



---

---

# ASSEMBLÉE NATIONALE

---

---

PREMIÈRE SESSION

QUARANTE ET UNIÈME LÉGISLATURE

## **Journal des débats**

**de la Commission permanente  
de la culture et de l'éducation**

**Le jeudi 26 janvier 2017 — Vol. 44 N° 63**

Auditions dans le cadre de l'étude des pétitions  
concernant l'opposition à la pesée des élèves  
dans les cours d'éducation physique

**Président de l'Assemblée nationale :  
M. Jacques Chagnon**

---

**QUÉBEC**

Abonnement annuel (TPS et TVQ en sus):

Débats de l'Assemblée	145,00 \$
Débats de toutes les commissions parlementaires	500,00 \$
Pour une commission parlementaire en particulier	100,00 \$
Index (une session, Assemblée et commissions)	30,00 \$

Achat à l'unité: prix variable selon le nombre de pages.

Règlement par chèque à l'ordre du ministre des Finances et adressé comme suit:

Assemblée nationale du Québec  
Direction de la gestion immobilière et des ressources matérielles  
1020, rue des Parlementaires, bureau RC.85  
Québec (Québec)  
G1A 1A3

Téléphone: 418 643-2754  
Télécopieur: 418 643-8826

Consultation des travaux parlementaires de l'Assemblée ou des commissions parlementaires dans Internet à l'adresse suivante:  
**[www.assnat.qc.ca](http://www.assnat.qc.ca)**

Dépôt légal: Bibliothèque nationale du Québec  
ISSN 0823-0102

**Commission permanente de la culture et de l'éducation**

**Le jeudi 26 janvier 2017 — Vol. 44 N° 63**

**Table des matières**

Auditions	1
Anorexie et boulimie Québec (ANEB)	1
Coalition québécoise sur la problématique du poids (CQPP)	9
Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FEEPEQ)	16
Fédération des comités de parents du Québec (FCPQ)	23
ÉquiLibre	30

**Intervenants**

Mme Filomena Rotiroti, présidente

M. Marc Carrière  
M. David Birnbaum  
M. Pierre Michel Auger  
M. Alexandre Cloutier  
M. Jean-François Roberge  
M. Jean Habel  
M. Alexandre Iracà

- \* Mme Josée Champagne, ANEB
- \* Mme Mélanie Guénette-Robert, idem
- \* M. Pierre-Olivier Nadeau, idem
- \* Mme Corinne Voyer, CQPP
- \* Mme Anne-Marie Morel, idem
- \* M. Jean-Claude Drapeau, FEEPEQ
- \* Mme Joanie Beaumont, idem
- \* M. Jérôme Leriche, idem
- \* Mme Corinne Payne, FCPQ
- \* Mme Lyne Deschamps, idem
- \* Mme Roxanne Léonard, ÉquiLibre
- \* Mme Anouck Sénécal, idem
- \* Mme Andrée-Ann Dufour-Bouchard, idem
  
- \* Témoins interrogés par les membres de la commission



Le jeudi 26 janvier 2017 — Vol. 44 N° 63

**Auditions dans le cadre de l'étude des pétitions concernant l'opposition  
à la pesée des élèves dans les cours d'éducation physique**

*(Quatorze heures cinq minutes)*

**La Présidente (Mme Rotirofi) :** Alors, bon après-midi à tous. À l'ordre, s'il vous plaît! Ayant constaté le quorum, je déclare la séance de la Commission de la culture et de l'éducation ouverte. Je demande à toutes les personnes dans la salle de bien vouloir éteindre la sonnerie de leurs appareils électroniques.

La commission est réunie afin de procéder à des auditions publiques sur trois pétitions concernant l'opposition à la pesée des élèves dans les cours d'éducation physique.

M. le secrétaire, y a-t-il des remplaçants?

**Le Secrétaire :** Non, Mme la Présidente. Il n'y a pas de remplacement.

**Auditions**

**La Présidente (Mme Rotirofi) :** Merci. Nous entendrons aujourd'hui les groupes suivants : Anorexie et boulimie Québec, Coalition québécoise sur la problématique du poids, Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec, Fédération des comités de parents du Québec et ÉquiLibre.

Alors, je souhaite la bienvenue aux représentants d'Anorexie et boulimie Québec. Merci d'être parmi nous. Je vous rappelle que vous disposez de 10 minutes pour faire votre présentation, et par la suite on passera à une période d'échange entre les élus. Alors, sans plus tarder, je vous cède la parole. Je vous demanderais juste de vous présenter ainsi que les personnes qui vous accompagnent, et vous pouvez tout de suite commencer votre exposé. Alors, la parole est à vous.

**Anorexie et boulimie Québec (ANEB)**

**Mme Champagne (Josée) :** Oui. Alors, bonjour, mon nom, c'est Josée Champagne, je suis la directrice générale d'Anorexie et boulimie Québec, ANEB; Mélanie Guénette-Robert, qui est la responsable de notre volet prévention et éducation à ANEB; et un bénévole avec nous, Dr Pierre-Olivier Nadeau.

Donc, c'est vraiment... On est très fiers d'être ici aujourd'hui, puis je vous remercie énormément, de ma part et de la part de mes collègues, pour votre écoute et surtout pour votre invitation, mais surtout pour votre désir d'entendre ce qu'on a à dire et d'avoir le bien-être des jeunes à coeur. C'est très important.

Donc, juste pour vous donner la mission d'ANEB, ANEB a comme mission de garantir une aide qui est ponctuelle, gratuite et spécialisée aux personnes qui vivent des troubles alimentaires, mais également à leurs proches. Et on a également un volet prévention et éducation à l'organisme.

Donc, pour vous mettre un peu dans le contexte, il y a environ cinq mois, à l'automne, une maman d'une jeune fille hors établissement d'un trouble alimentaire m'a envoyé un courriel pour solliciter notre appui, à ANEB, pour faire connaître et diffuser la pétition que la jeune fille avait déposée à l'Assemblée nationale contre la pesée dans les écoles.

Donc, je dois vous dire que personnellement ça m'a interpellée instantanément, ce courriel-là, et l'équipe aussi, parce que personnellement j'ai vécu, moi, les dommages d'une pesée dans les écoles. Et aussi, bien, la littérature dans le domaine des troubles alimentaires est de plus en plus claire concernant ce sujet-là, que la pesée dans les écoles doit cesser. Mais, avec les années, nous avons côtoyé énormément de jeunes à travers le Québec en offrant nos conférences sur l'obsession du corps et l'estime de soi, et je peux vous dire que, les histoires très troublantes par rapport aux expériences des jeunes suite à la pesée et à la mesure du taux de gras, on en entend énormément. Donc, c'est pour ça que nous, on a appuyé cette démarche-là et on a décidé vraiment d'aider cette jeune fille là et de porter le dossier avec elle.

Avant de céder la parole à mes collègues, j'aimerais juste vous lire quelques commentaires que nous, on a recueillis suite à la pesée... bien, pas à la pesée, mais à la pétition, puis juste vous faire part un peu de l'expérience des jeunes qu'ils nous ont partagée. Donc : «J'ai beaucoup de mal à parler de ça — la pesée — parce que ça fait encore souffrir. J'avais déjà un trouble alimentaire, et cette pesée était un véritable cauchemar pour moi. Je voulais tout faire pour éviter qu'on me dise que je suis grosse. Pendant mon secondaire, ce fut le cauchemar, la pesée en début d'année. Elle se faisait devant toute les autres élèves de la classe, autant pour les très minces, les moins minces, les gars pas encore musclés, que ça soit grand ou pas. Tout le monde mangeait sa claque en début des classes. Donc, pas besoin de vous dire combien je peux être contre cette pesée.» Et ça, c'est juste quelques commentaires recueillis, des commentaires comme ça, on en a vraiment beaucoup.

• (14 h 10) •

**Mme Guénette-Robert (Mélanie) :** Donc, Mélanie Guénette-Robert, je suis la responsable du volet Éducation et prévention.

