipe ou pour recruter des entraîneurs ou autres)<sup>67</sup>. Dans le nord<sup>†,68</sup>, la participation est encore plus limitée en raison de la distance des villes et des limites imposées aux activités extérieures par le peu d'ensoleillement pendant l'année scolaire et les conditions météorologiques extrêmes.

Les obstacles auxquels sont confrontés les jeunes à faible revenu sont différents dans le nord. Par exemple, ils mentionnent les coûts (d'utilisation de l'équipement ou d'adhésion) moins souvent que les jeunes du sud, car les programmes et l'équipement à leur disposition sont subventionnés ou gratuits la plupart du temps. Les obstacles les plus importants (perçus comme ceux qui limitent le plus fréquemment la participation) constatés dans les trois territoires nordiques étaient le mode de vie (p. ex. le tabagisme, la

---

\* Statistique Canada qualifie de rurale toute zone se trouvant hors des centres de population. Il peut s'agir d'une petite ville, d'un village ou de toute autre localité de moins de 1 000 habitants ou se trouvant dans un milieu isolé ou sauvage.

† « Nord », avec la majuscule initiale, s'entend de certaines régions des Territoires du Nord-Ouest, alors que « nord », avec la minuscule initiale signifie la portion nord de différentes provinces. Un milieu dit « isolé » est seulement accessible par avion.

toxicomanie, le temps passé devant un écran), les problèmes sociaux (p. ex. l'alcoolisme, le jeu, la violence familiale), les problèmes familiaux (p. ex. le manque d'aptitudes sociales des parents pour inciter leurs enfants à bouger, les parents trop occupés à travailler et les besoins familiaux trop prenants), le manque de bénévoles en raison du surmenage ou d'un déménagement, l'impression de manquer d'habiletés et la réponse inadéquate du gouvernement aux besoins locaux<sup>69</sup>.



La rareté des installations intérieures est également un facteur non négligeable, surtout dans le nord. Les écoles sont parfois les seules installations où les enfants et les jeunes peuvent s'adonner au sport, et des formes de soutien, comme un service de transport scolaire, leur sont nécessaires pour qu'ils puissent prendre part aux activités après les cours.

## **Personnes LGBTQ**

---

La participation chez les lesbiennes, les gais, les bisexuels, les transgenres ou les personnes en questionnement varie en fonction des attitudes, de la discrimination, du harcèlement sexuel et de la violence. Il n'y a

pas de données sur la participation au sport chez ce groupe étant donné la nature délicate de leur collecte. Toutefois, une recherche qualitative<sup>70</sup> indique que le taux de participation au sport de ce groupe serait fortement genré : les gais seraient moins portés à participer à des sports organisés, alors que ce serait le contraire pour les lesbiennes.

Notons qu'un nombre croissant de Canadiens se déclarent LGBTQ, et ce, à un âge plus jeune qu'auparavant. Environ 5 à 15 % des adultes

et le quart des élèves du secondaire se considèrent comme tels<sup>71</sup>. Les athlètes et entraîneurs plus jeunes sont de plus en plus à l'aise avec la diversité sexuelle, ce dont fait foi le nombre croissant d'entre eux qui choisissent de se déclarer LGBTQ durant leur carrière sportive au lieu d'attendre la retraite pour le faire. On ignore le taux de

participation des personnes LGBTQ, mais il serait de cinq athlètes ou plus au sein d'une équipe de 15 à 20 joueurs. De plus, les parents de même sexe veulent que leurs enfants bénéficient de tous les bienfaits du sport, sans discrimination liée à leur propre orientation sexuelle.

On considère toujours les problèmes d'égalité liés à l'identité et à l'orientation sexuelle différemment de ceux qui concernent la race, le genre ou un handicap. Par conséquent, les préjugés sous-jacents sont également différents. La plupart des préjugés et du négativisme dans le sport découlent de la conformité aux stéréotypes sexuels et de la

façon de se représenter la masculinité et la féminité<sup>70</sup>. Le langage genré dans le sport est également lié à la sexualité et peut comprendre des notions étroites et préconçues de ce que les « hommes » et les « femmes » qui participent au sport sont « censés » être (machos ou féminines). Les vestiaires, qui sont des lieux d'échange où se déroulent souvent les rituels d'initiation, lesquels peuvent être homophobes et sexistes tant par les propos tenus que dans les comportements, sont susceptibles de contribuer au malaise et à l'insécurité ressentis par les personnes LGBTQ.

L'homophobie nuit à la participation des filles et des femmes, qu'elles soient homosexuelles ou hétérosexuelles : les lesbiennes ne se sentent pas acceptées, et les hétérosexuelles hésitent à prendre part à un sport pour ne pas se faire étiqueter de lesbiennes. Ainsi, l'homophobie est un couteau à deux tranchants, nuisant à la participation de l'ensemble des femmes<sup>72,73</sup>.

L'attention des milieux sportifs s'est récemment portée sur les politiques concernant la participation des personnes transgenres<sup>74</sup>. Les problèmes d'inclusion des athlètes et des entraîneurs LGBTQ doivent passer après l'élaboration de règles et de politiques pour l'inclusion des personnes transgenres. Il est impératif de faire évoluer les mentalités pour que les milieux sportifs accueillent tous les participants LGBTQ sans discrimination<sup>74</sup>.

## Aînés

Le rapport de l'ICRCMV note des taux de participation au sport à la baisse

plus les participants gagnent en âge. Ainsi, 57 % des 18-24 ans y participent, contre 14 % des 65 ans et plus<sup>18</sup>. Les sports pour « vétérans » s'adressent aux Canadiens de 35 ans et plus, mais aux fins du présent exercice, les aînés sont les gens de 55 ans et plus et, plus généralement, de plus de 65 ans.

En maintenant leur participation au sport au fil des ans, les aînés en constatent les bienfaits pour leur santé et leur vie sociale. Leur participation est influencée par un précédent engagement, leur niveau de participation jusqu'à maintenant (identité athlétique), la confiance dans leurs capacités, les programmes offerts, le contexte culturel, l'engagement social, la participation de leurs pairs, le niveau de compétition offert, la possibilité de faire des activités intergénérationnelles et le transport. Les attitudes et stéréotypes culturels prévalent – qui, en Amérique du Nord, sont plutôt négatifs envers les aînés – et l'interaction entre les sexes, les langues, les régions et les cultures jouent un rôle important et complexe dans la participation des aînés<sup>75,76</sup>. Par exemple, beaucoup de femmes mûres n'ont pas été encouragées à faire de l'exercice lorsqu'elles étaient jeunes<sup>77</sup>.



Bien des aînés qui prennent part à des programmes d'activité physique les quittent dans les six mois pour toutes sortes de raisons : maladie, douleurs musculaires, articulaires et autres, mobilité réduite, perte de la capacité à faire ses activités quotidiennes, répugnance à quitter le

domicile, difficulté d'accès, perte d'intérêt, problèmes logistiques (conflits d'horaire, météo, transport, soins au conjoint, garde des petits-enfants, vacances) et préférence pour l'exercice à la maison<sup>75</sup>. Pour favoriser leur participation aux programmes, il faut les motiver à se lancer et à persévérer<sup>78</sup>.



## Accroître la participation au sport chez les membres des groupes sous-représentés

Le sport ne se résume pas à l'entraînement et à la performance, pas plus que la participation ne se limite au nombre de participants à un programme. La participation au sport comprend des aspects expérientiels liés à l'inclusion sociale, dont l'autonomie, le sentiment d'appartenance, l'engagement, la portée, la maîtrise et le défi<sup>57</sup>. Ces aspects sont traités dans la littérature sur l'inclusion et l'intégration des personnes handicapées, mais ils concernent tous les groupes sous-représentés. La présente section fournit des pistes pour accroître la participation au sport chez les membres des groupes sous-représentés sous l'angle de cinq aspects expérientiels. Ces pistes s'appuient sur des exemples de mesures présentés non pas comme de simples suggestions pratiques, mais comme des sources d'inspiration.

Aucune de ces mesures ne constitue une solution unique. Par exemple, l'octroi de subventions sans installations adéquates n'incitera pas les participants à se déplacer ni à persévérer. Il faut adopter une approche holistique adaptée au contexte, ainsi qu'un nombre suffisant de mesures interreliées qui forment une base solide. Il appartient à chaque organisme, en concertation avec les membres du groupe visé, de déterminer la bonne combinaison de mesures en fonction du contexte et des besoins particuliers de la population servie.

## Maîtrise et défi

Il faut posséder certaines habiletés pour se sentir à l'aise de participer au sport. Aux fins du présent rapport, on entend par maîtrise le niveau minimum d'habileté et de littératie physique pour être en mesure de pratiquer un sport avec d'autres personnes. Alors que la Politique canadienne du sport favorise la littératie physique et l'acquisition d'habiletés sportives dès le plus jeune âge, bon nombre de membres des groupes sous-représentés n'en ont pas eu l'occasion durant leur enfance pour de multiples raisons : conditions socioéconomiques défavorables, problèmes de santé ou physiques, origine étrangère (p. ex. séjour dans un camp de réfugiés ou provenance d'un pays où le sport est le privilège de quelques élites), normes culturelles (p. ex. dans certaines cultures, certains sports ne se pratiquent pas ou sont interdits aux femmes) ou marginalisation pour d'autres raisons (p. ex. l'orientation ou l'identité sexuelle ou des limites physiques). L'existence de programmes de sport récréatif ouverts à tous, peu importe le niveau d'habileté, favorise une participation accrue<sup>79,64</sup>.



Une personne n'ayant pas le même niveau de littératie physique que les autres a peu d'occasions de s'améliorer. Elle est souvent la dernière choisie pour composer une équipe, rejetée ou confinée au banc lors des matchs importants. Elle en vient à se dire qu'elle n'a pas le talent pour seulement songer à se joindre à ses pairs. C'est souvent le sort des personnes issues d'un milieu socioéconomique défavorisé.

Dans les sports, certains jeunes sont privilégiés au détriment de nombreux autres, et il incombe aux décideurs de renverser cette tendance. À cet effet, le remplacement d'initiatives sporadiques par des programmes complets visant le renforcement continu des habiletés et de la confiance en soi serait un bon point de départ<sup>64,79</sup>.

Outre la littératie physique et le capital culturel nécessaires à la participation au sport, le développement des compétences des entraîneurs, arbitres ou administrateurs d'organismes de sport est étroitement lié aux notions de défi et de maîtrise. Il faut donc établir des modèles de développement de ces compétences à l'intention des membres des groupes sous-représentés<sup>28,37,38</sup>.

### **Multiplier les occasions**

Les occasions de développement des habiletés ciblées par groupe d'âge et par niveau renforcent la confiance en soi et augmentent les taux de participation. Il est conseillé aux responsables des programmes de concevoir une offre variée d'activités d'initiation et de développement des habiletés qui donnent aux participants l'occasion de se familiariser avec différents

sports et d'affiner leur littératie physique<sup>80,81</sup>. Les programmes sportifs scolaires exempts de retranchements favorisent le développement des habiletés des enfants et des jeunes<sup>82,65,66</sup>, et ce processus se poursuit dans le cadre de programmes parascolaires<sup>64</sup>.



### **Proposer des défis**

L'élaboration des programmes doit poursuivre un double objectif : favoriser le développement d'athlètes de haut niveau et la pratique récréative du sport pour que tous les Canadiens puissent participer, quel que soit leur niveau. Les facteurs de motivation diffèrent d'une personne à une autre.

Certaines sont motivées par le défi, la compétition et l'excellence sportive, alors que d'autres cherchent simplement à bouger et à s'amuser entre amis. Il importe de connaître

et de respecter les motivations de chaque participant. Prenons l'exemple de trois jeunes filles qui s'inscrivent ensemble à une activité. Si l'on oblige l'une d'elles à s'inscrire dans un groupe de niveau supérieur sous prétexte qu'elle est « trop bonne » pour le niveau qu'elle a choisi, il y a de fortes chances que les trois jeunes filles abandonnent, car le manque de considération pour leur motivation et l'aspect social du sport leur aura fait perdre tout sentiment d'appartenance. S'il faut continuer de financer les programmes de haut niveau pour les athlètes qui représentent le pays aux compétitions internationales, il ne faut pas pour autant négliger les activités sportives récréatives favorisant l'inclusion sociale et l'adoption d'un mode de vie sain. Il faut comprendre, reconnaître et respecter les raisons de participer au sport, et non chercher à imposer des normes de développement athlétique à ceux que ce type d'expérience n'intéresse pas. En offrant des programmes pour tous les niveaux d'habileté et de compétition et en respectant le choix du niveau de participation de chacun, on s'assure que les expériences proposées seront variées et susceptibles de plaire à tous.

### **Encourager la participation**

Pour s'améliorer, les participants doivent disposer des infrastructures nécessaires pour s'exercer et se mesurer à d'autres. Dans les régions rurales ou éloignées, les installations spécialisées sont rares, voire inexistantes. Or,



la centralisation des installations risque de décourager plus d'un participant potentiel qui habite à bonne distance. L'aménagement d'infrastructures de qualité accessibles, par exemple dans des écoles, des terrains de jeux, des parcs, des lieux de travail, des sites naturels, des lieux de culte ou des salles communautaires, augmentera la participation dans les régions éloignées et les réserves<sup>63,67,83,106</sup>. Les ententes en ce sens sont fortement encouragées.

Au Canada, de nombreux centres de sports et de loisirs vieillissants ont besoin de rénovations pour respecter les normes d'accessibilité en vigueur aujourd'hui. La construction de nombreuses infrastructures a été financée dans le cadre des célébrations du centenaire du Canada, c'est-à-dire il y a un demi-siècle. D'autres constructions plus récentes nécessitent aussi des travaux d'entretien et de rénovation<sup>84,85</sup>. S'ils sont adéquatement financés, ces travaux rendront les installations plus accueillantes pour une clientèle élargie.