Moi, j'ai fait un peu la revue de la littérature par rapport à justement les pour et les contre face à la pesée en milieu scolaire. Et, quand on parle de la pesée, habituellement c'est dans l'objectif d'évaluer l'IMC, l'indice de masse corporelle, des jeunes. C'est une pratique qui est principalement faite en milieu collégial, qui n'est pas obligatoire, elle est

pratiquée différemment. Mais on sait aussi qu'elle peut être faite au secondaire et même, qu'on a eu vent, dans des écoles primaires.

Donc, ce qui ressort, c'est que la pesée, c'est un moment — tantôt, on en a parlé un peu — qui est particulièrement éprouvant, psychologiquement, pour les jeunes, d'autant plus s'ils sont considérés en surpoids ou en sous-poids. Donc, déjà, souvent, les jeunes le savent, qu'ils sont en surpoids ou en sous-poids, mais là c'est comme de porter une étiquette de se le faire dire, dans le fond.

Et ce qu'on sait aussi, c'est qu'il y a plus de 50 % des jeunes qui tentent déjà de contrôler leurs poids. Et, quand la pesée a lieu, il y a des jeunes pour qui ça peut venir exacerber ces méthodes de contrôle là, venir exacerber les préoccupations, et il y en a plusieurs, de là, qui peuvent avoir des comportements problématiques. Par exemple, il y a une étude qui a été faite, en 2007 en Arkansas, où est-ce qu'on a vérifié qu'est-ce qu'il se produit après la pesée. Là, c'était au niveau secondaire. Et on s'est aperçu que 23 % des jeunes qui ont, dans le fond, vécu la pesée se sont mis à suivre un régime amaigrissant. Et on sait que les régimes amaigrissants entraînent des comportements problématiques, c'est le facteur de risque le plus important pour développer un trouble alimentaire et un facteur de risque important pour souffrir d'obésité et d'embonpoint. Ensuite de ça, non seulement 23 % ont commencé à faire un régime, 5 % ont commencé à prendre des pilules amaigrissantes et d'autres ont commencé à se faire vomir, à utiliser des laxatifs. Donc, petit à petit, les comportements peuvent devenir plus rigides et plus sévères, et mener, vraiment là, à des troubles alimentaires.

Et on sait aussi que, pour les jeunes qui sont en surpoids, par exemple, ce qui arrive, qui est très problématique, c'est : souvent, on les encourage au début à perdre du poids, suite à ce chiffre-là. Et le fait que l'entourage les encourage, leur dit : «Ah! c'est beau. Wow! Tu as perdu du poids», ça devient d'autant plus difficile à traiter comme trouble alimentaire ou comme comportement problématique, vu l'encouragement des gens. On sait que c'est une des craintes les plus élevées chez les jeunes que d'être catégorisés comme étant gros, pas à cause des problématiques qui peuvent... les complications qui peuvent être liées à la santé, mais à cause que c'est jugé comme socialement inacceptable.

Même, en fait, si vous avez lu un peu sur le sujet, il y a l'American — là, je m'excuse pour mon anglais — Academy of Pediatrics, qui étaient ceux, à la base, qui avaient proposé de faire la pesée en milieu scolaire, eux disaient, à l'époque, «de façon annuelle», pour voir un peu l'évolution des jeunes. Et, en 2009, ils se sont même rétractés pour dire que les effets potentiels étaient beaucoup plus dangereux qu'on le croyait, et donc que c'était à questionner. Il y a une réflexion qui a été amorcée à ce moment-là sur la pesée en milieu scolaire.

Ensuite de ça — je veux juste être sûre de tout dire — on s'aperçoit aussi que la pesée, même si elle est faite... On sait que, souvent, dans plusieurs écoles, c'est fait de façon volontaire, de façon discrète. Par exemple, la balance... le pèse-personne peut être dans le coin de la salle. Mais on sait que les jeunes, souvent, ne seront pas capables de s'affirmer et de dire qu'ils ne veulent pas la faire, la pesée. Et ils vont quand même participer par la crainte de ne pas être normal, reconnu comme les autres, de s'affirmer, et surtout pour un jeune qui est stigmatisé, qui est victime d'intimidation par rapport à son poids. On dit que ça peut même venir augmenter l'intimidation de la part du cercle de pairs et la stigmatisation que le jeune vit, ce qu'on n'entend pas toujours. Des fois, on a l'impression qu'on est vraiment à l'affût de ce que les... comment les jeunes... Je dis «les jeunes», mais ça englobe autant au niveau collégial que secondaire. On pense qu'on voit tous les comportements, mais, en arrière, ce que les jeunes peuvent dire... On a déjà entendu : Ah! bien, le gros va briser le pèse-personne, la balance. Tu sais, c'est des commentaires qui sont récurrents. Et ça amène certaines fébrilités chez les jeunes. Donc, après, ils ont tendance à comparer leurs résultats, à commenter les résultats des autres, mais ça, ce n'est pas nécessairement visible. Il faut les questionner pour le savoir.

J'aimerais aussi terminer en disant qu'il n'existe pas de donnée à ce jour... Ah! puis j'ai oublié de vous dire qu'en fait... bon, on va revenir, mais la stigmatisation, l'intimidation par rapport au poids et à l'apparence, c'est la forme d'intimidation la plus présente chez les jeunes. Et 47 % des jeunes qui sont victimes de stigmatisation par rapport à leurs poids, d'intimidation développent des obsessions par rapport à leurs poids. Il n'y a pas de donnée aujourd'hui qui... Parce que la pesée, elle est beaucoup pratiquée, dans le fond, dans un objectif de prévention de l'obésité. Et il n'y a pas de donnée, à ce jour, fiable, qui démontre que la pesée en milieu scolaire aurait vraiment ces répercussions-là. Donc, il y a une étude qui était peut-être prometteuse qui revient souvent dans les données, c'est celle de l'Arkansas, puis ce qu'on s'est rendu compte... C'est celle que je vous ai nommée tantôt, où est-ce qu'il y a eu des effets désastreux, où est-ce qu'il y a des jeunes qui ont eu recours aux régimes, ils ont utilisé des pilules amaigrissantes.

Ensuite, pour terminer, l'IMC, on se rend compte que c'est un outil aussi qui est très limité, ça donne une seule donnée, et c'est le poids du jeune par rapport à sa grandeur. Donc, ça ne donne pas d'information par rapport au comportement du jeune. Est-ce qu'il a des bonnes habitudes alimentaires? Est-ce que non? Est-ce qu'il a des habitudes de vie équilibrées? Est-ce qu'il est actif? Un jeune pourrait très bien être considéré en surpoids et être très actif, être en sous-poids et être... Donc, on sait que c'est vraiment un outil qui n'est pas fidèle, fiable, ce n'est pas un outil diagnostique, et en plus, au niveau de la fiabilité, il y a des études qui ont été démontrées que ça donne souvent des fausses données.

Donc, si on regarde, il y a une étude qui a été faite par le centre de recherche de l'agriculture et de la nutrition chez les jeunes, et on s'est aperçu qu'il y a 17 % des jeunes qui ont été nommés comme étant en surpoids ou à risque d'obésité et qui n'avaient pas de problème de poids, donc, compte tenu que ça ne prend pas beaucoup d'indicatifs, là, en compte. Ça fait que, même déjà, c'est une étiquette qui est difficile pour les jeunes, mais ça se peut que ça soit une étiquette qui soit fausse.

Ça fait que c'est en gros notre position par rapport à ce sujet-là. Je vais laisser mon collègue avec les recommandations.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Avant que vous commenciez, M. Nadeau, votre temps est déjà écoulé, mais, si j'ai le consentement, je pourrais peut-être prendre quelques minutes du côté du gouvernement. Oui. Alors, allez-y, M. Nadeau, pour quelques minutes.

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** Alors, Pierre-Olivier Nadeau, je suis un psychiatre à l'Hôpital Sainte-Justine travaillant avec les troubles alimentaires. Je vais vous présenter un peu nos recommandations, nous, suite un peu au constat, puis nos opinions à ce sujet-là.

Donc, ça serait de cesser la pesée en contexte scolaire, dans des cours d'éducation physique, à tous les niveaux, de réserver la pesée, en fait, à un suivi plus médical, de façon individualisée, et aussi de mettre en place un comité de travail pour que les acteurs ici présents aujourd'hui puissent regarder, en fait, pourquoi, tu sais, on pèse comme ça dans les écoles. Bien, c'est pour la santé, c'est pour prévenir l'obésité, c'est pour prévenir les troubles alimentaires. Je dirais, bien, je pense que ce serait intéressant de se pencher... qu'est-ce qui pourrait être fait dans les écoles pour ça et que tous les acteurs qui sont présents, dans le fond, qui ont tous, en fait, des bonnes intentions, bien, on puisse, tu sais, convenir sur des recommandations qui soient enlignées sur les données de la science. Je dirais, si je me permets de faire certaines recommandations, puis la science montre ça un peu... C'est sûr que, ce qu'on sait de la prévention de l'obésité et des troubles alimentaires, ce n'est pas tant le poids, en fait, c'est ça, ce n'est pas une façon... Bien, je vous cite un peu une étude qui a été faite, là, pour... Tu sais, l'idée, un peu, de dire : Bien, on va montrer le poids aux gens pour les motiver à changer, c'est un peu le contraire qui arrive, c'est qu'en général les gens qui se sentent moins bien, bien, on ne se sent pas bien parce qu'on voit notre poids, on se sent un peu découragé, on ne s'aime pas, puis ce qu'il est montré, c'est qu'ultimement les gens développent, bien, des régimes, mais prennent du poids avec ça, et c'est le contraire qui se passe.

Donc, je voulais dire que le focus devrait être plutôt sur les comportements, et non pas sur le poids, le comportement voulant dire : c'est quoi, une bonne alimentation, c'est quoi, tu sais, un bon exercice à faire régulièrement, aussi les aspects d'estime de soi, s'aimer, l'estime de soi aussi au niveau de son corps, accepter qui on est, puis la diversité des corps aussi. Donc, ça serait ça, un peu, les recommandations, puis aider les éducateurs dans les écoles, dans le fond, à favoriser ces comportements de santé là, aussi aider les gens à l'école, là, les éducateurs, les enseignants à dépister les troubles alimentaires, c'est sûr, ou les gens qui ont des troubles d'alimentation problématiques. Autant l'ANEB, ici, que le groupe ÉquiLibre, que vous allez voir plus tard, ont des programmes de formation à ce sujet-là. Donc, ça pourrait être quelque chose qui pourrait être proposé. Et, finalement, impliquer les parents dans tout ça, donc les éduquer aussi sur les comportements de santé, et non pas de focuser sur le poids. Voilà. Ce seraient un peu, grosso modo, nos recommandations.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Parfait. Merci beaucoup, Dr Nadeau. Alors, on va passer à la période d'échange, et je cède la parole à M. le député de Chapleau.

• (14 h 20) •

**M. Carrière :** Bonjour, Mme Champagne, Mme Catherine Robert, Dr Nadeau, merci d'être ici aujourd'hui. Je vais tout d'abord en profiter pour souhaiter — il n'est pas trop tard — une bonne année à tous, une excellente année 2017. Merci d'être là, c'est vraiment apprécié. Quand on a vu ces pétitions-là arriver, j'imagine que, comme citoyens, comme parents, comme... ça nous interpelle tous, et on a décidé de se saisir de cette pétition-là pour entendre ce que les gens, les spécialistes, là, ont à dire. La fédération des éducateurs physiques sont ici aujourd'hui, c'est important aussi de les entendre pour savoir ce qu'ils ont à dire, parce que je suis convaincu que c'est fait avec un objectif de mieux-être pour les enfants, pour les étudiants qu'ils ont, là. Mais il ne faut pas que ça ait l'effet inverse — ce que vous nous relatez — lorsqu'il y a une perte d'estime de soi et que ça peut engendrer des troubles alimentaires, etc. Donc, je pense que c'est très important de vous entendre aujourd'hui.

Je vais y aller avec quelques questions, je vais y aller une à la fois, puis si vous pouvez être concises. En tout cas, je vais vous laisser aller. Dr Nadeau, vous avez dit que vous recommandez de cesser la pesée de façon systématique dans les écoles. Je vais vous poser une question qui va vous sembler un petit peu, peut-être, à l'inverse ou un peu à côté, là, mais si c'était fait en privé avec le prof au lieu d'être devant toute la classe? Parce que j'ai entendu... Vous avez dit que... moi, je n'ai jamais entendu ça, mais que ça se fait devant toute la classe et devant tous les... Et, si ça se faisait dans un objectif d'améliorer la santé et d'avoir une vie plus active pour les élèves, de le faire en privé avec les profs, voyez-vous que ce serait quelque chose de moins humiliant, de plus... quelque chose qui pourrait être possible et moins nocif, si on veut, pour les gens et développer moins de troubles alimentaires ou d'autres problématiques?

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Alors, Mme Guénette-Robert, allez-y.

**Mme Guénette-Robert (Mélanie) :** Oui, merci. Donc, en fait, non. Nous, on considère que ça devrait tout simplement cesser. Ce qui se passe aussi, c'est que l'éducateur physique, même s'il est très respectueux et ouvert face au jeune, il ne connaît pas son parcours, donc ils ne savent pas son état de santé mentale. Est-ce que c'est un jeune qui est vulnérable, qui a des prédispositions aux troubles alimentaires, qui a un passé de troubles alimentaires? Ou est-ce qu'il est victime de stigmatisation, d'intimidation par rapport à son poids? Donc, on pense que, même s'il a cette ouverture-là et que c'est fait de façon privée et respectueuse, ça peut être très problématique.

Et on se rend compte qu'il y a beaucoup de jeunes qui ne le montreront pas, sur le coup vont dire : Non, non, c'est beau, c'est correct pour moi, mais que c'est après coup que, rendus à la maison, là ils vont devenir vraiment anxieux, puis ça va tout le temps tourner dans leur tête : Je ne suis pas normal, je suis trop gros ou je ne suis pas assez gros, qu'est-ce que je dois faire?, puis que c'est là que les comportements vont se faire en cachette. Donc, c'est pour ça que nous, on considère qu'en milieu... par exemple, dans un cadre de bilan médical, une évaluation de santé, un médecin qui accompagne le jeune, là il a plus d'information, puis le médecin est vraiment bien outillé pour aussi connaître davantage, là, le jeune, à différents niveaux, dans ses comportements.

Et puis, encore une fois, au niveau de l'IMC, comme ça tient en compte juste du poids, ça se peut que le jeune soit considéré en surpoids ou en sous-poids et qu'il ait de très bonnes habitudes, qu'il soit très actif, qu'il... Donc, on considère aussi que c'est une donnée qui est trop limitée pour servir dans un bilan, là, pour un jeune. Est-ce que ça répond...

**M. Carrière :** Oui, oui. Oui, vraiment. Vous avez parlé tantôt, également, d'un comité de travail avec les gens qui sont ici, là, je ne sais pas s'il y a d'autres personnes qui pourraient s'y ajouter, et l'objectif, ce serait de voir ce qui peut être — je vous cite — fait pour aider, là, à avoir une meilleure formation ou information auprès... il y a les enfants, il y a sûrement la famille aussi, là, qui doit être interpellée. Donc, j'aimerais ça que vous élaboriez là-dessus, là, qu'est-ce que vous entendez par ce... ou les objectifs de ce comité de travail là.

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** Bien, ce que je dirais, c'est... Je reviens encore au but de ça, hein, dans le fond, c'est de dire : La pesée, à quoi ça sert? Tu sais, je ferais du pont sur ce qui a été dit. Pourquoi pas la pesée en individuel? Bien, en fait, pourquoi la pesée, dans le fond, tu sais? Pourquoi c'est là, dans le fond? Nous, ce qu'on dit, c'est que ce n'est pas un bon moyen.