Les obstacles économiques à la participation au sport sont multiples : les coûts de l'inscription, de l'équipement, du transport jusqu'aux installations locales et aux lieux de compétition interrégionale (en particulier pour ceux qui vivent en région éloignée), des vêtements et des entraîneurs peuvent vite totaliser une somme rondelette<sup>61,62,63,86,87,88,89</sup>.

Il faut que le transport en commun desserve directement les installations et que les usagers se sentent en sécurité de l'emprunter (éclairage des arrêts, etc.), ou encore il faut offrir un service de navette après les heures de classe ou trouver des moyens de financer le transport sur de longues distances.

La présence d'un service de restauration générale ou respectant les particularismes de certains participants est un élément social et culturel important en plus de garantir que les

athlètes ne s'entraînent pas le ventre vide<sup>3,45,80</sup>.

### **Améliorer la maîtrise et créer des défis**

Pour favoriser la maîtrise, il faut donner aux participants de tous les âges, de tous les niveaux d'habileté et de tous les horizons l'occasion de développer leur littératie physique, leur capital culturel et leurs capacités de mentorat. Cet objectif repose sur trois piliers : l'enseignement, l'entraînement et les installations. Pour accroître la participation au sport, il faudra aménager de nombreux types d'établissements et d'installations faciles d'accès et éliminer les obstacles économiques et ceux liés à l'équipement et au transport. Voici une liste de suggestions pour améliorer la maîtrise des Canadiens dans le domaine du sport.



## Améliorer la maîtrise et créer des défis : suggestions

### **Concevoir des programmes d'enseignement des habiletés de base et d'amélioration de la littératie physique pour tous les âges, quels que soient les capacités et le niveau d'habileté**

- ✓ Reconnaître que de nombreux enfants, jeunes et adultes n'ont pas eu l'occasion de développer leur littératie physique de base avant l'âge de six ans.
- ✓ Offrir à ces personnes des programmes d'enseignement des habiletés motrices et des activités pour mettre en pratique leurs apprentissages afin qu'elles développent leur littératie physique.
- ✓ En plus des cours d'initiation au patin et à la natation, offrir aux adultes des cours d'initiation au baseball, au soccer, au basketball, au hockey sur luge et à d'autres sports populaires dans le cadre de programmes pour jeunes, pour adultes ou les deux.
- ✓ Veiller à rendre les programmes de développement des habiletés intéressants et attrayants.
- ✓ Revoir le modèle de développement à long terme du participant pour favoriser l'adhésion à tout âge.

### **Assurer le financement continu des programmes**

- ✓ Aider financièrement tous ceux qui souhaitent participer.
- ✓ Éviter toute interruption du développement des habiletés et de la participation des personnes qui n'ont pas les moyens financiers de continuer.
- ✓ Mettre en œuvre un processus de demande de subvention respectueux et digne pour l'adhésion ou la participation aux programmes. Prévoir un soutien à long terme dans le cadre de tout programme de subvention.

### **Collaborer avec les partenaires d'autres horizons que le sport, y compris la santé, le conditionnement physique, l'éducation, les transports, la planification, la justice, les services sociaux ainsi que les services d'aide à l'établissement des immigrants, les garderies et les bibliothèques.**

- ✓ Concevoir des programmes de développement des habiletés hors du système sportif général en vue d'accroître le taux de participation.
- ✓ En collaboration avec des professionnels de la santé, sensibiliser les responsables des programmes aux besoins des personnes âgées (possible limitation de l'ampleur des mouvements et des capacités) afin d'adapter les programmes en conséquence.

### **Reconnaître le chevauchement entre l'activité physique, les loisirs et le sport**

- ✓ Offrir diverses disciplines sportives à plusieurs niveaux, de l'initiation (au patin ou à la natation, par exemple) à la compétition (entre écoles ou ligues) en passant par les ligues internes amicales (avec une politique de non-retranchement).
- ✓ Offrir de nouvelles disciplines sportives pour encourager les participants à essayer de nouveaux sports afin de développer de nouvelles habiletés motrices, qui renforceront leur confiance en soi dans toutes les disciplines sportives.
- ✓ Offrir des séances d'essai pour encourager les participants à expérimenter sans s'engager dès le départ dans un programme.
- ✓ Donner l'occasion aux nouveaux arrivants d'enseigner à leurs voisins de nouveaux jeux, sports ou activités faisant appel à des habiletés particulières.

- ✓ Soutenir davantage les équipes sportives scolaires et interscolaires, peu importe le niveau d'habileté, afin que tous les élèves puissent participer.
- ✓ Accorder à tous les enfants un temps de jeu égal, sans égard à leur niveau d'habileté, à leur assiduité ou à d'autres facteurs.
- ✓ Donner à tous, sans exception, la chance de participer à divers sports.

#### **Soutenir le développement professionnel et le mentorat pour les membres des groupes sous-représentés**

- ✓ Soutenir le développement professionnel et le mentorat pour le personnel, les entraîneurs, les arbitres, les enseignants et les bénévoles issus des groupes sous-représentés en vue d'améliorer leurs habiletés et de renforcer leur confiance en soi.
- ✓ Susciter l'intérêt des membres de tous les groupes pour les programmes d'entraînement et les postes de leadership, et encourager et faciliter leur intégration à ces programmes et postes.
- ✓ Dans le cadre du développement professionnel, créer des postes d'entraîneurs dans les établissements, parcs ou programmes qui en ont besoin.
- ✓ Établir des registres ou des bases de données de femmes à des postes de direction (rémunérés ou non) dans des organismes locaux, régionaux et nationaux, afin de porter ces candidates à l'attention des recruteurs. Étendre cette mesure à d'autres groupes sous-représentés si possible.

#### **Favoriser le leadership et le mentorat par les pairs**

- ✓ Créer des initiatives de mentorat par les pairs pour développer à la fois les compétences en leadership du mentor et la littératie physique, le capital culturel et les habiletés sportives de son protégé.
- ✓ Encourager les immigrants à transmettre leurs connaissances et leurs habiletés relatives aux sports pratiqués dans leur pays d'origine.
- ✓ Encourager les participants ayant un niveau d'habileté supérieur à agir comme entraîneurs et mentors auprès de leurs pairs moins avancés.
- ✓ Consulter les membres des groupes sous-représentés en vue de déterminer les connaissances et les habiletés sportives qu'ils sont en mesure de transmettre et les faire participer activement à l'élaboration d'un programme de formation

#### **Faciliter l'accès aux installations**

- ✓ Promouvoir l'utilisation commune des installations scolaires ou communautaires dans les régions rurales afin que tous les habitants puissent pratiquer une activité physique en toute sécurité et à coût modique.
- ✓ Encourager et soutenir l'utilisation d'installations sportives traditionnelles et non traditionnelles, par exemple situées au sous-sol d'un lieu de culte, dans une salle communautaire ou un autre lieu public.
- ✓ Établir des programmes de financement continu à long terme pour la rénovation, l'agrandissement, l'entretien ou l'aménagement d'installations sportives récréatives, de parcs et de sentiers.
- ✓ Construire des patinoires extérieures et aménager dans les parcs des terrains de soccer, de tennis, de baseball ou autres, selon les souhaits des résidents du quartier.

- ✓ Financer l'ouverture de nouvelles installations destinées à un usage particulier ou l'extension de l'horaire d'ouverture d'un établissement, qui exige par exemple plus de personnel à l'accueil, à la conciergerie ou à la sécurité.
- ✓ Trouver et promouvoir de nouveaux moyens de partager ou de réduire les coûts associés à l'usage commun d'installations et d'en garantir l'accès équitable. Par exemple, souscrire une assurance responsabilité commune regroupant plusieurs établissements.
- ✓ Fournir aux commissions scolaires et aux organismes communautaires des guides d'élaboration de politiques et de lignes directrices communes pour éliminer les obstacles qui y sont associés. De telles politiques et lignes directrices énonceront les rôles et les responsabilités des utilisateurs et des exploitants des installations et orienteront la répartition équitable de l'espace.
- ✓ Rédiger des énoncés de principes qui s'intègrent facilement aux politiques des commissions scolaires, moyennant quelques adaptations au besoin.
- ✓ Fournir de l'information sur la responsabilité civile et les assurances.

#### **Veiller à ce que les installations soient bien entretenues et conformes aux normes d'accessibilité**

- ✓ Financer les rénovations des installations afin qu'elles demeurent sécuritaires, accessibles et accueillantes.

#### **Faire tomber les barrières liées au transport**

- ✓ Favoriser les activités parascolaires en organisant du transport (par exemple un service de navettes) pour les élèves qui souhaitent participer à des activités sportives à leur école ou dans une autre école.
- ✓ Rechercher des investissements privés ou sans but lucratif afin de réaliser des initiatives novatrices pour le transport des participants jusqu'aux installations et collaborer avec d'autres organismes communautaires pour combiner les transports vers des événements et des activités sportives.
- ✓ Coordonner le transport des membres de la famille des participants et des autres personnes qui viennent l'encourager.

#### **Faire tomber les barrières liées au coût de l'équipement**

- ✓ Rechercher des investissements privés ou sans but lucratif dans l'équipement.
- ✓ Mettre sur pied un programme de prêt d'équipement pour les terrains de soccer, de baseball et autres.
- ✓ Mettre sur pied un programme de prêt d'équipement dans les bibliothèques, très fréquentées par les immigrants et les personnes âgées.
- ✓ Fournir de l'équipement de hockey sur luge aux arénas et des fauteuils roulants adaptés pour le basketball aux centres communautaires afin que les personnes handicapées puissent aussi participer au sport.

#### **Enrichir l'expérience culturelle en offrant de la nourriture dans le cadre du programme**

- ✓ Proposer des expériences socioculturelles en plus des activités sportives. Par exemple, pour inciter les gens à découvrir un sport traditionnel, inclure l'activité dans une exposition ou un festival, ou encore servir des mets traditionnels dans le cadre d'un tournoi de sport traditionnel.
- ✓ Offrir de la nourriture afin que tous les participants (surtout ceux qui ne mangent pas à leur faim à la maison) aient assez d'énergie pour pratiquer leur sport.

## Collaboration et vision du sport

Les membres des groupes sous-représentés sont marginalisés à bien des égards. « La persécution religieuse, la colonisation, l'homophobie, le racisme, la pauvreté, l'âgisme et l'inégalité des sexes sont autant de problèmes qu'une bonne politique d'inclusion dans les sports et les loisirs doit aborder de front<sup>90 (p. 389)</sup>. » En outre, les obstacles au sport et à l'activité physique sont beaucoup plus nombreux pour les membres des groupes sous-représentés que pour le Canadien moyen<sup>91</sup>.

### Collaboration à l'élaboration de programmes

Pour retirer des bienfaits de leur participation, les membres des groupes sous-représentés doivent croire qu'ils pratiquent une activité importante qui leur procure un sentiment d'appartenance et leur demande un investissement émotionnel. La participation de ces personnes à la conception des programmes de sport par l'intermédiaire d'un comité consultatif ou dans le cadre d'une consultation approfondie contribuera à créer des programmes conformes à leurs besoins et à leurs préférences, adaptés à leur culture et à leur milieu, et aptes à abattre les barrières qui leur sont propres<sup>42,91,92,61,93,86,94,95,96,97,98,99,63,100,88,80,41,124,101,83</sup>. L'utilisation des terrains de balle molle pour le cricket à Scarborough, en Ontario, est un bel exemple d'adaptation des installations résultant d'une consultation populaire. Ailleurs dans le monde, notamment en Angleterre et en Australie, on s'efforce d'adopter une approche axée sur la

population afin d'élaborer des programmes de sport plus inclusifs.

La décision de mener une vie active et de persévérer dans la pratique d'une activité dépend souvent des programmes offerts. Ceux-ci sont conçus par des administrateurs selon leur propre opinion de ce qu'il convient de faire, une opinion souvent influencée d'ailleurs par des normes et des stéréotypes culturels<sup>77</sup>. Les responsables des programmes doivent consulter les populations ciblées afin de déterminer les types de programmes et d'activités susceptibles de leur plaire. Ainsi, pour inclure les nouveaux arrivants dans les activités sportives, il faut très bien distinguer l'assimilation, caractérisée par une approche descendante qui encourage les immigrants à se fondre dans le moule en se conformant aux normes et aux valeurs de leur pays d'accueil<sup>102</sup>, et l'interculturalisme, fondé sur la réciprocité, l'échange et l'apprentissage des pratiques culturelles autres dans un esprit d'harmonie entre les individus et les groupes<sup>61</sup>.





Il faut engager avec le public cible un dialogue respectueux de sa vision culturelle du sport et du leadership en la matière<sup>42</sup>. Par exemple, les campagnes de promotion du sport auprès des Autochtones doivent refléter leur vision du sport<sup>45,103,104</sup> et mettre l'accent sur les bienfaits de l'activité physique sur la santé physique, émotionnelle et spirituelle<sup>27,45</sup>. Lorsqu'ils consultent la population, les administrateurs et responsables des programmes de sport doivent se montrer flexibles et ouverts au changement, et être prêts à céder une partie de leur pouvoir et à remettre en question leurs idées et stéréotypes<sup>61,77,90,103,105,106,107</sup>.



### **Adopter une approche holistique**

Au lieu de se concentrer sur les problèmes, les facteurs de risque et les liens de causalité linéaires, un modèle socioécologique se penche sur l'ensemble des facteurs pour créer un contexte propice dans les milieux de vie<sup>28,108</sup>. L'approche holistique de la conception de programmes tient compte de tous les aspects de l'expérience du participant en reconnaissant les différents facteurs qui

influencent sur celle-ci, notamment ceux de nature personnelle, interpersonnelle, environnementale et politique. Cette approche prend appui sur la participation de nombreux groupes communautaires et réseaux de soutien et sur la formation de partenariats intersectoriels, interprofessionnels, multiniveaux et interculturels<sup>27,57,67,86,88,90,98,109,111,110</sup>. Une telle approche doit ratisser large et recruter notamment les parents, les frères et sœurs, les aînés et les administrateurs d'écoles<sup>45,111,42,41,,82</sup>. Une meilleure coordination des mandats interministériels y contribuerait<sup>136</sup> et devrait s'étendre à la collaboration interprovinciale<sup>57</sup>. D'autres ministères, notamment ceux de la Santé et de la Justice, devraient y prendre part afin d'élargir la vision aux enjeux relevant de leur mandat qui ont une incidence sur la participation au sport<sup>111</sup>. Meilleure sera la communication de ces pratiques, plus nombreux seront les organismes et collectivités à les adopter. Ainsi, l'organisme Sport England s'emploie à créer des liens entre les secteurs afin que les programmes de sport répondent aux demandes des usagers, dont les motivations et la vision du sport diffèrent.