J'imagine, le but derrière ça, je pense que c'est des bonnes intentions, c'est vraiment de favoriser les comportements de santé, aider la santé des jeunes, prévenir l'obésité, prévenir les troubles alimentaires. Donc, ça, je pense que c'est louable. Je pense que c'est un peu l'idée de dire... Bien, on ne veut pas dire : Ah, pas de pesée, puis, les éducateurs physiques — pour qui j'ai beaucoup de respect — là, tu sais, dans le fond, mêlez-vous pas de ça, de santé. Au contraire, là, je pense qu'il faut qu'ils se mêlent de la santé puis je pense que c'est correct de faire de l'éducation à la santé. Mais c'est de dire que la pesée n'est peut-être pas la façon de le faire, dans le fond. Puis est-ce qu'il pourrait y avoir des lignes directrices qui seraient établies? Quelles sont les choses, en milieu scolaire, qui peuvent favoriser la santé globale, psychologique et physique, prévenir l'obésité, prévenir les troubles alimentaires?

Donc, oui, puis vous êtes les acteurs, ici, mais c'est vrai qu'il y a les autres acteurs, je veux dire, les acteurs du milieu de la santé, de l'éducation, etc. Donc, c'est ouvert.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Ça va, M. le député?

**M. Carrière :** Oui. Alors, j'ai lu dans un autre... je pense que c'est ÉquiLibre, là, je vais voir tantôt, dans un des mémoires, de favoriser un milieu de vie plus... au niveau de l'école, là, avec une meilleure alimentation, éviter la malbouffe, etc. Mais on remarque souvent, là, à côté d'une école secondaire, qu'il y a des fast-foods — excusez le terme en anglais, là — juste à côté. Donc, est-ce que vous voyez que les villes ou les municipalités auraient un rôle à jouer, puis je m'en vais loin, là, mais dans le cadre des schémas d'aménagement ou dans je ne sais pas quoi, là, disant que vous ne pouvez pas mettre ou autoriser de mettre ce genre de restaurant là à côté d'écoles secondaires? Parce que c'est clair, là, peu importe on est où au Québec, quand on voit ce phénomène-là... sur l'heure du dîner, là, on voit la parade, là, des étudiants, là, qui traversent, là, puis... Donc, comment voyez-vous ce rôle-là? La municipalité pourrait avoir un certain rôle à jouer, là, pour avoir une meilleure... C'est clair que, si c'est accessible, c'est plus facile et c'est plus tentant pour les jeunes, d'avoir accès à cette bouffe-là.

**Mme Guénette-Robert (Mélanie) :** Bien, moi, en fait, je vous dirais... Je peux?

**Une voix :** ...

**Mme Guénette-Robert (Mélanie) :** Je vous dirais que c'est la Coalition Poids qui travaille davantage sur ces sujets-là. Par contre, nous, notre philosophie par rapport à l'alimentation, c'est qu'il faut vraiment favoriser le fait d'éduquer les jeunes à prendre le temps de manger. Il a été démontré que juste le fait de manger en famille, de prendre ce temps-là, c'est un facteur de protection des troubles alimentaires et de l'obésité. Donc, si on agit sur le plaisir de découvrir des aliments, le plaisir de cuisiner, d'essayer — il y a des cours de cuisine — ou vraiment d'éduquer les jeunes à ce niveau-là, on peut en même temps faire de la prévention au niveau des troubles alimentaires et de l'obésité. Donc, nous, on pense qu'on doit axer sur d'autres niveaux. Mais la Coalition Poids travaille par rapport à des thématiques comme celle-là.

**M. Carrière :** Selon vous, est-ce que c'est une pratique...

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Je pense que, M. Nadeau, vous voulez rajouter quelque chose?

**M. Carrière :** Oh! Excusez-moi.

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** C'est un peu ça, c'est intéressant, votre question, dans le sens où c'est exactement ça, c'est de dire : Le poids... Puis je n'ai pas la prétention de dire qu'il est le seul focus des éducateurs physiques ou que les gens qui font l'enseignement à l'école focussent seulement sur le poids, mais c'est de voir globalement comment ça peut être fait, comment on peut améliorer la santé des gens, dans le fond, de façon globale. Et ça peut faire partie, dans le fond, si la nourriture est disponible à l'école... Puis, en plus, c'est une mesure qui ne fait pas porter non plus le poids sur la personne, tu sais, de la culpabiliser ou de la... Donc, c'est intéressant parce que, là, la personne vit dans un milieu comme ça, donc, forcément, a accès à la santé de cette façon-là.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Allez-y, M. le député.

**M. Carrière :** Merci. Selon vous, est-ce que c'est une pratique qui est très répandue au niveau primaire, secondaire et collégial, tu sais, pour faire la distinction entre les trois? Et vous, là, c'est quoi, la relation que vous avez avec les enfants



ou les familles qui ont vécu ces choses-là et où ça a été comme un drame, si on peut utiliser ce terme-là, là, et ça a eu des conséquences négatives? Selon vous, c'est très répandu?

**Mme Guénette-Robert (Mélanie) :** Au niveau primaire, c'est plutôt rare. On a eu vent... En fait, ce n'était pas une pratique qu'on avait connaissance qui avait lieu en milieu primaire, c'est des éducateurs physiques qui nous ont contactés, qui nous en ont parlé, qui ont questionné. Ça aussi, c'est positif. Suite au dépôt de la pétition, bon, celle que nous, on a décidé de porter, il y a des gens qui ont questionné leurs pratiques et qui nous ont contactés pour avoir des conseils. Donc, au niveau primaire, c'est peu employé, c'est très rare, ce n'est pas recommandé du tout. Au niveau secondaire, on a vent que ça a lieu dans quelques milieux, mais je ne serai pas en mesure de dire le nom d'écoles ou... et, au niveau collégial, c'est assez répandu.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Allez-y, M. le député. Oui.

**M. Carrière :** O.K. Je vais laisser mon collègue...

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci, M. le député de Chapleau. Alors, M. le député de D'Arcy-McGee, vous avez quatre minutes.

**M. Birnbaum :** Merci, Mme la Présidente. Mme Champagne, Mme Guénette-Robert, M. Nadeau, merci beaucoup pour votre exposé. Il me semble que c'est d'une importance capitale de comprendre que, des fois, il y a des gestes de bonne foi mais qui risquent de produire des résultats qui vont complètement à l'encontre des objectifs.

Je veux vous inviter à faire quelques précisions, et là j'aurais une question plutôt d'ordre général, surtout si on évacuait la possibilité que ça soit fait devant les autres élèves. Est-ce que vos recommandations s'appliqueraient aux jeunes cégépiens aussi? L'idée de peser même en privé, vous seriez contre ça au cégep?

**Mme Champagne (Josée) :** Oui, notre position est : pour nous, c'est clair qu'il faut cesser la pesée dans les écoles.  
• (14 h 30) •

**M. Birnbaum :** D'accord. Si on parle des activités parascolaires, bon, un club de judo où il y a des catégories, un cours parascolaire de boxe, l'équipe de hockey sport-études, est-ce que vous comprendrez que peut-être, fait de façon sensible et avec toutes sortes de mesures pour assurer qu'on ne parle pas d'un enjeu d'intimidation ou... est-ce que vous accorderez une exception dans de telles circonstances?

**Mme Guénette-Robert (Mélanie) :** Bien, je pense que c'est délicat parce que nous, on parle vraiment au niveau de l'éducation générale, dans le programme général, parce qu'on sait qu'au niveau de certains sports il y a des catégories liées au poids. Donc, à ce moment-là, là-dessus, on peut plus ou moins se prononcer. Mais, nous, c'est vraiment pour les cours d'éducation générale, là, que...

**M. Birnbaum :** Maintenant, bon, question d'ordre général, il n'y a pas grand temps qui me reste, mais il me semble qu'on parle surtout d'un sujet qui touche actuellement aux élèves, évidemment, mais aux profs d'éducation physique, et, quand on parle de l'intimidation, l'estime de soi, surtout pour des adolescents, il me semble qu'on parle des joueurs assez intéressants et importants, les profs d'éducation physique. Des fois, c'est des modèles importants, c'est des personnes importantes dans la vie des adolescents, des fois, malheureusement, de façon négative, mais plus souvent comme accompagnateurs positifs, il me semble. Est-ce que vous avez une suggestion ou deux de l'ordre général... peut-être ce serait un sujet pour le genre de groupe de travail dont vous avez parlé, mais où, de façon positive, en termes de l'estime de soi, en termes d'accompagnement des gens avec des genres de difficultés dont vous vous occupez, les profs d'éducation physique peuvent être utiles comme intervenants?

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** Au fond, c'est vraiment dans cette lignée-là, c'est ce qu'on voulait dire en disant... Le groupe de travail, c'est l'idée de dire... ce n'est pas de dire : Non, il ne faut pas que... les professeurs d'éducation physique ou les intervenants scolaires ne parlent pas de santé. Non, je pense qu'il faut parler de santé, il y a des comportements en santé, c'est juste de dire que la pesée, en tant que telle, cette façon de faire là pour promouvoir la santé, n'est pas une bonne façon.

**M. Birnbaum :** Merci.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** ...minutes, M. le député de D'Arcy-McGee. Ça va? Est-ce qu'il y a d'autres interventions du côté du gouvernement? Il reste une minute. Alors, oui, M. le député de Champlain.

**M. Auger :** ...de curiosité.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Oui, allez-y.

**M. Auger :** Je veux — bien, bonjour à vous trois, bienvenue — revenir sur mon collègue de D'Arcy-McGee concernant... Outre les cours d'éducation physique, santé, donc lorsqu'on parle de sport-études, est-ce que vous croyez qu'il y a également des impacts négatifs chez ceux qui pratiquent des sports x, y, z?

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** Là, c'est sûr que moi, je dois vous le dire, je suis biaisé parce que je vois les patients avec un trouble alimentaire. Vous allez me dire : Bien là! Mais ce que je vous dirais, c'est que c'est sûr que, si vous me dites : Est-ce que c'est à risque?, oui, c'est à risque. Je veux dire, si demain tu as une compétition, puis il faut que ton poids soit plus bas, puis tu ne manges pas pendant une journée à cause de ça... Je ne veux pas dire que tout le monde va développer un trouble alimentaire à cause de ça, mais j'ai vu ou j'ai entendu des gens qui se faisaient vomir, même, pour avoir leur poids le lendemain. Bon, comme je vous dis, là, les troubles alimentaires, ce n'est pas juste... La pesée, c'est la même chose, je ne peux pas vous prétendre que la pesée est la cause du trouble alimentaire. On ne sait pas c'est quoi, la cause du trouble alimentaire, c'est multifactoriel, mais, chez quelqu'un de vulnérable, qui a des prédispositions génétiques, c'est sûr que ça peut être un facteur qui vient déclencher ou, en tout cas, renforcer un problème.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci.

**Mme Champagne (Josée) :** Et, chez certaines personnes, on nous l'a dit que la pesée a déclenché un trouble alimentaire, qu'ils étaient déjà vulnérables avant, mais que ce geste-là, et l'impact du geste, a déclenché les troubles alimentaires.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci beaucoup. On va passer du côté de l'opposition officielle, et je cède la parole à M. le député de Lac-Saint-Jean, qui est aussi porte-parole de l'opposition officielle en matière de l'éducation. Son titre est très, très long, alors c'est en matière de l'éducation, de recherche, de la persévérance scolaire, de l'alphabétisation en matière d'éducation des adultes. Alors, M. le député de Lac-Saint-Jean, la parole est à vous pour 10 minutes.

**M. Cloutier :** Je vous remercie, Mme la Présidente. Alors, ça me fait plaisir de vous retrouver aujourd'hui. Merci d'amener cette discussion-là à l'Assemblée nationale. Vous nous amenez une réflexion qui est plus large et générale que la pesée, à mon point de vue, et vous nous amenez dans un univers des saines habitudes de vie, de l'exercice physique, et j'aurais même envie d'ajouter un autre volet, qui est la qualité de nos établissements, la qualité de l'air, la qualité de l'environnement. Parce que je pense qu'aborder ces enjeux-là on doit le faire dans une perspective plus large et générale, et je pense que la pesée, c'est comme le symbole, dans le fond, une espèce de résultat un peu bête d'une mesure quantitative, mais pas qualitative. Et, comme société, bien, évidemment, ce qu'on souhaite, c'est une jeunesse en forme, c'est une jeunesse active, c'est une jeunesse fière, fière de son apparence, fière de ses aptitudes, etc. Alors, je suis persuadé des bonnes intentions de l'utilisation de la pesée, mais, ceci étant dit, c'est peut-être révolu dans la philosophie et dans l'approche qu'on devrait avoir avec nos jeunes.

Maintenant, je me questionne : Comment aborder les enjeux du poids sans ramener ça, dans le fond, à la quantité? Et comment introduire dans nos horaires, dans nos agendas, dans le régime pédagogique davantage de présence d'activité physique? Comment avoir... Mon collègue député faisait référence à l'alimentation en périphérie, mais peut-être que ça pourrait être aussi décidé non pas par les règles sur l'urbanisme, mais davantage par les règles en éducation. Alors, il me semble que ça soulève plein d'enjeux, puis la pétition qui nous est présentée aujourd'hui nous amène peut-être, comme société, à aller un pas plus loin.

J'ai assisté récemment à une conférence de Pierre Lavoie, puis Pierre faisait... Dans ses discours, ceux qui ont eu la chance d'assister à ses conférences, une des premières choses qu'il dit, c'est : lui, il a été traumatisé jeune par les évaluations, rapidement une note, pour lui, à côté de ses capacités et ses aptitudes à courir l'ont traumatisé pendant de nombreuses années parce que, sur le 50 mètres, il était incapable d'obtenir les résultats qu'il souhaitait. Lui, il plaide pour l'abolition d'une note en éducation physique, qui est un autre sujet, mais qui est quand même le reflet aussi, à mon point de vue, de justement cette évaluation où, dans le fond, on doit voir ça sur un cycle de vie ou sur une période plus largement.

Ça fait que, bref, mes questions sont plus larges et générales, mais je me questionne sur notre capacité à discuter des enjeux du poids sans traumatiser nos jeunes et comment aussi encourager des saines habitudes de vie, mais de façon peut-être plus positive que négative.

**Mme Guénette-Robert (Mélanie) :** En fait, je pense que c'est une très bonne question. Ce que la littérature démontre, c'est que de parler des risques associés, par exemple, à un poids qui ne serait pas santé, à un surpoids, ça apporte plus de peur, de honte puis de stigmatisation chez les jeunes. Donc, ça serait vraiment d'aller parler des habitudes de vie. Donc, d'avoir une alimentation équilibrée, de faire découvrir aux jeunes le plaisir de bouger, de parler de l'acceptation de soi, donc y aller vraiment à la positive, aurait des impacts positifs sur le poids des jeunes et sur leurs comportements de vie. Donc, vraiment d'y aller plus de cet aspect-là que de parler de poids en tant que tel.

Parce que ce qu'on sait aussi, c'est que les jeunes ont de la difficulté à avoir des habitudes adéquates face à leurs poids, dans le sens que, s'ils considèrent qu'ils ne font pas partie de la norme, ils vont avoir tendance à vouloir contrôler leurs poids de façon malsaine, en sautant des repas, en utilisant des produits, en faisant des jeûnes. Donc, ils n'ont pas la réflexion ou l'habileté de...

**M. Cloutier :** Je ne sais pas si vous avez réfléchi plus largement au nombre d'heures d'activités physiques dans une semaine qui est prévu au régime pédagogique, à l'alimentation qui est offerte dans nos écoles au Québec? Est-ce que vous étiez à même de réfléchir plus largement à ces autres enjeux là?