### **Le sport au service du développement dans le cadre d'une approche holistique**

Le sport au service du développement est un mouvement qui utilise le sport comme outil de développement économique et vecteur de changement social, notamment dans une perspective humanitaire, culturelle, éthique et pacifiste<sup>2</sup>. Bien que ce mouvement soit associé à des initiatives de portée

internationale, des organismes se servent du pouvoir du sport pour favoriser l'intégration des membres des groupes sous-représentés au Canada. Le sport au service du développement « implique d'exploiter tout ce que le sport peut faire "intentionnellement" » pour s'attaquer à un éventail de priorités sociales : développement communautaire, promotion du civisme, apprentissage du leadership, des relations personnelles et de la médiation, promotion de la santé, enseignement des règles, normes et valeurs, promotion de l'estime de soi, lutte contre les comportements antisociaux, intégration des jeunes marginalisés, revitalisation de l'économie et aide à l'établissement des nouveaux arrivants<sup>112,119</sup>

Une telle approche favorise la formation des entraîneurs et des leaders, la participation des jeunes à la société et la cohésion sociale, c'est-à-dire l'acceptation de tous sans égard à la culture, à la situation socioéconomique, à la religion, à l'âge et à l'identité sexuelle<sup>113</sup>.



L'application et l'évaluation d'initiatives canadiennes de sport au service du développement<sup>114,115,116</sup> ont mis en lumière plusieurs leçons applicables à la promotion de la participation au sport auprès des membres des groupes sous-représentés :

- Les programmes de sport communautaires améliorent considérablement la santé et les résultats scolaires des jeunes.
- Les programmes de sport aident les immigrants à s'intégrer à leur milieu, préviennent la formation de gangs de rue

et favorisent la participation à la vie de quartier.

- Le recrutement et la formation de jeunes bénévoles comme entraîneurs auprès de jeunes enfants améliorent les résultats des programmes. Près de la moitié des bénévoles au Canada ont commencé à donner de leur temps dans le cadre d'initiatives sportives ou récréatives; cette première expérience les a incités à poursuivre leur bénévolat dans divers domaines. Ainsi, la participation des jeunes profite aux programmes, mais aussi, à long terme, à l'ensemble du secteur bénévole.
- Les initiatives de sport communautaires rassemblent des intervenants en promotion de la santé, en prévention du crime, en accueil des immigrants et en éducation, favorisant ainsi une approche holistique du développement communautaire.
- Cette initiative a été très fructueuse, tant sur le plan local que sur celui des politiques pancanadiennes. L'intégration d'approches prometteuses dans les structures et la culture des institutions

qui financent et régissent le sport au Canada (p. ex. les organismes nationaux de sport et de loisirs et les associations d'entraîneurs) reste un défi. Elle implique de passer du rôle de gardien à celui de facilitateur.

- Certains praticiens du sport rompent avec le modèle de prestation des services organisée par des experts au profit d'une approche laissant les citoyens créer leurs propres programmes selon leurs talents et les ressources dont ils disposent. Dans la même veine, la capacité des jeunes de concevoir et de suivre leurs propres programmes est sous-exploitée. Il faut un important changement de la part du secteur des sports, orienté vers les tâches.
- Les chercheurs et les praticiens du sport n'ont pas la même approche de la recherche et de son utilité. Tous auraient avantage à combler le fossé entre ces deux cultures.

Comme c'est le cas de toute approche, les initiatives de sport au service du développement doivent tenir compte des principes sous-jacents au mouvement. Bien qu'elles se fondent sur l'entraide et le soutien mutuel, il subsiste toujours un risque de déséquilibre des forces entre les groupes de coordination et la population cible. Ceux qui prennent part à la planification ne peuvent faire entièrement abstraction de la réalité quotidienne des personnes à qui s'adresse l'initiative. Les partenariats doivent se fonder sur le respect mutuel, l'égalité et la participation valide de tous les intervenants<sup>117</sup>.

## **La promotion de la santé dans le cadre d'une approche holistique**

Si les initiatives de sport au service du développement contribuent à améliorer la santé de manière générale, le sport en soi est de toute évidence le véhicule de promotion de la santé tout indiqué. Ainsi, les clubs sportifs pour jeunes offrent un cadre idéal pour la promotion de la santé, mais pas uniquement dans l'optique d'encourager les jeunes à faire du sport en leur présentant les bienfaits d'une vie active<sup>119</sup>. Ces activités de promotion peuvent prévenir les aspects négatifs du sport tels que les blessures, les troubles de l'alimentation, la pression de gagner, le dopage, la consommation d'alcool et de drogues, l'agressivité parentale et la spécialisation précoce. Le développement d'habiletés et de qualités sportives dépend de la participation, donc de l'accès au sport. Toute stratégie doit favoriser la participation des membres des groupes sous-représentés.

Il faut élaborer une stratégie globale de promotion de la santé avec de multiples partenaires de différents secteurs, au premier chef celui de la santé publique. Les organismes de sport peuvent adopter une approche de la santé globale<sup>118</sup> et collaborer à l'élaboration de politiques, à la création de milieux stimulants, au renforcement de l'action communautaire, au développement des habiletés personnelles et à la réorientation des services de santé. Les clubs sportifs peuvent devenir des milieux sains et accueillants dans tous les aspects de leur fonctionnement moyennant un changement de culture qui touchera les participants, les entraîneurs, les bénévoles et les parents<sup>119</sup>. Ce changement pourrait déborder les clubs

sportifs eux-mêmes et influencer sur les écoles, d'autres clubs de loisirs, les entreprises, les établissements de soins et les services de santé, et même sur certaines orientations gouvernementales. La promotion de la santé est l'affaire de tous les organismes, les secteurs et les leaders communautaires, traditionnels ou non, et les clubs sportifs ne font pas exception. En fait, ce serait à eux d'amorcer le mouvement.

### **Stimuler la collaboration et créer une vision**

Pour créer un milieu propice à la collaboration et une vision en vue d'augmenter la participation au sport, les leaders doivent consulter les groupes communautaires et leurs partenaires intersectoriels afin d'intégrer les activités sportives à une grande variété de programmes s'inscrivant dans leur mandat de promotion du sport et des loisirs ou qui en dépassent le cadre. Voici une série de suggestions à cette fin.

## Stimuler la collaboration et créer une vision : suggestions

### Faire collaborer ceux qui sont visés par les programmes conçus

- ✓ Former un comité consultatif pour chaque population ciblée, composé de partenaires et de membres de la communauté issus de secteurs et professions divers et représentant différents types de participants potentiels.
- ✓ Créer un climat favorisant l'échange de connaissances et de compétences entre les membres du comité, où ils peuvent exprimer leurs souhaits et leurs croyances pour concevoir ensemble des programmes intéressants, divertissants et qui répondent aux besoins des membres du groupe qu'ils représentent.
- ✓ Rester à l'écoute afin de saisir en quoi pourrait consister une vision du sport appropriée à la culture, aux capacités et au sexe des participants.
- ✓ Collaborer à la création de campagnes de communication et de messages qui trouveront un écho auprès de la population ciblée.
- ✓ Maintenir une collaboration continue avec les membres de la communauté et prévoir des mécanismes pour donner suite à leurs réactions et modifier les programmes en conséquence.
- ✓ Encourager les membres de la communauté à regarder les participants s'adonner au sport, à les soutenir ainsi qu'à communiquer avec eux.
- ✓ Éviter toute approche descendante de la conception de programmes, c'est-à-dire où le responsable des programmes prétend tout savoir des sports récréatifs, des besoins des différents groupes et de ce qui leur plaira.
- ✓ Tenir les réunions dans la langue du groupe culturel consulté.

### Travailler de concert avec des partenaires et des organismes de la communauté non liés au sport

- ✓ Collaborer avec des associations culturelles et des organismes d'aide à l'établissement qui sont en contact direct avec les nouveaux arrivants.
- ✓ Allouer des ressources au personnel communautaire et aux bénévoles aux fins de l'éducation continue.
- ✓ Collaborer avec les partenaires, de concert avec le ministère de la Santé, à la promotion des bienfaits du sport pour la santé et inclure le sport à un programme de promotion de la santé de grande ampleur.
- ✓ Encourager les leaders communautaires et les partenaires, y compris ceux de secteurs autres que le sport, à appuyer les programmes de sport et à les promouvoir auprès des participants.
- ✓ Désigner des ambassadeurs communautaires et encourager la prise en charge au niveau local.
- ✓ Favoriser la prise de parole de divers ambassadeurs qui représentent les besoins et motivations de différents groupes.
- ✓ Coordonner les initiatives entre les provinces et territoires, les ministères et les différents ordres de gouvernement. Imaginer de nouvelles formes de collaboration entre le fédéral, les provinces et territoires et les municipalités afin qu'ils unissent leurs efforts pour mieux servir les groupes sous-représentés et augmenter la participation.
- ✓ Démontrer la valeur du sport aux partenaires des secteurs de la justice, de l'aide aux itinérants et du leadership, entre autres.

## Stimuler la collaboration et créer une vision : suggestions

- ✓ Favoriser la collaboration interministérielle en vue d'obtenir une vision globale des enjeux touchant le sport, l'activité physique et les loisirs.

### Reconnaître le chevauchement entre l'activité physique, les loisirs et le sport

- ✓ Prendre conscience des différentes interprétations culturelles de ces notions. Adopter une définition large du sport et offrir une gamme d'activités sportives, physiques et récréatives culturellement adaptées et ouvertes à tous.
- ✓ Multiplier les offres d'activités sportives, physiques et récréatives non structurées ou à la carte, qui conviendront mieux aux nouveaux arrivants dont la priorité est de s'établir et qui ont peu de temps à consacrer à une activité d'équipe.
- ✓ Offrir aux nouveaux arrivants différentes activités gratuites ou à peu de frais.
- ✓ Inviter les Canadiens à venir eux aussi essayer un nouveau sport ou apprendre des nouveaux arrivants.
- ✓ Revoir les procédures d'inscription dans le but de les simplifier s'il y a lieu.
- ✓ Proposer des programmes intergénérationnels et familiaux. Par exemple, en plus des programmes parent-enfant pour les tout-petits, créer des programmes s'adressant à toute la famille où des personnes de tous âges et de tous niveaux d'habileté participent ensemble au sport.
- ✓ Inviter les parents immigrants à des séances de planification et de consultation afin de tenir compte de leurs points de vue dans les programmes et politiques, de manière à les rassurer quant aux intentions qui sous-tendent ces programmes et politiques.
- ✓ Intégrer un volet sportif à d'autres activités sociales, par exemple les activités parascolaires ou culturelles, les événements dans les bibliothèques, les galeries et les musées, les festivals, etc.
- ✓ Pendant les vacances scolaires d'été ou durant la semaine de relâche au printemps, encourager les camps non sportifs à organiser des activités sportives (par exemple, un camp d'informatique pourrait proposer une partie de hockey en salle ou une randonnée en raquettes).
- ✓ Collaborer avec les organismes de santé publique et culturels, les services sociaux, la police, la justice, les groupes environnementaux, les organismes de bienfaisance dans le domaine de la santé et d'autres acteurs pour trouver des moyens d'utiliser le sport en vue d'alléger les problèmes qui touchent leurs secteurs respectifs.
- ✓ Proposer des activités conjuguant les matières scolaires et l'activité physique pour satisfaire les parents qui estiment que leur enfant doit se concentrer sur ses études, et non sur le sport.
- ✓ De concert avec les conseils municipaux et les organismes de développement économique, élaborer une politique d'accueil de manifestations sportives en vue de stimuler l'économie locale.
- ✓ Améliorer les réseaux de sentiers pédestres, les pistes cyclables et autres installations récréatives pour attirer plus de touristes.
- ✓ Avec les partenaires des domaines de la santé et du conditionnement physique, intégrer aux programmes de sport des stratégies de promotion de la santé.
- ✓ Concevoir des programmes de développement des habiletés hors du système sportif général en vue d'accroître le taux de participation.
- ✓ Établir des liens entre les politiques sur les loisirs et les politiques sociales, de sorte que toute modification à l'une entraîne la modification de l'autre.

## Sentiment d'appartenance

Pour qu'ils aient envie de pratiquer un sport, voire de passer la porte d'un centre récréatif, les gens, et à plus forte raison les membres des groupes sous-représentés, doivent s'y sentir bienvenus en plus de se reconnaître dans les programmes offerts. Mais l'accueil chaleureux et l'élimination des barrières physiques ou sociales à la participation aux activités et aux programmes sportifs ne suffisent pas à eux seuls à éveiller un sentiment d'appartenance<sup>90</sup>. « Le problème de cette approche, c'est que les politiques et pratiques du monde du sport qui ont pour effet d'exclure des gens ne sont aucunement remises en question [et] l'inclusion sociale incombe donc aux exclus eux-mêmes, qui doivent trouver le moyen de s'intégrer à un système qui ne répond pas nécessairement à leurs besoins<sup>90 (p. 392)</sup>. » En plus d'accueillir les participants, l'organisation qui promeut une culture d'inclusion reconnaît, respecte, valorise et exploite les talents et la contribution de chacun<sup>120</sup>, mais incarne aussi ces valeurs par la diversité de son personnel et par ses relations avec sa clientèle.

## Inclusion et droits de la personne

Les ministères responsables des sports et des loisirs ont pour mandat d'offrir des programmes attrayants, dont les taux d'inscription élevés garantiront la rentabilité. Des programmes spéciaux visant les groupes sous-représentés et suscitant peu d'inscriptions (p. ex. les plages horaires

réservées aux femmes dans les piscines) vont à l'encontre de ces objectifs. Dès lors qu'ils ont pour fonction l'exercice par les citoyens d'un droit fondamental (soit celui de participer à des programmes de sport) plutôt que l'assimilation au système sportif général, les programmes doivent s'adapter aux besoins particuliers de la clientèle<sup>90,93,121,129</sup>. La participation au sport parmi les groupes sous-représentés augmentera si, à tous les niveaux, les programmes se fondent sur le respect des droits de la personne et des principes moraux ou éthiques dans une perspective d'inclusion sociale<sup>90,99</sup>. Il faut pour cela adopter un point de vue égalitaire en termes de droits (participation et leadership), de valeurs (capacités et pratiques culturelles) et de traitement (non-discrimination)<sup>90 (p. 394)</sup>.



## Occasions parallèles et intégration inverse

La promotion de la diversité implique non seulement d'éliminer les obstacles à la participation aux activités sportives du système général, mais aussi d'offrir un éventail d'activités susceptibles de plaire aux personnes de toutes les cultures. Le système

doit proposer de nouvelles activités, mais aussi des activités traditionnelles pour les nouveaux arrivants et les Canadiens de longue date se revendiquant de la même culture. Les nouveaux arrivants possèdent différentes habiletés sportives liées aux sports pratiqués dans leur pays d'origine, qu'ils peuvent transmettre aux Canadiens de tous les horizons.

Une telle diversité de sports de différentes cultures ou adaptés selon les capacités physiques ouvre les inscriptions à des programmes ou à des ligues aux proches des participants et aux personnes intéressées par leur culture<sup>61,122,103,123</sup>. Par exemple, l'ouverture des activités sportives autochtones à tous les participants favorise l'échange interculturel entre les Autochtones et les non-Autochtones<sup>83</sup>.

À l'inverse, certaines personnes, notamment les filles et les femmes, seront plus à l'aise de participer à des activités réservées à leurs semblables. Il faut donc prévoir des plages horaires ou des programmes exclusifs pour ces groupes afin de les encourager à participer<sup>86,80</sup>. Rappelons qu'il importe de se renseigner sur les besoins et désirs particuliers des membres des groupes sous-représentés au moment de concevoir des programmes qui leur sont destinés.

Pour les personnes handicapées, le choix est un aspect primordial. Certaines préféreront s'inscrire à des programmes de sport ouverts à tous, alors que d'autres réussiront mieux ou seront plus à l'aise dans des programmes taillés sur mesure pour leur niveau d'habileté. Dans certains cas, l'acquisition des habiletés requises pour maîtriser un sport dans un

cadre fermé renforce la confiance en soi et incite le participant à passer au système sportif général.

Les Jeux gais ont vu le jour pour que les membres de la communauté LGBTQ, qui se sentent souvent contraints de taire leur orientation sexuelle, puissent montrer au monde entier que leurs capacités athlétiques valent tout autant que celles des autres. Ces jeux sont pour eux l'occasion de participer à des compétitions dans un climat d'ouverture et de soutien. Ils jettent des ponts, resserrent le tissu social de la communauté et renforcent l'estime de soi des participants. Ils favorisent l'inclusion et la croissance personnelle dans un cadre sportif.

On a créé pour les Autochtones un modèle à double hélice des systèmes sportifs général et parallèle, qui se rejoignent à certains niveaux

*Figure 3 : Double hélice*



d'accomplissement et de compétition<sup>111</sup>. Chaque système possède sa propre structure de développement des athlètes. Le modèle représente le système autochtone égal au système général, autonome, financé séparément et culturellement adapté. Les barres transversales représentent les points de connexion où le système général contribue au système autochtone, mais où subsiste encore un déséquilibre des pouvoirs<sup>111</sup>. Il reste ardu pour les athlètes, entraîneurs et arbitres autochtones de passer d'un système à l'autre en raison des tensions culturelles<sup>82</sup>. La voie qui mène aux Jeux autochtones stimule la



participation à tous les niveaux<sup>45,136</sup> en intégrant la dimension culturelle au sport et à la formation des leaders, des bénévoles, des directeurs de centres sportifs et des entraîneurs.

### **Promotion auprès des populations ciblées**

La promotion des programmes doit faire valoir les avantages d'y participer tout en mettant l'accent sur la diversité culturelle et l'ouverture.<sup>122</sup> Elle doit s'adresser directement à la population ciblée, et dans sa langue par surcroît. Toutes les communications doivent être rédigées en collaboration avec des membres de la population ciblée, afin de respecter son point de vue et sa particularité culturelle<sup>124,63</sup>.

Pour susciter un sentiment d'appartenance, il est souhaitable de désigner et de former, parmi les groupes sous-représentés, des ambassadeurs qui, par leur exemple et leurs efforts de promotion, projeteront une image invitante des programmes<sup>125,80,126</sup>. Pensons seulement aux modèles que certains groupes sous-représentés ont trouvés dans la récente couverture médiatique du soccer mondial.

Une mise en garde est toutefois de mise : si les modèles sont des sources d'inspiration, ils peuvent aussi intimider et décourager ceux parmi les participants potentiels qui ne parviennent pas à s'y identifier. C'est notamment le cas des personnes âgées ou à mobilité réduite, qui s'estimeront incapables d'accomplir les mêmes choses que le modèle<sup>75</sup>. Dans le même ordre d'idées, des études médiatiques se sont penchées sur l'image des « super athlètes paralympiques », dépeints comme des héros du monde des

handicapés<sup>127</sup>, une image que plusieurs rejettent avec vigueur, préférant se présenter comme des personnes ordinaires. Des membres de la famille ou de la communauté, des personnes âgées et d'autres peuvent constituer des modèles aussi valables que les sportifs d'élite<sup>128,28,129,130,131</sup>.

Une couverture médiatique positive montrant des membres de groupes sous-représentés qui se passionnent pour le sport aura un double effet : prouver que tout le monde peut participer et faire accepter cette idée au grand public. Ainsi, l'accueil et la couverture médiatique de manifestations telles que les Jeux paralympiques ont fait évoluer les mentalités<sup>132</sup>.

### **Promotion des aspects social et récréatif**

Les responsabilités familiales à l'égard des enfants, des frères et sœurs cadets ou des petits-enfants, d'une personne handicapée ou, chez les personnes âgées, d'un conjoint, peuvent constituer des barrières sociales. Pour les abattre, il importe de prévoir des programmes destinés à ces personnes à charge (services de garde ou activités sportives ou récréatives) à coût modique<sup>91,86,122,61,28,88,62</sup>.

Le sport a le pouvoir de resserrer le tissu social<sup>124</sup> en rassemblant les gens autour d'activités culturelles ou sociales<sup>124</sup>, renforçant ainsi leur sentiment d'appartenance. De même, le soutien de l'entourage et de la famille est un important incitatif<sup>88,41,69,133</sup>. Nombreuses sont les cultures qui valorisent les activités familiales ou intergénérationnelles<sup>86,69</sup> parce qu'elles offrent une solution au problème de la

responsabilité familiale tout en encourageant la participation de tous.

Chez les Autochtones, par exemple, la participation des aînés aux activités sportives en souligne la dimension spirituelle et favorise la revitalisation des jeux et des sports traditionnels. Leur leadership comble les fossés intergénérationnels, facilite la transmission des connaissances et enrichit l'expérience culturelle des participants<sup>45</sup>.

### **Créer un climat accueillant**

Il incombe à tous les intervenants du secteur sportif de créer un climat accueillant pour les membres des groupes sous-représentés<sup>98,106</sup>. C'est plus particulièrement aux administrateurs, aux entraîneurs, au personnel à l'accueil et aux bénévoles de s'assurer que les participants se sentent inclus. Pour créer un climat favorable, tous les intervenants doivent se montrer encourageants, sensibles aux différences culturelles, désireux de nouer des liens avec les participants et les personnes qui viennent les encourager)<sup>134,109,80,Error! Bookmark not defined.88,41,120,135,79,136</sup>, en plus d'appliquer la tolérance zéro envers toute parole offensante<sup>137,138</sup>. Les entraîneurs et autres intervenants ayant des contacts réguliers avec les participants doivent suivre un programme de sensibilisation à la diversité culturelle\*, au harcèlement, aux effets des stéréotypes et aux méthodes d'entraînement qui

conviennent aux différents groupes<sup>139,140,28,138,141,142,143</sup>. Ceux qui travaillent avec des personnes âgées ont aussi besoin de formation sur l'arthrose, les maladies du cœur et l'ostéoporose et doivent adapter leurs programmes en fonction des besoins particuliers et du niveau d'habileté de ces personnes pour prévenir les blessures.

Il importe de nommer des femmes<sup>144,145</sup> et des membres d'autres groupes sous-représentés<sup>100</sup> aux conseils d'administration et à la direction des organismes de sport afin de stimuler la participation d'autres membres de ces groupes en tant qu'athlètes, entraîneurs ou bénévoles.

### **Susciter un sentiment d'appartenance**

Selon la littérature, le sentiment d'appartenance naît de la célébration de la diversité et d'expériences sportives positives, conviviales, amusantes, inclusives, dénuées de tout jugement et exemptes de comportements indésirables comme le harcèlement et les injures. En outre, les responsables des programmes doivent respecter les choix des participants quant au type et au niveau d'investissement ou de compétition et aux horaires. Enfin, l'optique à privilégier est celle des droits de la personne, au détriment de la rentabilité. Voici une liste de suggestions.

---

\* La sensibilisation à la diversité culturelle est l'acquisition des connaissances, des compétences et des attitudes nécessaires pour bien servir des populations diverses. Il s'agit de prendre conscience

de ses propres préjugés, de comprendre les aspects socioculturels de la participation au sport et d'apprendre à communiquer efficacement.

## Susciter un sentiment d'appartenance : suggestions

### Célébrer et promouvoir la diversité

- ✓ Promouvoir des sports accueillant la diversité, ouverts aux participants de toutes les cultures et les origines.
- ✓ Proposer aux nouveaux arrivants des sports qu'ils connaissent et aux Canadiens de longue date, des sports qui les rapprochent de leurs origines ethniques ou culturelles.
- ✓ Offrir des sports traditionnels autochtones ouverts aux non-Autochtones pour favoriser l'échange interculturel.
- ✓ Mettre à la disposition des personnes sans handicap de l'équipement adapté pour les personnes handicapées et les aider à développer des habiletés particulières, afin qu'elles puissent participer aux sports que pratiquent leurs amis handicapés (p. ex. du hockey sur luge ou du basketball en fauteuil roulant).
- ✓ Jumeler des personnes ayant une déficience intellectuelle avec des partenaires qui n'en ont pas pour l'entraînement et la compétition, notamment dans les écoles.

### Créer un milieu accueillant pour tous

- ✓ Créer une ambiance saine pour la pratique du sport. Par exemple, poser bien en vue des affiches déclarant que les participants LGBTQ sont les bienvenus dans tous les espaces (bureaux, salles de sport, vestiaires, salles de cours, etc.). Il est primordial d'instaurer un climat respectueux pour que les homosexuels et les autres membres des minorités se sentent bienvenus et en sécurité.
- ✓ Organiser et promouvoir des activités sportives gratuites ou à faible coût réservées aux femmes, par exemple des journées portes ouvertes ou des séances d'essai, afin qu'elles puissent découvrir de nouveaux sports dans un contexte qui les met à l'aise.

### Promouvoir la diversité au sein de la direction et de la clientèle

- ✓ Veiller à ce que la diversité soit représentée aux postes importants (notamment les entraîneurs) en établissant des politiques exigeant par exemple au moins 40 % de femmes et au moins 40 % d'hommes au sein des conseils de direction et des comités des organismes régissant le sport.
- ✓ Inviter tout particulièrement les filles et les femmes à s'inscrire à un sport, à suivre un cours, à siéger à un conseil ou à devenir entraîneuses.
- ✓ Établir une liaison avec les organismes éducatifs locaux (écoles autochtones, programmes d'apprentissage de langues autochtones ou autres) afin qu'ils servent de vitrine aux initiatives sportives.
- ✓ Relier la participation au sport aux savoirs et coutumes traditionnels et à l'apprentissage culturel.

### Promouvoir les programmes dans la langue de la communauté ciblée et par ses canaux de communication

- ✓ Faire traduire la documentation au sujet des programmes à l'intention des personnes qui n'ont ni l'anglais ni le français comme langue maternelle. Y décrire les bienfaits de la participation au sport ou à une activité physique et inclure toute information qu'un comité juge pertinente pour la population ciblée.
- ✓ Intégrer au matériel promotionnel des photos de membres du groupe ciblé qui participent au sport en question (personnes handicapées, membres d'un groupe ethnique, femmes).

- ✓ Promouvoir les bienfaits de la participation au sport de manière à susciter l'intérêt de la population ciblée.
- ✓ Diffuser aux nouveaux arrivants de l'information sur les programmes et les infrastructures de sport par l'intermédiaire d'un portail, des trousse de bienvenue, des cours d'anglais, des bibliothèques et des services d'aide à l'établissement.
- ✓ Recruter des nouveaux arrivants et les former à enseigner leur savoir en tant que professeurs ou entraîneurs ou dans le cadre d'activités communautaires, par exemple.