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** Je répondrais non, en fait, parce que c'est vraiment... Là, c'est vrai qu'on revient, ici, il y a la pesée, puis ce qu'on ouvre, c'est ça, en fait. Mais c'est de très bonnes questions, dans le sens où c'est exactement ça, je pense, qui serait peut-être à faire. De voir c'est quoi, comment on peut favoriser la santé puis de façon globale, absolument d'accord, exactement. À tous les niveaux, dans le fond, dans les écoles, et là ça peut être à différents niveaux, tant au niveau, effectivement, de la formation des professeurs, là... On parlait du contexte physique tantôt, de l'environnement de l'école, comment les parents aussi peuvent être impliqués là-dedans. Parce que, dans la prévention de l'obésité et des troubles alimentaires et la santé en général, ce que ça montre, les études, c'est que l'implication des parents est hyperimportante. Tu as beau faire un travail avec le jeune, si les parents n'appliquent pas ou il n'y a pas d'intégration, ça ne donne pas grand-chose. Donc, c'est un peu ça, en fait.

Mais, non, on n'a pas... Et là je pense que ça serait une étape suivante, de dire : Bien, réunir... puis c'est un peu ce qu'on suggérerait, là, réunir les acteurs intéressés qui seraient pertinents, puis de façon globale, je dirais large aussi, encore là, pour avoir une vision large de la santé, pas définir ça... Parce que c'est un peu ça, dans le fond, la pesée, c'est quelque chose d'assez réducteur, tu sais. Puis, encore là, je le répète, ce n'est pas... je ne dis pas que les éducateurs physiques focussent juste là-dessus, je pense qu'ils ont conscience que c'est plus que ça, mais c'est le danger de ça, que les jeunes le prennent comme le seul indicateur de santé. Puis, honnêtement, dans notre société, c'est quand même quelque chose qu'on entend beaucoup, hein, tu sais, dans le fond : tu n'as pas ton IMC correct, bien, tu es gros, tu n'es pas correct, tu n'es pas en santé.

• (14 h 40) •

**M. Cloutier :** La commission, c'est une commission qui est sur l'éducation, donc plus largement qui a à voir, à mon point de vue, tous les enjeux, incluant le régime pédagogique et la place qu'on fait à l'activité physique. Puis l'Organisation mondiale de la santé plaide pour une heure d'activité physique, chez nos jeunes, par jour. Je suis convaincu que ce n'est pas ce qu'on offre présentement.

Maintenant, est-ce que ce n'est pas justement par des mesures comme celles-là qu'en bout de ligne la nécessité d'évaluation par le poids va devenir, dans le fond, moins importante, dans la mesure où les habitudes seront intégrées davantage dans une façon de vivre, une façon d'apprendre? Puis il me semble que c'est davantage sur ce modèle-là qu'on devrait travailler. Et le défi d'avoir la notion d'être plus en forme dans le monde devrait être un objectif de société, à mon point de vue. Et ça passe par la qualité de l'air, la qualité de l'environnement. Ça passe par ce qu'on mange, etc. Alors, moi, je n'ai pas d'autre question. Je vous remercie pour votre présence aujourd'hui.

**Mme Guénette-Robert (Mélanie) :** ...juste pour ajouter, par rapport à ce que vous dites, qu'on devrait vraiment voir la santé comme globale, il y a un aspect qu'on oublie souvent, c'est la santé psychologique aussi. Donc, on démontre beaucoup que, les jeunes et les gens en général, les adultes, leurs habitudes de vie dépendent beaucoup de leur bien-être psychologique, de leur santé psychologique. Donc, je pense que ça aussi, c'est quelque chose sur lequel on peut poursuivre le travail.

**M. Cloutier :** Je pense que c'est dans... La journée d'hier, on a tous été davantage sensibilisés. Je pense que c'est une belle initiative. Maintenant, dans la santé mentale, il y a aussi, à mon point de vue, l'espace physique qui doit davantage... qui doit aussi faire partie de notre réflexion maintenant. Puis la luminosité, l'éclairage, l'espace, ça fait tout partie des enjeux qui sont liés au bien-être de nos jeunes, qui, à mon avis, doivent être aussi intégrés dans, justement, la planification qui doit être faite pour nos tout-petits. Tu sais, trop souvent, on a fait du copier-coller de ce qui existait déjà. Trop d'écoles, au Québec, sont carrément délabrées. Trop de places, l'éclairage et les plafonds sont trop bas, à mon point de vue, mais c'est toutes des... Vous allez dire : C'est des petites choses, mais en même temps c'est le cumul, peut-être, de ces petites choses là qui fait qu'en bout de course, bien, nos jeunes, ils sont plus en santé, ils ont plus confiance en eux, ils ont plus le goût d'être à l'école, le sentiment d'appartenance est plus fort, l'appartenance aux écoles sportives, entre autres. Mais j'espère que cette conversation-là va vous initier, avec d'autres, à une discussion importante, et soyez assurée qu'on va faire, nous, notre travail d'opposition officielle.

**Une voix :** Merci.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Alors, merci beaucoup. On va passer du côté du deuxième groupe de l'opposition, et je cède la parole à M. le député de Chambly, qui est porte-parole du deuxième groupe de l'opposition en matière d'éducation, d'enseignement supérieur, de recherche et de la science. Alors, M. le député de Chambly, vous disposez de six minutes et quelques secondes.

**M. Roberge :** Merci, Mme la Présidente. Comme c'est la première intervention, je veux saluer les collègues puis ceux qui les accompagnent. Merci beaucoup pour votre présentation. J'ai trouvé ça bien intéressant, et ça m'amène à une question. On parle de la pesée en milieu scolaire, primaire, secondaire, collégial, et je vous ai entendu, tout à l'heure, dire : Bien, écoutez, il faudrait peut-être réserver ça aux médecins. Je ne suis pas en train de dire qu'il faut faire la pesée en milieu scolaire, là, absolument pas, mais ça m'a interpellé quand vous avez mentionné ça, parce que je me demande, pour le jeune, quelle différence ça peut faire. S'il pèse x, mettez le chiffre que vous voulez, il repart, là... s'il est seul avec son médecin, puis il repart avec ça à la maison versus s'il est seul avec son prof d'éducation physique, il repart avec ça à la maison. Enfin, j'ai de la misère à voir la différence.

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** Bien, ici, je peux vous dire très concrètement, je veux dire : Un, un poids, ça ne veut rien dire, tu sais, un poids... Je veux dire, même moi, là, vous dites un poids, vous me dites votre poids, O.K., je

ne peux pas vous dire si c'est un bon poids ou pas. Ce qui va me dire si c'est un bon poids, puis surtout pour un jeune, c'est les courbes de croissance, tu sais, je veux dire. C'est l'IMC... Tu sais, on parle d'IMC, mais en plus ce n'est pas bon, l'IMC, chez les jeunes, c'est : il faut que tu suives la courbe de croissance. Puis le piège là-dedans, en plus, c'est que les gens... il y a des gens qui sont des petits formats, il y en a qui sont des gros formats. Ça fait qu'ils ont des gens qui ont suivi un petit IMC toute leur vie, puis d'autres qui ont suivi un gros IMC toute leur vie.

Ce que je veux vous dire, c'est que, dans le fond, le médecin... Puis, encore là, le médecin aussi, il peut dire des... bien, des conneries — je m'excuse de le dire — je veux dire, il n'est pas... mais ce que je veux dire par là, c'est qu'au moins le médecin a quand même... tu sais, il va avoir la courbe de croissance d'avant, tu sais, il va pouvoir voir individuellement pour ce patient-là, bien, c'était quoi, là, le parcours de soins de ce patient-là. Il peut le voir au niveau de la santé globale. Alors, je ne peux pas croire que l'éducateur physique va avoir, tu sais, la courbe de croissance puis toutes les données médicales ou de santé de ce jeune-là. Ça fait que c'est là-dessus que je vois mal... Puis là, encore là, peut-être que je peux me tromper, mais comment un éducateur physique, avec un poids comme ça une journée, puis la taille, l'IMC... Moi, honnêtement, si j'avais juste ça, là, je ne pourrais même pas dire, bon : C'est-u bon, c'est-u pas bon? Je ne pourrais pas répondre.

**M. Roberge :** O.K. Je comprends. Ce n'était pas pour vous mettre dans les derniers retranchements.

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** ...fortement, mais c'est un peu le...