#### **Attirer l'attention des médias, organiser des événements et sensibiliser le public aux programmes ciblant les membres des groupes sous-représentés**

- ✓ Communiquer aux médias les bonnes nouvelles et les exemples inspirants, comme la mobilisation d'une communauté, le parcours d'un nouveau leader, la réalisation d'un athlète du groupe ciblé ou la participation de réfugiés à une activité.
- ✓ Prendre des photos des membres des groupes ciblés en train de participer au sport visé.
- ✓ Accueillir ou s'assurer de la couverture médiatique des manifestations de sports d'élite auxquels participent des membres des groupes sous-représentés (Jeux paralympiques, Jeux olympiques spéciaux, Jeux autochtones nationaux, Ligue canadienne de hockey féminin, etc.) et de sports peu courants, comme le cricket ou le futsal (soccer en salle).
- ✓ Couvrir davantage de manifestations de sport d'élite féminin afin d'ancrer solidement la participation des femmes dans la culture sportive.
- ✓ Raconter la vie ou les exploits d'athlètes féminines en appuyant ces récits par des photos à l'opposé de l'image idéalisée de la femme que nous présentent les médias, comme l'a fait la campagne *This Girl Can* de Sport England.

#### **Exploiter les médias et réseaux sociaux pour toucher les groupes ciblés**

- ✓ Projeter une image *cool* et attrayante du sport et d'un mode de vie sain.
- ✓ Créer un forum ouvert où chacun peut raconter sa propre expérience.

#### **Adopter et adapter des méthodes de marketing pour promouvoir le sport auprès de tous les Canadiens et en particulier des groupes sous-représentés**

- ✓ Adopter une approche axée sur les usagers pour adapter les programmes aux besoins des participants actuels et potentiels.
- ✓ Susciter l'engouement pour le sport comme activité amusante, familiale, sociale et saine.
- ✓ Tenir compte des quatre P du marketing (place, prix, produit et promotion) dans la conception et la promotion des programmes de sport.

#### **Mettre à disposition les programmes éprouvés dans un référentiel de connaissances**

- ✓ Diffuser à grande échelle les programmes et les politiques fructueux, d'où qu'ils viennent au Canada.
- ✓ Communiquer largement les recommandations des rapports publiés.
- ✓ Créer les conditions propices à l'application des pratiques exemplaires et des recommandations.

#### **Privilégier les droits de la personne, et non la rentabilité**

- ✓ Pour évaluer le rendement d'une organisation, aller au-delà de la rentabilité financière de certains changements apportés pour considérer tout ce qu'ils apportent à la société.

#### **Désigner des ambassadeurs auxquels les participants peuvent s'identifier**

- ✓ Promouvoir divers modèles qui auront une influence sur les divers groupes ciblés.
- ✓ Promouvoir des héros locaux auxquels les gens s'identifient.
- ✓ Former les ambassadeurs et porte-parole afin que leur message encourage les participants potentiels au lieu de les intimider.

### **Créer un milieu accueillant**

- ✓ Veiller à ce que les responsables des programmes, leaders, entraîneurs, membres du personnel et participants donnent l'exemple par leur comportement.
- ✓ Offrir des programmes de sensibilisation à la diversité culturelle aux membres du personnel, aux administrateurs et aux bénévoles. Par exemple, donner aux entraîneurs et aux bénévoles des formations sur les aspects socioculturels, politiques et religieux qui façonnent la vision du sport des nouveaux arrivants qui fréquentent le centre ou le club sportif.
- ✓ Sensibiliser les enseignants et les entraîneurs aux méthodes d'entraînement des athlètes féminines en fonction de leur niveau d'habileté, de leur motivation, de la dynamique sociale, de leur degré de maturation et des exigences de leur vie personnelle.
- ✓ Promouvoir l'utilisation d'un langage inclusif et le respect des différences. Encourager le personnel et le public (parents, spectateurs et participants) à dénoncer fermement, mais avec courtoisie, toute parole ou tout acte raciste, homophobe, sexiste, âgiste ou déplacé à l'encontre d'une personne handicapée, ainsi que les paroles injurieuses ou fondées sur des stéréotypes.
- ✓ Désigner des ambassadeurs qui s'emploieront à créer un climat ouvert et accueillant pour les minorités sexuelles.
- ✓ Élaborer des politiques interdisant toute forme de discrimination à l'encontre des athlètes transsexuels, afin de leur offrir un milieu serein et ouvert à la diversité.
- ✓ Instaurer une politique de tolérance zéro à l'égard des participants qui tiennent des propos déplacés ou affichent un comportement inacceptable.
- ✓ Mettre en place un contexte psychosocial caractérisé par l'acceptation, la sécurité, la confiance et la reconnaissance, afin d'encourager les femmes à participer au sport.
- ✓ Veiller à ce que les « initiations » se déroulent dans un climat inclusif, agréable et propice à la consolidation d'équipe.
- ✓ Établir et appliquer des politiques contre le harcèlement.
- ✓ Combattre les stéréotypes et les idées reçues.
- ✓ Sensibiliser les garçons et les hommes à la question de l'égalité des sexes et au renforcement de l'autonomie des filles et des femmes.
- ✓ Collaborer avec d'autres organismes et des ministères à la diffusion d'un message d'inclusion dans le sport.

### **Reconnaître l'influence, le privilège et l'interprétation du pouvoir**

- ✓ Prendre conscience que la relation de pouvoir a une signification différente pour d'autres cultures.
- ✓ Sensibiliser les personnes en position de pouvoir à l'importance d'assurer la sécurité des participants, d'enseigner les techniques appropriées et d'encourager certains comportements en respectant la dignité des participants, en les traitant sur un pied d'égalité, en expliquant les

raisons derrière certaines règles et techniques et en proposant d'autres options au lieu de simplement dire ce qu'il ne faut pas faire.

- ✓ Établir et entretenir de bonnes relations de soutien avec les participants.

#### **Faire appel à un large réseau de soutien**

- ✓ Inviter les parents, partenaires, membres de la famille élargie, aînés et autres personnes dans l'entourage du participant à l'encourager dans la pratique de son activité.

#### **Financer l'inscription, le transport et l'achat de l'équipement et des vêtements de sport**

- ✓ Reconnaître que l'investissement financier représente un obstacle à la participation pour certaines personnes. Leur offrir diverses formes d'aide sans porter atteinte à leur dignité : fournir l'équipement dans le cadre du programme, distribuer les mêmes cartes magnétiques à tous les participants, qu'ils aient ou non reçu du soutien financier, donner l'accès gratuit aux installations ou aux programmes aux personnes qui accompagnent des participants, accorder des tarifs réduits pour les familles, les étudiants et les personnes âgées, ou encore nolisier un autocar pour tous les participants.
- ✓ Se montrer flexible à l'égard de la tenue vestimentaire. Prévoir un vestiaire ainsi que des plages horaires (par exemple à la piscine) réservés aux femmes.

#### **Proposer des solutions aux problèmes liés aux responsabilités familiales**

- ✓ Offrir un service de garde ou des programmes à l'intention des enfants ou d'autres membres de la famille aux mêmes heures que ceux pour adultes. En effet, les parents, les frères et sœurs aînés ou d'autres membres de la famille ont parfois un enfant, une personne handicapée ou un conjoint à charge qui les empêche de participer à un sport.
- ✓ En l'absence d'un service de garde, étudier la possibilité de confier la responsabilité des personnes à charge aux participants à tour de rôle durant les séances de sport.

#### **Garantir l'accès équitable aux services**

- ✓ Tenir compte des besoins des deux sexes lors du réaménagement des installations ou de l'aménagement de nouvelles infrastructures, ainsi que dans les règlements sportifs. Par exemple, modifier les horaires des activités dans un centre sportif pour permettre aux femmes et aux filles d'y participer au moment qui leur convient et prévoir un vestiaire à leur usage.
- ✓ Actualiser les politiques d'utilisation des installations de manière qu'elles ne se fondent pas sur l'usage antérieur, au désavantage des femmes et des filles.

#### **Fournir des programmes et les installations adaptés aux besoins de l'ensemble des usagers**

- ✓ Proposer des programmes ou des plages horaires réservés aux femmes par respect pour leur pudeur ou leurs croyances religieuses.
- ✓ Permettre à chacun de participer au sport et d'utiliser les vestiaires en fonction de son identité sexuelle. Fournir aux transsexuels qui le demandent un espace sans distinction sexuelle (par exemple des toilettes mixtes).
- ✓ Prévoir des plages horaires ou des sections de vestiaire réservées aux personnes âgées.
- ✓ Planifier des activités qui respectent les pratiques religieuses.
- ✓ Offrir des activités collectives, inclusives et coopératives afin d'attirer les femmes.
- ✓ Modifier la grille tarifaire afin qu'un usager puisse venir accompagné d'une personne qui l'aidera.

- ✓ Veiller à ce que les installations soient accueillantes et faciles d'accès.
- ✓ Sensibiliser le personnel aux besoins des personnes handicapées et aux adaptations nécessaires.
- ✓ Offrir des programmes en plusieurs langues.

#### **Établir des procédures favorisant la persévérance**

- ✓ Effectuer un suivi auprès des personnes qui abandonnent afin de les encourager à revenir. Leur demander ce qui les freine et prendre les mesures nécessaires pour supprimer les obstacles.
- ✓ Créer une structure de suivi par un compagnon auprès des personnes qui manquent une séance ou une session afin de les encourager à persévérer.
- ✓ Communiquer de l'information sur les activités offertes afin que les participants qui terminent une session sachent quelles sont leurs options pour la suite.

#### **Offrir des activités amusantes, intéressantes et conviviales**

- ✓ Offrir aux participants des activités qui les stimulent et qui nourrissent leur intérêt pour le sport.
- ✓ Associer les activités sportives à des activités sociales comme des événements culturels, des repas-partage, des formations en leadership, des cours d'alphabétisme ou de langues secondes, etc.
- ✓ Encourager les participants à s'inscrire aux activités avec un ami.



## **Autres activités de promotion de la participation au sport**

Nous avons vu que, pour promouvoir la participation au sport auprès des membres des groupes sous-représentés, il faut abattre les barrières, améliorer la maîtrise, susciter un sentiment d'appartenance et stimuler l'engagement, mais il existe aussi d'autres moyens.

### **Diffuser le rapport et consulter à son sujet**

Le groupe de travail devrait diffuser à grande échelle le présent rapport et les nombreuses suggestions qu'il renferme. Il sera essentiel de consulter la population, à la fois pour valider les constatations du rapport et solliciter de nouvelles idées, mais par-dessus tout, pour connaître le point de vue des membres des groupes sous-représentés qui font l'objet du rapport. Les messages diffusés ainsi que les moyens et les canaux de communication doivent être adaptés aux populations ciblées (décideurs, organismes de promotion du sport, de l'activité physique et des loisirs, membres des groupes sous-représentés, partenaires de la communauté non traditionnels et autres).

Dans les municipalités de plus de 1 000 habitants, 79 % des administrateurs municipaux estiment utiles les campagnes d'information inspirant les gens à être plus actifs, 60 % aimeraient avoir de l'information sur les campagnes de promotion réussies dans d'autres champs d'application, et 54 % souhaitent en savoir plus sur les recommandations fondées sur des données probantes sur la manière de faire face aux

obstacles<sup>146</sup>. Bien que ces statistiques concernent l'activité physique en général, la soif d'information sur le sport est comparable.



### **Diffuser les pratiques éprouvées publiées ou inédites**

La revue de la littérature à la base du présent rapport a dégagé un certain nombre de pratiques, mais une multitude de politiques et de programmes mis en œuvre sont passés sous le radar faute d'avoir été publiés. Une analyse des programmes et politiques fédéraux, provinciaux, territoriaux et municipaux serait souhaitable en vue de s'inspirer des réussites et des leçons apprises dans ce domaine. Les résultats de ces travaux seraient consignés dans un référentiel ou une base de données (p. ex. par l'intermédiaire de Leisure Information Network) et mis à la disposition de tous les intervenants du pays. Cette base de connaissances pourrait être enrichie des politiques et pratiques fructueuses dans le monde entier. Cette ressource serait régulièrement mise à jour en intégrant les mesures éprouvées des divers intervenants.



De nombreuses publications canadiennes d'excellente qualité proposent des moyens de promouvoir l'activité physique et le sport auprès des groupes sous-représentés; citons notamment la publication *Montrer le chemin : Travailler avec des athlètes et des entraîneurs LBGT* de l'ACAFS. Ces publications sont beaucoup plus étoffées que le présent rapport. Les précieuses recommandations qu'elles contiennent méritent d'être largement diffusées.

Il serait avantageux d'établir un rapprochement entre la Politique canadienne du sport, Canada actif 20/20 et le Cadre stratégique pour les loisirs au Canada. Ces trois ressources renferment plusieurs mesures et recommandations similaires qui, avec un mécanisme de coordination, augmenteraient les retombées des initiatives, à plus forte raison celles menées en partenariat.



Le présent rapport a d'ailleurs exposé plusieurs idées d'initiatives intersectorielles et multidisciplinaires. Les municipalités et les provinces et territoires doivent prioriser la formation de tels partenariats qui travaillerait non seulement à la mise en œuvre commune des trois politiques citées plus haut, mais aussi à des initiatives

mutuellement avantageuses. Des chercheurs, des décideurs, des praticiens, des membres des groupes sous-représentés et d'autres intervenants réunis au sein de comités directeurs ou consultatifs ou d'une communauté de pratique pourraient apprendre les uns des autres, concevoir ensemble des outils, des ressources et des plans d'action et soutenir leur diffusion et leur application.

Il faut inciter les concepteurs de programmes et de politiques à communiquer leurs succès et les leçons apprises afin d'amener un nombre croissant de personnes à participer au sport. Ils peuvent le faire par Internet (publications dans les sites Web, notamment ceux des partenaires) et dans le cadre de conversations dans les médias sociaux. Les webinaires, qui restent archivés longtemps, sont également très utiles. Pour faciliter la diffusion des pratiques éprouvées, il

conviendrait de créer des boîtes d'outils ou des gabarits afin d'uniformiser leur présentation ou encore de fournir des lignes directrices pour les présentations vidéo. Cependant, pour accélérer le mouvement et nourrir les discussions, il faut pouvoir compter sur le transfert continu des connaissances des principaux acteurs. Ceux-ci servent de catalyseurs pour mobiliser tous les intervenants autour de la création de matériel, d'outils et de ressources favorisant la diffusion du savoir.

### **Mise en œuvre**

Bon nombre des questions soulevées et des recommandations formulées dans des rapports ne datent pas d'hier, mais aucun mécanisme n'est en place pour les financer et

les mettre en œuvre. Il est temps de définir des mesures concrètes pour aider les milieux sportifs à entreprendre les transformations voulues. Il faut obtenir un financement et un soutien durables pour réaliser les changements nécessaires en partenariat avec les divers secteurs, disciplines et intervenants, notamment tous les ordres de gouvernement, les organismes sportifs, les organismes non gouvernementaux et les membres des groupes sous-représentés.

### Recherche

En plus d'une analyse continue de la situation, il est essentiel de poursuivre la recherche sur les rôles de l'entraîneur et des administrateurs dans l'accueil des participants et la promotion d'un milieu inclusif, de même que sur les différences sur les plans de la motivation et du niveau d'habileté des entraîneurs travaillant auprès de débutants comparativement à des athlètes d'élite (ces derniers étant exclus de la portée du présent rapport). En effet, les entraîneurs de débutants sont souvent des parents ou des enseignants bénévoles dépourvus de toute formation en littératie physique ou en développement des habiletés. Il serait également intéressant de se pencher sur le rôle des entraîneurs dans le développement d'adultes débutants qui souhaitent intégrer une équipe de niveau amateur.

### Évaluation et surveillance

Il importe d'évaluer et de faire un suivi des mesures prises pour promouvoir la participation au sport auprès des membres des groupes sous-représentés. Comme nous l'avons expliqué, la participation ne se résume

pas au nombre de participants de différents horizons. Il faut examiner l'évolution de nombreux indicateurs : engagement, sentiment d'appartenance, vision et maîtrise des participants, nombre de nouvelles inscriptions et persévérance des personnes inscrites, attitudes et changements au sein de l'organisme, partenariats intercommunautaires, modifications des politiques et bien d'autres. L'évaluation et la conception de programmes doivent prendre appui sur des éléments des cadres Collective Impact et RE-AIM et d'autres stratégies éprouvées.

Il importe de donner de la rétroaction continue sur les questions soulevées dans le présent rapport et d'alimenter le référentiel de politiques, de programmes et d'initiatives. Enfin, il faut continuellement recueillir des données de référence nationales concernant l'activité physique et la participation au sport et aux activités récréatives chez les membres de certains groupes. Dans le cas des personnes handicapées, par exemple, les plus récentes données remontent à *l'Enquête sur la participation et les limitations d'activités* (EPLA) de 2001, mais elles ne permettent pas de dégager de conclusion significative<sup>48</sup>. De même, le *Sondage indicateur de l'activité physique* se fonde sur un échantillon trop petit pour établir avec certitude quoi que ce soit concernant la participation de membres de certains groupes. Enfin, *l'Enquête sociale générale* collecte des données sur la participation au sport, mais de manière sporadique, et ignore les corrélations et les facteurs influant sur la participation qui seraient très utiles pour la prise de décisions et la planification.

## Conclusion

Le Canada se classe parmi les meilleurs pays au chapitre de l'offre d'activités sportives et récréatives. Mais il reste beaucoup à faire pour inciter les membres des groupes sous-représentés à y participer. Ces personnes sont souvent marginalisées dans bien des aspects de leur vie, y compris dans le sport. Ils partagent pourtant avec les autres Canadiens une passion du sport qui offre un terrain fertile pour leur intégration.



La présente revue de la littérature est un survol des études proposant des solutions pour favoriser l'inclusion des membres des groupes sous-représentés. Bien que ceux-ci soient variés, les obstacles et défis auxquels ils sont confrontés dans leur participation au sport se ressemblent beaucoup. En effet, la nature même de leur marginalisation plonge ces groupes dans un cercle vicieux d'exclusion du système sportif général, une exclusion renforcée par leur faible niveau de littératie physique, d'habiletés et de capital culturel. Bon nombre finissent par se convaincre que le sport n'est pas pour eux.

Pour que chacun puisse s'épanouir dans le sport, comme simple participant ou comme

athlète, il est primordial d'offrir à tous, peu importe l'âge, les aptitudes ou les origines, l'occasion d'acquérir des habiletés de base. Pour favoriser la participation à grande échelle, il faut que les leaders et organismes de sport appuient la prestation de programmes amusants et socialement inclusifs faisant la promotion d'un mode de vie actif pour tous. Il faut comprendre, reconnaître et respecter les raisons de participer au sport, mais aussi ne pas mettre l'accent sur les normes de développement

athlétique de ceux qui ne sont pas à la recherche de ce type d'expérience. En offrant des programmes pour tous les niveaux d'habileté et de compétition et en respectant le choix du niveau de participation de chacun, on s'assure que les expériences proposées seront variées et susceptibles de plaire à tous.

En plus de respecter les choix individuels, il est essentiel que les décideurs et les praticiens collaborent avec chaque groupe qu'ils souhaitent mieux servir afin de bien comprendre leur culture, leurs enjeux et leurs solutions de prédilection et de concevoir ensuite des solutions bien adaptées. Voici quelques recommandations en vue d'augmenter la participation au sport chez les membres des groupes sous-représentés :

- offrir aux personnes de tous les âges et les niveaux d'habileté des occasions de développer leur littératie physique et leurs habiletés;
- célébrer la diversité et offrir des expériences sportives positives, conviviales, amusantes, inclusives, dénuées de tout jugement et exemptes

de comportements indésirables comme le harcèlement et les injures;

- respecter les choix des participants quant au type et au niveau d'investissement ou de compétition et aux horaires;
- accroître la participation au sport en aménageant de nombreux types d'établissements et d'installations faciles d'accès et en éliminant les obstacles économiques et ceux liés à l'équipement et au transport;
- privilégier les droits de la personne au détriment de la rentabilité;
- collaborer avec les groupes communautaires et les partenaires intersectoriels en vue d'intégrer le sport à diverses activités non sportives ou récréatives;
- offrir du mentorat et des occasions de développement à ceux qui en font la demande.

On trouve dans la littérature universitaire et grise de nombreux ouvrages décrivant les barrières à la participation et proposant des solutions. Un grand nombre de programmes et de politiques remarquables mis en œuvre au Canada n'ont jamais été publiés. Il est temps de trouver des façons de faire connaître et d'appliquer ces solutions à grande échelle.



## Références

- <sup>1</sup> Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique. *Les femmes et le sport : nourrir toute une vie de participation*, 2016, 1-35.
- <sup>2</sup> Gouvernement du Canada. *Politique canadienne du sport*, 2012, 1-22, consulté à [https://sirc.ca/sites/default/files/content/docs/pdf/csp2012\\_fr\\_lr.pdf](https://sirc.ca/sites/default/files/content/docs/pdf/csp2012_fr_lr.pdf).
- <sup>3</sup> Association canadienne des parcs et loisirs/Conseil interprovincial du sport et des loisirs. *Cadre stratégique pour les loisirs au Canada 2015 : Sur la voie du bien-être*, Ottawa, Association canadienne des parcs et loisirs, février 2015, 1-40, consulté à [http://lin.ca/sites/default/files/attachments/Framework-For-Recreation-In-Canada-final-FR\\_0.pdf](http://lin.ca/sites/default/files/attachments/Framework-For-Recreation-In-Canada-final-FR_0.pdf).
- <sup>4</sup> Canada actif 20/20. À propos de Canada actif 20/20, consulté au [www.activecanada2020.ca/active-canada-20-20](http://www.activecanada2020.ca/active-canada-20-20), le 5 octobre 2016.
- <sup>5</sup> *Framework for Alignment of Active Canada 20/20, Canadian Sport Policy and National Recreation Agenda* (non publié).
- <sup>6</sup> Sport England. *Sport England: Towards an Active Nation – Strategy 2016-2021*, consulté à <http://www.sportengland.org/media/10629/sport-england-towards-an-active-nation.pdf>.
- <sup>7</sup> Australian Sports Commission. *Strategic Plan 2011-2012 to 2015-2015: Working Together for Australian Sport*, consulté à [http://www.ausport.gov.au/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0004/472738/ASC\\_Strategic\\_Plan\\_2011-12\\_to\\_2014-2015.pdf](http://www.ausport.gov.au/__data/assets/pdf_file/0004/472738/ASC_Strategic_Plan_2011-12_to_2014-2015.pdf).
- <sup>8</sup> Sport New Zealand. *Sport NZ Group Strategic Plan 2015-2020*, consulté à <http://www.sportnz.org.nz/assets/Uploads/attachments/About-us/Sport-NZ-Group-Strategic-Plan-2015-2020.pdf>.
- <sup>9</sup> Sport Nova Scotia. *Sport Nova Scotia Strategic Plan*, 2012, 1-13, consulté à <http://www.sportnovascotia.ca/Portals/0/docs/SNS%20Strategic%20Plan%20January%202012.pdf>.
- <sup>10</sup> Ministère du Tourisme, de la Culture et du Sport de l'Ontario. *ON joue – Le Plan de promotion du sport du gouvernement de l'Ontario*, 2016, consulté à <http://www.mtc.gov.on.ca/fr/sport/game-on-the-ontario-governments-sport-plan.shtml>.
- <sup>11</sup> Gouvernement de la Colombie-Britannique. *Sports*, consulté à <http://www2.gov.bc.ca/gov/content/sports-culture/sports>.
- <sup>12</sup> Aboriginal Sport, Recreation and Physical Activity Partners Council. *Aboriginal Sport, Recreation and Physical Activity Strategies*, avril 2009, 1-27, consulté à <http://aboriginalsportbc.ca/>; ([http://aboriginalsportbc.ca/pdf/asrpa\\_strategy.pdf](http://aboriginalsportbc.ca/pdf/asrpa_strategy.pdf)).
- <sup>13</sup> Healthy Families BC. *Active People, Active Places: British Columbia Physical Activity Strategy*, novembre 2015, consulté à <http://www.health.gov.bc.ca/library/publications/year/2015/active-people-active-places-web-2015.pdf>.
- <sup>14</sup> Gouvernement de l'Alberta. *Active Alberta 2011-2021*, 1-29, consulté à <http://www.active.alberta.ca/recreation/active-alberta/pdf/Active-Alberta-Policy.pdf>.
- <sup>15</sup> Québec en forme. <http://www.quebecenforme.org/accueil.aspx>.
- <sup>16</sup> Skate Ontario. *18-Month Strategic Plan September 2015–March 2017*, 1-13, consulté à <http://www.skateontario.org/wp-content/uploads/2015/09/Skate-Ontario-18-month-Strategic-Plan-2015-2017-as-of-Nov-2-2015.pdf>.
- <sup>17</sup> Centre de collaboration nationale des méthodes et outils. *Santé publique fondée sur des données probantes*, 2016, consulté à <http://www.nccmt.ca/fr/perfectionnement-professionnel/eiph>.
- <sup>18</sup> Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. « C'est le temps de bouger! Comment mettre en œuvre des stratégies de communication efficaces », *Bulletin 8 : Participation aux sports au Canada* (2016), consulté à <http://www.cfri.ca/sites/default/files/node/1441/files/SIAP%202014-2015%20Bulletin%208%20-%20Participation%20aux%20sports%20FR.pdf>.
- <sup>19</sup> Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. « Faisons bouger nos enfants! Sondage indicateur de l'activité physique de 2010-2011 : Les faits et données », *Bulletin 01 : La participation des enfants et des adolescents aux activités sportives*, 2013, consulté à [http://www.cfri.ca/sites/default/files/node/1148/files/ICRCP%20PAM%202010-2011\\_Bulletin%201%20FR.pdf](http://www.cfri.ca/sites/default/files/node/1148/files/ICRCP%20PAM%202010-2011_Bulletin%201%20FR.pdf).