**M. Roberge :** Non, non, absolument pas.

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** Je voulais juste vous donner la couleur, là, dans le fond... Mais je pense que je réagis parce que je l'entends tellement, ça. Les jeunes me disent ça, tu sais : Ah! on m'a dit «l'IMC, 18,5», ça y est, je suis, tu sais, en dessous ou au-dessus. Moi-même, je ne sais pas, vous me dites ça, tu sais, le jeune me dit ça, je ne sais pas pantoute si ton poids est correct ou pas. Tu sais, c'est ton corps qui le sait, c'est quoi, ton poids correct, tu sais? Ce n'est pas juste le poids, tu sais, c'est vraiment... Tu sais, même un patient, là, je veux dire, qui est amaigri, puis on me demande : Bien, c'est quoi, ton poids correct?, je ne sais pas. Ton corps va revenir correct, tu vas être moins obsédé, tu sais, par tes troubles alimentaires, ta pression artérielle va être correcte, tu vas te mettre à grandir. Là, c'est le corps... c'est le corps qui le sait, dans le fond. Moi, je ne sais pas. Le médecin ne le sait pas non plus, je dirais, puis encore moins, je vous dirais, en milieu scolaire. C'est juste que c'est un sujet assez complexe, quand même, puis plus ou moins fiable, en fait.

**Mme Champagne (Josée) :** Puis le poids en tant que tel, seulement, ce n'est tellement pas un gage de santé. On peut avoir des jeunes en sous-poids qui ne sont pas en santé et des jeunes qui ont des rondeurs qui sont plus en santé. Donc, de se fier seulement sur un chiffre, peu importe, on fait fausse route.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Il vous reste encore 1 min 30 s, M. le député de Chambly.

**M. Roberge :** C'est bon. C'est parce que ça m'a interpellé. Je suis sorti du cadre scolaire, je suis allé dans le cadre médical. Moi, du moment qu'on a un chiffre, on a un chiffre. Puis vous avez dit tout à l'heure, en plus : Bon, le prof de gym n'était peut-être pas au courant à savoir si ce jeune-là a été intimidé ou pas. Je veux dire, le médecin encore moins, parce qu'il n'est pas dans la même école pendant des semaines, et bref. Puis on dit : Ah! bien, le médecin a peut-être la courbe de croissance. Bien, on est en train de supposer qu'il y a un médecin de famille puis un pédiatre, là. En tout cas, c'est un autre dossier, mais je ne suis pas certain de ça. Pas certain de ça.

Bon, vous êtes le groupe Anorexie et boulimie Québec. Donc, je vous pose une question peut-être à l'extérieur de la boîte. Outre le fait d'avoir été traumatisés par une prise de poids, là, qui pourrait avoir été dans un mauvais contexte, tout ça, c'est quoi, les causes générales, génériques qui peuvent amener les gens, jeunes ou moins jeunes, à développer des troubles comme ça? Si on veut aller à la source, là, ça pourrait ressembler à quoi, bien qu'il y a sans doute plusieurs raisons, là?

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** Dans le fond, la cause des troubles mentaux, vous voulez dire?

**M. Roberge :** Oui.

**M. Nadeau (Pierre-Olivier) :** Wow! Bonne question. Si vous la trouvez, vous nous le dites, mais, les causes, là, on ne le sait pas, dans le fond. Puis moi, j'ai vu des patients, j'en ai vu... Bien, je n'ai pas tant d'expérience, mais, honnêtement, je ne pourrais pas vous dire, jamais, c'est quoi, la cause, dans le fond, parce que, tu sais, il y a plusieurs facteurs.

En psychiatrie, c'est tout le temps ça, c'est tout le temps un mélange entre ta génétique... Parce qu'il y a des gens qui vivent pleins... qui ont été pesés puis ils n'ont pas réagi. Il y a des gens qui ont vécu des choses difficiles au niveau de l'intimidation, tu sais, des choses qui influencent, tu sais, l'image corporelle, puis ils ne développeront pas de troubles alimentaires. Ça fait que, tu sais, je ne peux pas vous dire... Tu sais, il n'y a pas un facteur, je pense que c'est multiples facteurs, autant biologiques qu'environnementaux. Puis là ce qu'on parle aujourd'hui, la pesée, c'est juste que c'est un facteur qui peut, chez quelqu'un de fragile, en tout cas, déclencher, effectivement...

Mais je ne vous ai pas répondu, hein? Mais je n'ai pas plus de réponses que ça. Puis, en fait, ce n'est pas grave qu'on ne le sache pas. Je pense qu'il faut jouer sur les facteurs qui jouent. On sait qu'il y a des facteurs d'association, tu

sais, dans le sens où... Tu sais, les activités... On sait qu'il y a des activités qui sont focussées... Tu sais, on parlait des sports, là, où il y a des pesées. Bien, oui, les activités de haut niveau focussées sur le poids, c'est plus à risque de troubles alimentaires. Encore là, ce n'est pas la cause, mais c'est associé. Puis c'est tous ces facteurs-là, puis le but, c'est d'essayer de travailler sur ces différents facteurs là pour les réduire. Je dirais que c'est un peu ça, la réponse.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci. Alors, merci, Mme Guénette-Robert, Mme Champagne et Dr Nadeau, pour votre contribution à nos travaux.

Alors, je suspends quelques instants afin de permettre aux représentants de la Coalition québécoise sur la problématique du poids pour s'installer. Merci.

*(Suspension de la séance à 14 h 49)*

*(Reprise à 14 h 50)*

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Alors, bonjour. Je souhaite la bienvenue aux représentants de la Coalition québécoise sur la problématique du poids. Alors, merci d'être parmi nous. Je vous rappelle que vous disposez de 10 minutes pour faire votre présentation, et par la suite on passera à une période d'échange entre les élus.

Alors, je vous demanderais de vous identifier ainsi que la personne qui vous accompagne, et vous pouvez tout de suite passer à votre exposé. Alors, la parole est à vous.

#### **Coalition québécoise sur la problématique du poids (CQPP)**

**Mme Voyer (Corinne) :** Parfait, merci. Alors, bonjour, Mme la Présidente. Mmes et MM. les députés, merci de nous avoir invitées à pouvoir prendre part aux échanges aujourd'hui. Je me présente, je suis Corinne Voyer, infirmière de formation et directrice de la Coalition Poids. Je suis accompagnée aujourd'hui de ma collègue Anne-Marie Morel, qui est nutritionniste et conseillère aux politiques publiques à la coalition.

Juste rapidement, la coalition, notre mandat, c'est une initiative qui est d'abord parrainée par l'Association pour la santé publique du Québec, et notre mandat, c'est de revendiquer des modifications législatives, réglementaires et des politiques publiques pour favoriser la mise en place d'environnements qui vont faciliter des choix santé et contribuer à prévenir des problèmes d'obésité que nous connaissons ainsi que les maladies chroniques associés. On regroupe plus de 350 partenaires issus de différents milieux, organismes et individus.

Alors, au Québec, vous le savez, l'embonpoint, l'obésité touche plus de la moitié des adultes et près d'un enfant sur quatre. C'est une importante problématique et crise de santé publique, puisque l'obésité est associée à de nombreuses maladies, comme le diabète de type 2, des cancers, des maladies cardiovasculaires, l'arthrite, et elles coûtent à peu près, là, c'est des estimations un peu simplistes... pas simplistes, mais, je veux dire, pas le portrait global, mais c'est 3 milliards de dollars par année, minimalement, que ça nous coûte, aux contribuables. Et la prévention et la réduction de l'obésité doivent devenir un objectif prioritaire du gouvernement. Tous les ministères et tous les acteurs de la société doivent s'impliquer, incluant le milieu scolaire, et le rôle de l'école est particulièrement important pour stimuler un mode de vie sain ainsi que des changements d'habitudes de vie chez les jeunes.