- 
- <sup>20</sup> Patrimoine canadien. *Participation au sport 2010 : Document de recherche* (février 2013), 8-134. Consulté à [http://publications.gc.ca/collections/collection\\_2013/pc-ch/CH24-1-2012-fra.pdf](http://publications.gc.ca/collections/collection_2013/pc-ch/CH24-1-2012-fra.pdf)
- <sup>21</sup> Organisation mondiale de la santé. *Thèmes de santé : Exercice physique*, 2015, consulté au [www.who.int/topics/physical\\_activity/fr/](http://www.who.int/topics/physical_activity/fr/).
- <sup>22</sup> Cambridge University Press. *Sport Definition*, 2016, consulté à <http://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/sport>.
- <sup>23</sup> *Framework for Alignment of Active Canada 20/20, Canadian Sport Policy and National Recreation Agenda* (non publié).
- <sup>24</sup> ParticipACTION, et coll. *Déclaration de consensus canadien sur la littératie physique*, janvier 2016, consulté à <https://www.participaction.com/sites/default/files/downloads/Consensus%20Handout%202016%20-%20FRE.pdf>.
- <sup>25</sup> Conseil de l'Europe. *Charte européenne du sport (révisée)*, Bruxelles, Conseil de l'Europe, 2001, consulté à [https://www.coe.int/t/dg4/epas/resources/texts/Rec\(92\)13rev\\_fr.pdf](https://www.coe.int/t/dg4/epas/resources/texts/Rec(92)13rev_fr.pdf).
- <sup>26</sup> Conseil de la coopération culturelle, Strasbourg (France). *Sport for All. Five Countries Report*, 1970, 1-135.
- <sup>27</sup> Le sport c'est pour la vie. *Les stades de DLTA*, 2016, consulté à <http://canadiansportforlife.ca/fr/learn-about-canadian-sport-life/ltad-stages>.
- <sup>28</sup> Johnstone, Lori et Sydney Millar. « Actively Engaging Women and Girls: Addressing the Psycho-Social Factors ». *Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique*, 2012, 1-53.
- <sup>29</sup> Svender, Jenny, Håkan Larsson et Karin Redelius. « Promoting Girls' Participation in Sports: Discursive Constructions of Girls in a Sports Initiative ». *Sport, Education and Society*, 17, 4, août 2012, 463-478.
- <sup>30</sup> Jeunes en forme Canada. « Ne laissons pas ces quelques pas être la source la plus importante d'activité physique de nos enfants après l'école », 2011, consulté à <http://dvqdas9jty7g6.cloudfront.net/reportcard2011/ahkclongformreportcardfrench.pdf>.
- <sup>31</sup> Solutions Research Group (SRG). *Canadian Youth Sports Report*, 2014, consulté à <http://www.srgnet.com/2014/06/10/massive-competition-in-pursuit-of-the-5-7-billion-canadian-youth-sports-market/>.
- <sup>32</sup> Statistique Canada. *La participation sportive au Canada, 2005*, document de recherche, 2008, consulté à <http://www.statcan.gc.ca/pub/81-595-m/81-595-m2008060-fra.pdf>.
- <sup>33</sup> Smith, Kristina, Findlay, Leanne et Susan Crompton. « La pratique d'activités sportives et culturelles chez les enfants et les jeunes autochtones », *Statistique Canada*, 2010, consulté à <http://www.statcan.gc.ca/pub/11-008-x/2010002/article/11286-fra.htm>.
- <sup>34</sup> Colley, R.C., et coll. « Physical Activity of Canadian Children and Youth: Accelerometer Data from the 2007 to 2009 Canadian Health Measures Survey », *Health Reports*, 22, 1, 2011, 7-14.
- <sup>35</sup> Tucker Center for Research on Girls and Women in Sport. *Developing Physically Active Girls: An Evidence-based Multidisciplinary Approach*, 2007, Minneapolis (Minnesota), Tucker Center for Research on Girls and Women in Sport.
- <sup>36</sup> O'Reilly, N. et R. Micay. *Fuelling Women Champions Primary Survey of Leaders in Women's Sport*, 2015.
- <sup>37</sup> Royaume-Uni. Department for Culture and Media & Sport. *Interim Report of the Government's Women and Sport Advisory Board*, 30 octobre 2014, 1-32.
- <sup>38</sup> Commission européenne. *Gender Equality in Sport Proposal for Strategic Actions 2014–2020*, approuvé par le groupe d'experts sur l'égalité entre hommes et femmes dans le sport lors de sa réunion à Bruxelles en février 2014, 1-53.
- <sup>39</sup> Ministère du Patrimoine canadien, groupe de recherche sur les politiques. *Analyse de la conjoncture 2010 : Tendances et enjeux au Canada et dans le sport*, 2010, 1-33, consulté à [http://sirc.ca/sites/default/files/content/docs/pdf/general\\_-\\_escan\\_sportincanada\\_final\\_fr.pdf](http://sirc.ca/sites/default/files/content/docs/pdf/general_-_escan_sportincanada_final_fr.pdf).
- <sup>40</sup> Findlay, Leanne C. et Dafna E. Kohen. *Aboriginal Children's Sport Participation in Canada*, Pimatisiwin, 2007, 186-206.
- <sup>41</sup> McHugh, Tara-Leigh F., Coppola, Angela M. et Susan Sinclair. « An Exploration of the Meanings of Sport to Urban Aboriginal Youth: A Photovoice Approach », *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health* 5, 3, 2013, 291-311.
- <sup>42</sup> Rose, Andrew et Audrey R. Giles. « Alberta's Future Leaders Program: A Case Study of Aboriginal Youth and Community Development », *Canadian Journal of Native Studies*, 25, 2, 2007, 425-450.

- 
- <sup>43</sup> Patrimoine canadien. *Politique de sport Canada sur la participation des Autochtones au sport*, 2005, 1-17, consulté à <http://publications.gc.ca/collections/Collection/CH24-10-2005F.pdf>.
- <sup>44</sup> The Sask Sport Inc. *Building a Foundation for the Future: Aboriginal Sport Development – A Four-Year Strategy*, juin 2008, 1-13.
- <sup>45</sup> Hanna, Rosallin. « Promoting, Developing, and Sustaining Sports, Recreation, and Physical Activity in British Columbia for Aboriginal Youth », *First Nations Health Society*, 22 février 2009, 1-36.
- <sup>46</sup> Brooks, Lauren A., Darroch, Francine E. et Audrey R. Giles. « Policy (Mis)alignment: Addressing Type 2 Diabetes in First Nations Communities in Canada », *International Indigenous Policy Journal*, 4, 2, 2013, 1-19.
- <sup>47</sup> Forsyth, Janice et Kevin B. Wamsley. « 'Native to Native... We'll Recapture Our Spirits': The World Indigenous Nations Games and North American Indigenous Games as Cultural Resistance », *The International Journal of the History of Sport*, 23, 2, 2006, 294-314.
- <sup>48</sup> Martin-Ginis, Kathleen A. *We Need Data on Physical Activity Among People With Disabilities*, Hamilton Spectator, 5 avril 2016.
- <sup>49</sup> Carroll, D. et coll. « Vital Signs: Disability and Physical Activity – United States, 2009-2012 », *MMWR*, 2014, 63(11), 407-13.
- <sup>50</sup> Sport England. *Active People Survey. The National Picture: Sports Participation Continues to Show an Upward Trend*, 4 juin 2016, consulté à <http://www.sportengland.org/research/who-plays-sport/national-picture/>.
- <sup>51</sup> *Niveler les chances : Une progression naturelle du terrain de jeu au podium pour les personnes handicapées au Canada*, Délibérations du comité sénatorial permanent des Droits de la personne, Ottawa, 12 juin 2012.
- <sup>52</sup> Brittain, Ian. « The Paralympic Games as a Force for Peaceful Coexistence », *Sport in Society*, 15, 6, août 2012, 855-868.
- <sup>53</sup> Right To Play, Sport for Development and Peace International Working Group. *From the Field: Sport for Development and Peace in Action*, 2007, consulté à <http://www.righttoplay.com/moreinfo/aboutus/Documents/From%20the%20Field.pdf>
- <sup>54</sup> Commission ontarienne des droits de la personne. *Les droits de la personne et les services de transport en commun de l'Ontario*, 2002, consulté à [http://www.ohrc.on.ca/sites/default/files/attachments/Consultation\\_report%3A\\_Human\\_rights\\_and\\_public\\_transport\\_services\\_in\\_Ontario\\_fr.pdf](http://www.ohrc.on.ca/sites/default/files/attachments/Consultation_report%3A_Human_rights_and_public_transport_services_in_Ontario_fr.pdf).
- <sup>55</sup> Blauwet, Cheri A. et Lisa I. Iezzoni. « From the Paralympics to Public Health: Increasing Physical Activity Through Legislative and Policy Initiatives », *Paralympics Sports Medicine and Science*, 6, août 2014, 4-10.
- <sup>56</sup> Pacer Center. *Physical Education and Children with Disabilities and Developmental Adapted Physical Education (DAPE)*, Action Information Sheet PHP-c182, 2011, consulté à <http://www.pacer.org/parent/php/php-c182.pdf>.
- <sup>57</sup> Ginis, Martin et coll. « Broadening the Conceptualization of 'Participation' of Persons with Physical Disabilities: A Configurative Review and Recommendations », *American Congress of Rehabilitation Medicine*, 20 mai 2016.
- <sup>58</sup> Shikako-Thomas, K. et M. Law. « Policies Supporting Participation in Leisure Activities for Children and Youth with Disabilities in Canada: From Policy to Play », *Disability & Society*, 30, 3, 2015, 381-400.
- <sup>59</sup> Institut pour la citoyenneté canadienne. *Nouveaux citoyens, sport et appartenance : une combinaison gagnante, Perspectives ICC*, 2014, 1-61, consulté à <https://www.icc-icc.ca/site/pdfs/Playing%20Together%20FullIR%20FR-online.pdf>.
- <sup>60</sup> Clark, Warren. *L'activité sportive chez les enfants*, Tendances sociales canadiennes, Statistique Canada, 2008, consulté à <http://www.statcan.gc.ca/pub/11-008-x/2008001/article/10573-fra.htm>.
- <sup>61</sup> Forde, Shawn D. et coll. « Moving Towards Social Inclusion: Manager and Staff Perspectives on an Award Winning Community Sport and Recreation Program for Immigrants », *Sport Management Review*, 18, 2015, 126-138.
- <sup>62</sup> Donnelly, Peter. *Sport Participation*, dans Thibault. L. et J. Harvey J, dir. 2013. *Sport Policy in Canada*, Ottawa, Canada, Presses de l'Université d'Ottawa.
- <sup>63</sup> Liu, Yi-De. « Sport and Social Inclusion: Evidence from the Performance of Public Leisure Facilities », *Social Indicators Research*, 90, 2, janvier 2009, 325-337.
- <sup>64</sup> Kingsley, Bethan C. et Nancy Spencer-Cavaliere. « The Exclusionary Practices of Youth Sport », *Social Inclusion*, 3, 3, 2015, 24-38.
- <sup>65</sup> Colabianchi N, L. Johnston et P.M. O'Malley. « Sports Participation in Secondary Schools: Resources Available and Inequalities in Participation – The BTG Research Brief », *Bridging the Gap*, 2012, 1-5.

- <sup>66</sup> Kanters, Michael A. et coll. « School Sport Participation Under Two School Sport Policies: Comparisons by Race/Ethnicity, Gender, and Socioeconomic Status », *Annals of Behavioral Medicine*, 45, 1, février 2013, 113-121.
- <sup>67</sup> Edwards, Michael B. et coll. « Promoting Youth Physical Activity in Rural Southern Communities: Practitioner Perceptions of Environmental Opportunities and Barriers », *The Journal of Rural Health*, 30, 4, 2014, 379-387.
- <sup>68</sup> Direction générale des communications des Affaires indiennes et du Nord Canada. *Terminologie autochtone, Une terminologie en évolution qui se rapporte aux peuples autochtones au Canada*, octobre 2002, consulté à <http://publications.gc.ca/collections/Collection/R2-236-2002F.pdf>.
- <sup>69</sup> Sparks, Caroline et Sylvia Riessner. « Northern Environmental Scan – Final Report & Results », *Everybody Gets to Play*, 31 mars 2006.
- <sup>70</sup> Brackenridge, Celia et coll. « A Review of Sexual Orientation in Sport », *Sportscotland*, 114, décembre 2008, 1-153.
- <sup>71</sup> Egale Canada. *First National Climate Survey on Homophobia in Canadian Schools*, 2009, consulté à : <http://egale.ca/wp-content/uploads/2011/05/EgaleFinalReport-web.pdf>.
- <sup>72</sup> Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique. *Sortir de l'ombre, briser les tabous : Un énoncé de position sur l'homophobie dans le sport*, 2012.
- <sup>73</sup> Hall, Ruth L. et Carole A. Oglesby. « Stepping Through the Looking Glass: The Future for Women in Sport », *Sex Roles*, 74, 7, avril 2016, 271-274.
- <sup>74</sup> Groupe de travail d'experts sur l'inclusion des athlètes transgenres dans le sport du Centre canadien pour l'éthique dans le sport. *Créer des environnements inclusifs pour les participants transgenres dans le sport canadien : guide pour les organismes de sport*, consulté à <http://cces.ca/sites/default/files/content/docs/pdf/cces-transinclusionpolicyguidance-f.pdf>.
- <sup>75</sup> Horton, Sean, P., J. Wier et R. Dionigi Baker. *Promoting sports participation: Exploring physical activity patterns and role models of aging amongst older persons*, Sport Canada Research Initiative Conference (2010).
- <sup>76</sup> National Council on Aging. « Recruiting Older Adults into Your Physical Activity Programs », *Center for Healthy Aging: Model Health Programs for Communities*, numéro 6, 2006.
- <sup>77</sup> Silver, M. McRoberts et S. Singh. « When Working Out Works Out: Program Administrators' Perspectives on Seniors' Exercise Participation », *Activities, Adaptation, and Aging* (soumis pour évaluation).
- <sup>78</sup> National Council on Aging. « Maintaining Participation of Older Adults in Community-Based Physical Activity Programs », *Center for Healthy Aging: Model Health Programs for Communities*, numéro 7, 2007.
- <sup>79</sup> Moran, Thomas E. et Martin E. Block. « Barriers to Participation of Children with Disabilities in Youth Sports », *TEACHING Exceptional Children Plus*, 6, 3, article 5, 2010, 1-14.
- <sup>80</sup> Kelly, Laura et Sydney Millar. *Filles et jeunes femmes nouvelles arrivantes En mouvement! : Adapter le sport et l'activité physique pour favoriser l'inclusion des nouvelles arrivantes au Canada*, Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique, 2014, 1-63.
- <sup>81</sup> Comeig, Irene et coll. « Gender, self-confidence, sports, and preferences for competition », *Journal of Business*, 69, 4, avril 2016, 1418-1422.
- <sup>82</sup> Blodgett, Amy T. et coll. « Praxis and Community-level Sport Programming Strategies in a Canadian Aboriginal Reserve », *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8, 3, 2010, 262-283.
- <sup>83</sup> Mason, Courtney et Joshua Koehli. « Barriers to Physical Activity for Aboriginal Youth: Implications for Community Health, Policy, and Culture », *Pimatisiwin: A Journal of Aboriginal and Indigenous Community Health*, 10, 1, 2012, 97.
- <sup>84</sup> Association canadienne des parcs et loisirs et Conseil canadien des installations récréatives. *Finance Pre-Budget Consultations – 2017*, août 2015, consulté au : <http://www.cpra.ca/UserFiles/File/EN/sitePdfs/initiatives/CPRA%20and%20CRFC%20Pre-Budget%20Written%20Submission%202017%20-%20Final.pdf>.
- <sup>85</sup> Bulletin de rendement des infrastructures canadiennes. *Éclairer l'avenir*, 2016, consulté au : <http://canadianinfrastructure.ca/fr/index.html>.
- <sup>86</sup> Hunt, Julian, Alison L. Marshall et David Jenkins. « Exploring the Meaning of, the Barriers to and Potential Strategies for Promoting Physical Activity Among Urban Indigenous Australians », *Health Promotion Journal of Australia: Official Journal of Australian Association of Health Promotion Professionals*, 19, 2, août 2008, 102-108.
- <sup>87</sup> Lee, Donna S., Wendy Frisby et Pamela Ponc. « Promoting the Mental Health of Immigrant Women by Transforming Community Physical Activity », dans L. Greaves, A. Pederson et N. Poole (dir.), *Gender-transformative Health Promotion for Women: A Framework for Action*, 2014, 111-128.



- <sup>88</sup> Neumann, Jenyfer. *Gap Analysis of Active Living Inventory: Comprehensive Report*, Arctic Institute of Community Based Research (n.d.).
- <sup>89</sup> Kelly, Laura et Sydney Millar. *Filles et jeunes femmes nouvelles arrivantes En mouvement! : Adapter le sport et l'activité physique pour favoriser l'inclusion des nouvelles arrivantes au Canada*, Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique, 2014, 1-63.
- <sup>90</sup> Frisby, Wendy et Pamela Ponc. « Sport and Social Inclusion », dans Lucie Thibault et Jean Harvey (dir.), *Sport Policy in Canada*, Ottawa, Presses de l'Université d'Ottawa, 2013.
- <sup>91</sup> Huang, Xin, Wendy Frisby et Lucie Thibault. « Chapter 5: Gender, Immigration, and Physical Activity: The Experiences of Chinese Immigrant Women », dans Janelle Joseph, Simon Darnell et Yuka Nakamura (dir.), *Race and Sport in Canada: Intersecting Inequalities*, 2012, 139-164.
- <sup>92</sup> Sotiriadou, Popi et Pamela Wicker. « Examining the Participation Patterns of an Ageing Population With Disabilities in Australia », *Sport Management Review*, 17, 1, février 2014, 35-48.
- <sup>93</sup> Kidd, Bruce. « A New Social Movement: Sport for Development and Peace », *Sport in Society*, 11, 4, juillet 2008, 370-380.
- <sup>94</sup> Macbeth, Jessica et Jonathan Magee. « 'Captain England? Maybe One Day I Will': Career Paths of Elite Partially Sighted Footballers », *Sport in Society*, 9, 3, juillet 2006, 444-462.
- <sup>95</sup> Mahoney, Tara Q., Mark A. Dodds et Katherine M. Polasek. « Progress for Transgender Athletes: Analysis of the School Success and Opportunity Act », *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 86, 8, 30 juillet 2015, 45-47.
- <sup>96</sup> Makarova, Elena et Walter Herzog. « Sport as a Means of Immigrant Youth Integration: An Empirical Study of Sports, Intercultural Relations, and Immigrant Youth Integration in Switzerland », *Sportwissenschaft*, 44, 1, mars 2014, 1-9.
- <sup>97</sup> Dalton, Bronwen et coll. « Australian Indigenous Youth's Participation in Sport and Associated Health Outcomes: Empirical Analysis and Implication », *Sport Management Review*, 18, 1, février 2015, 57-68.
- <sup>98</sup> Tirone, Susan et coll. « Including Immigrants in Elite and Recreational Sports: The Experiences of Athletes, Sport Providers and Immigrants », *Leisure/Loisir*, 34, 4, 2010, 403-420.
- <sup>99</sup> Groupe de travail international des Nations Unies sur le sport au service du développement et de la paix. *Canaliser l'énergie du sport au service du développement et de la paix : recommandations aux gouvernements*, 2008, 4-304.
- <sup>100</sup> George, Tammy. *Défi-santé avec les communautés racialisées : expériences de filles et de jeunes femmes avec le sport, l'activité physique et un mode de vie sain*, Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique, 2012, 1-58.
- <sup>101</sup> Te Hiwi, Braden P. « "What is the Spirit of this Gathering?" Indigenous Sport Policy-Makers and Self-Determination in Canada », *The International Indigenous Policy Journal*, 5, 4, octobre 2014, 1-16.
- <sup>102</sup> Agergaard, Sine. « Development and Appropriation of an Integration Policy for Sport: How Danish Sports Clubs Have Become Arenas for Ethnic Integration », *International Journal of Sport Policy and Politics*, 3, 3, 2011, 341-353.
- <sup>103</sup> Nelson, Alison. « Sport, Physical Activity and Urban Indigenous Young People », *Australian Aboriginal Studies*, 2, 2009, 101-111.
- <sup>104</sup> Paraschak, Vicky. « Recreation Services in Aboriginal Communities: Challenges, Opportunities and Approaches », préparé pour le Sommet national des loisirs 2011, 1-32.
- <sup>105</sup> Nixon, Howard. « Constructing Diverse Sports Opportunities for People With Disabilities », *Journal of Sport & Social Issues*, 31, 4, novembre 2007, 417-433.
- <sup>106</sup> Shields, Nora et Anneliese Synnot. « Perceived Barriers and Facilitators to Participation in Physical Activity for Children With Disability: A Qualitative Study », *BioMed Central*, 16, 9, 2016, 1-10.
- <sup>107</sup> Talleu, Clotilde. *Égalité homme-femme dans le sport : l'accès des filles et des femmes aux pratiques sportives*, Conseil de l'Europe, Manuel de bonnes pratiques n° 2, septembre 2011.
- <sup>108</sup> Nations Unies, Division de la promotion de la femme du Secrétariat de l'ONU. *Femmes en l'an 2000 et au-delà : les femmes, l'égalité des sexes et le sport*, décembre 2007, 1-44.
- <sup>109</sup> Sherry, Emma et Virginia Strybosch. « A Kick in the Right Direction: Longitudinal Outcomes of the Australian Community Street Soccer Program », *Soccer & Society*, 13, 4, juillet 2012, 495-509.
- <sup>110</sup> Canada, gouvernement du Yukon. *Play Your Part – Sport for All, Active for Life: Yukon Sport Action Plan 2015-2022*, (n.d.).

- 
- <sup>111</sup> Forsyth, Janice et Victoria Paraschak. « The Double Helix: Aboriginal People and Sport Policy in Canada », dans Lucie Thibault et Jean Harvey (dir.), *Sport Policy in Canada*, Ottawa, Presses de l'Université d'Ottawa, 2013.
- <sup>112</sup> Le Groupe Le sport est important. *Le sport pour le développement*, consulté le 10 octobre 2016 au <http://sportmatters.ca/fr/sport-pour-le-developement>.
- <sup>113</sup> Cameron, Silver Donald. *Franc-jeu : histoires sur le sport au service du développement à travers le Canada*, La Fondation de la famille J.W. McConnell, 2013, 1-41.
- <sup>114</sup> La Fondation de la famille J.W. McConnell. Consulté au <http://www.mcconnellfoundation.ca/fr/programs/sport-for-development>.
- <sup>115</sup> Fondation Sport pur. Consulté au <http://truesportpur.ca/fr>.
- <sup>116</sup> Le Groupe Le sport est important. Consulté au <http://sportmatters.ca/fr>.
- <sup>117</sup> Nicholls, Sara, Audrey R. Giles et Christabelle Sethna. « Perpetuating the 'Lack of Evidence' Discourse in Sport for Development: Privileged Voices, Unheard Stories and Subjugated Knowledge », *International Review for the Sociology of Sport*, 2011, 249-264.
- <sup>118</sup> Organisation mondiale de la Santé. *Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé*, novembre 1986, consulté au <http://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/docs/charter-chartre/pdf/chartre.pdf>.
- <sup>119</sup> Geidne Susanna, Mikael Quennerstedt et Charli Eriksson. « The Youth Sports Club as a Health-promoting Setting: An Integrative Review of Research », *Scandinavian Journal of Public Health*, 41, 2013, 269-283.
- <sup>120</sup> Cunningham, George B. « Creating and Sustaining Workplace Cultures Supportive of LGBT Employees in College Athletics », *Journal of Sport Management*, 29, 2015, 426-442.
- <sup>121</sup> Rioux, Marcia H. « Disability Rights and Change in a Global Perspective », *Sport in Society*, 14, 9, novembre 2011, 1094-1098.
- <sup>122</sup> Cortis, Natasha, Pooja Sawrikar et Kristy Moore. *Participation in Sport and Recreation by Culturally and Linguistically Diverse Women*, préparé pour le Bureau de la condition féminine du ministère de la Famille, des Services communautaires et des Affaires indigènes du gouvernement de l'Australie, Centre de recherche sur les politiques sociales de l'Université de Nouvelle-Galles du Sud, mai 2007, 1-88.
- <sup>123</sup> Jeanes, Ruth, Justen O'Connor et Laura Alfrey. « Sport Resettlement of Young People From Refugee Backgrounds in Australia », *Journal of Sport & Social Issues*, 39, 6, décembre 2015, 480-500.
- <sup>124</sup> Brooks-Cleator, Lauren A. et Audrey R. Giles. « Physical Activity for Older Aboriginal Adults: A Call for Cultural Safety », *PHENix*, 7, 3, 2016, 1-12.
- <sup>125</sup> Melton, E. Nicole et George B. Cunningham. « Who Are the Champions? Using a Multilevel Model to Examine Perceptions of Employee Support for LGBT Inclusion in Sport Organizations », *Journal of Sport Management*, 28, 2014, 189-206.
- <sup>126</sup> Payne, Warren, Michael Reynolds, Sue Brown et Ashley Fleming. « Sports Role Models and their Impact on Participation in Physical Activity: A Literature Review », School of Human Movement and Sport Sciences, Université de Ballarat (n.d.).
- <sup>127</sup> Batts, Callie et David L. Andrews. « Tactical Athletes': The United States Paralympic Military Program and the Mobilization of the Disabled Soldier/Athlete », *Sport in Society*, 14, 5, 2011, 553-568.
- <sup>128</sup> Gütt, Matthias. « Disability Sport in Europe », *Council of Europe, Good Practice Handbook*, 3, mars 2013, 1-69.
- <sup>129</sup> Kamberidou, Irene. « Athlete Activism and Peace Education: Bridging the Social Inequality Gap Through Sports », *Nebula*, 8, 1, décembre 2011, 168-180.
- <sup>130</sup> Lynnes, Michelle D., Doug Nichols et Vivien A. Temple. « Fostering Independence in Health-promoting Exercise », *Journal of Intellectual Disabilities*, 13, 2, 2009, 143-159.
- <sup>131</sup> Ward, D. S. et coll. « Implementation of a School Environment Intervention to Increase Physical Activity in High-School Girls », *Health Education Research*, 21, 6, 2006, 896-910.
- <sup>132</sup> Shuhan, Sun et coll. « China and the Development of Sport for Persons with a Disability », *Sport in Society*, 14, 9, novembre 2011, 1192-1210.
- <sup>133</sup> Shields, Nora et Anneliese Synnot. « Perceived Barriers and Facilitators to Participation in Physical Activity for Children with Disability: A Qualitative Study », *BioMed Central*, 16, 9, 2016, 1-10.
- <sup>134</sup> Rousell, Davina D. et Audrey R. Giles. « Leadership, power and racism: Lifeguards' influences on Aboriginal people's experience at a Northern Canadian aquatic facility », *Leisure Studies*, 4, 31, 2012, 409-428.
- <sup>135</sup> Hanson, Sandra L. « Young Women, Sports and Science », *Theory Into Practice*, 46, 2, 2007, 155-161.
- <sup>136</sup> Indigenous Wellness Group. *IndigenACTION PHASE ONE: Roundtable Report*, 2012, 1-20.

- 
- <sup>137</sup> Kirby, Sandra L., Guylaine Demers et Sylvie Parent. « Vulnerability/Prevention: Considering the Needs of Disabled and Gay Athletes in the Context of Sexual Harassment and Abuse », *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 6, 4, janvier 2008, 407-426.
- <sup>138</sup> Birch-Jones, Jennifer. *Montrer le chemin : Travailler avec des athlètes et des entraîneurs LGBT, Manuel pratique pour les entraîneurs*, Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique, septembre 2014, 1-29.
- <sup>139</sup> Buzuvis, Erin E. « Transgender Student-Athletes and Sex-Segregated Sport: Developing Policies of Inclusion for Intercollegiate and Interscholastic Athletes.” *Seton Hall Journal of Sports & Entertainment Law*, 21, 1, 1<sup>er</sup> janvier 2011, 1-59.
- <sup>140</sup> Callary, Bettina et Bradley W. Young. « What Women Are Saying About Coaching Needs and Practices in Masters Sport », *Canadian Journal for Women in Coaching*, 16, 3, 2016.
- <sup>141</sup> Gouvernement du Canada. *Politiques, lois et règlements en matière de sport, Politique sur le sport pour les personnes ayant un handicap*, juin 2006.
- <sup>142</sup> Gill, Diane L. et coll. « Perceived Climate in Physical Activity Settings », *Journal of Sexuality*, 57, 7, 27 juillet 2010, 895-913.
- <sup>143</sup> Hively, Kimberly et coll. « “You Throw Like a Girl”: The Effect of Stereotype on Women’s Athletic Performance and Gender Stereotypes », *Psychology of Sport and Exercise*, 15, 1, janvier 2014, 48–55.
- <sup>144</sup> Wicker, Pamela, Christoph Breuer et Tassilo von Hanau. « Gender Effects on Organizational Problems—Evidence from Non-Profit Sports Clubs in Germany », *Sex Roles*, 66, 1, janvier 2012, 105-116.
- <sup>145</sup> Hovden, Jorid. « The Gender Order as a Policy Issue in Sport: A Study of Norwegian Sports Organizations », *Nordic Journal of Feminist and Gender Research*, 14, 1, avril 2006, 41-53.
- <sup>146</sup> Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. *Une perspective municipale sur les occasions d'activité physique : Enquête de 2015 sur les occasions de faire de l'activité physique dans les collectivités canadiennes*, consulté au <http://www.cflri.ca/sites/default/files/node/1474/files/2015%20Municipalities%20Bulletin%206%20-%20Info%20utile%20FR.pdf>.