En matière de prévention de l'obésité, la pesée à l'école n'est pas un outil qui permet d'atteindre la cible. Il faut plutôt qu'on intensifie les actions qui vont permettre d'expérimenter des habitudes de vie saines, en misant sur l'exploration, le plaisir et l'équilibre, et plusieurs écoles le font déjà de façon admirable. À lui seul le poids ne permet pas d'évaluer le risque à la santé, on l'a entendu un peu plus tôt. Par exemple, deux personnes du même poids vont avoir des silhouettes complètement différentes et un risque pour la santé différent. Sur la balance, ça n'indique pas où se localise la graisse ni la composition corporelle d'un individu. Par exemple, le gras qui est situé dans un abdomen ou près des organes vitaux est beaucoup plus dommageable pour la santé qu'un gras de fesse ou de cuisse, on va le dire comme ça. Les muscles sont aussi plus lourds, et le poids va varier d'un jour à l'autre, d'un moment de la journée à l'autre, même, au niveau des filles, en fonction du cycle menstruel.

On utilise souvent l'indice de masse corporelle pour interpréter le résultat de la pesée, et là c'est l'interprétation du poids avec la taille, on l'a expliqué, qu'on catégorise, mais cet indice-là a été développé pour estimer une prévalence, dans la population, de l'obésité. Ce n'est pas un indicateur pour un individu. Alors, il faut faire attention dans son interprétation, parce que ça ne tient pas compte de la masse musculaire, ni de l'ossature, ni de la répartition des graisses, ni de la croissance qui est en cours.

Chez l'adulte, une fois que la croissance est terminée, il y a moins de risque d'interprétation au niveau de l'IMC, mais ça demeure avec des limites. Les autres appareils de mesure anthropométrique donnent aussi seulement des indices puis ils ne sont pas des valeurs absolues. Donc, ça demande d'être bien encadré. Que ce soit dans le cours d'éducation physique, en parascolaire, à la maison ou même dans le cabinet du médecin, avoir un focus sur le poids des jeunes plutôt que sur des comportements positifs à adopter pour être bien dans sa peau et en santé peut avoir des effets indésirables, comme nous a présenté le groupe ANEB précédemment. Là, je ne le répéterai peut-être pas, là, vous avez compris que ça venait avec un bagage de honte souvent ou de... c'est gênant d'avoir une pesée. Ça peut avoir des effets chez certains, là, qui vont affecter l'estime personnelle et même aller vers des préoccupations excessives à l'égard du poids. Donc, je vais... On pourra passer aux questions plus vite.

L'enseignant en éducation physique et à la santé était un acteur de choix pour prévenir les problèmes liés au poids et à l'image corporelle. Ils sont vraiment en proximité avec les jeunes. En enseignant aux jeunes les limites de la pesée

et les autres outils qui visent à faire une estimation de la composition corporelle, ils peuvent relativiser l'importance par rapport aux saines habitudes de vie. Pour nous, l'école demeure un lieu privilégié pour favoriser l'adoption et le maintien des saines habitudes de vie, ça rejoint tous les enfants, tous les jeunes, et les comportements qui sont appris dès le plus jeune âge, c'est des comportements qui vont avoir... qui vont probablement s'ancrer davantage pour de bon.

Donc, la coalition a notamment déposé un mémoire dans le cadre des consultations sur la réussite éducative. J'ai plein de copies avec moi, si vous voulez de la lecture. L'école a avantage à intégrer plus la promotion des saines habitudes de vie pour favoriser l'atteinte d'objectifs pédagogiques. La saine alimentation et l'activité physique sont des alliés importants pour les enseignants et l'ensemble de l'équipe-école, ça contribue à rendre les élèves plus performants sur le plan académique, ça peut être un vecteur de motivation, de sentiment d'appartenance et de persévérance scolaire. On a d'ailleurs une politique-cadre déjà, dans nos écoles, qui s'appelle Pour un virage en santé, et elle fêtera bientôt ses 10 ans, et elle mérite d'être davantage valorisée, et c'est déjà des bons ancrages sur lesquels on peut faire beaucoup de choses.

Pour finir, proscrire la pesée à l'école ne devrait aucunement dévaloriser l'importance du travail des enseignants et de l'équipe-école en matière de santé, particulièrement en prévention de l'obésité. Au contraire, c'est un rôle qui doit être soutenu et valorisé parce qu'il est essentiel. Et la phrase-clé, c'est : Peu importe le poids, chaque jeune va bénéficier d'améliorer ses saines habitudes de vie. Alors, c'est pourquoi, nous, on propose d'émettre une directive au primaire et au secondaire de ne pas utiliser la pesée ni d'autres mesures anthropométriques chez les jeunes de moins de 18 ans, à l'exception des programmes sportifs et de haut niveau, là, qui sont basés sur le poids — on en a parlé, le judo, par exemple, on n'aura pas le choix, dans les catégories, de prendre le poids — mais cette directive devrait être expliquée, les raisons qui la motivent doivent être diffusées à l'ensemble de l'équipe-école et les intervenants en parascolaire.

La pesée ou les mesures anthropométriques chez les jeunes adultes de 18 ans et plus devraient être encadrées, et, dans tous les cas, la prise de mesures physiques devrait rester volontaire, donc ne pas forcer un élève à passer au travers de ce processus. Il importe aussi d'informer les jeunes des limites du pèse-personne, donc de la balance, de manière à réduire la prévalence et la préoccupation excessive à l'égard du poids. Et, en complémentarité, bien, il faut maximiser la place des saines habitudes de vie à l'école, poursuivre les efforts pour le déploiement efficace des politiques alimentaires à l'école. Il faut aussi soutenir les équipes-écoles dans la promotion des saines habitudes de vie, le poids et l'image corporelle, et ce, ça termine ma présentation. Merci beaucoup.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Alors, on est prêts à passer à la période d'échange, et je cède la parole à M. le député de Chapleau. Vous avez 15 minutes.

**M. Carrière :** Merci, Mme la Présidente. Mme Voyer, Mme Morel, merci d'être ici avec nous aujourd'hui. J'ai lu avec beaucoup d'attention votre mémoire, et il y a des choses fort intéressantes. Vous avez parlé que vous fêtez votre programme Pour un virage santé à l'école, vous en êtes à votre 10e année. Pouvez-vous expliquer rapidement qu'est-ce que ce programme-là?

**Mme Voyer (Corinne) :** En fait, c'est la politique-cadre du gouvernement actuel qui arrive à ses 10 ans, donc...

**Une voix :** ...

**Mme Voyer (Corinne) :** Non, ce n'est pas notre programme, c'est votre programme...

**M. Carrière :** Je pensais que vous aviez quelque chose d'associé...

**Mme Voyer (Corinne) :** C'est notre programme de société.

**M. Carrière :** Excusez-moi, c'est correct. Celui-là, je le connais, je pensais que vous aviez quelque chose d'associé.

**Mme Voyer (Corinne) :** Non, non, non. Nous, on le valorise, en fait, c'est une excellente initiative. Malheureusement, le soutien financier n'a pas été suffisant pour le soutenir, et bon, après 10 ans, on voit qu'il y a eu un petit recul dans certains milieux, elle mérite un petit tour de roue de plus, là.

**M. Carrière :** Dans vos recommandations, vous dites que la pesée ou les mesures anthropométriques chez les jeunes adultes de 18 ans et plus devraient être encadrées. Donc, ce que je comprends dans vos recommandations, c'est de proscrire complètement au primaire, secondaire, sauf, là, lorsque c'est du sport d'élite, dans les sports-étude ou les sports où on a besoin, là, des poids comme... d'avoir le poids, comme en judo, en boxe, en haltérophilie, des fois en football aussi, c'est important, là, de l'avoir. Mais, au niveau du cégep, quand vous dites : Ça devrait être mieux encadré, comment vous voyez ça?

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Mme Morel.

• (15 heures) •

**Mme Morel (Anne-Marie) :** Oui. Bien, en fait, ce qu'il faut comprendre, et puis on l'a un peu dit dans le groupe précédent, l'indice de masse corporelle, on croit que c'est un indice tellement important, mais il se trompe très, très souvent. Donc, il a été développé pour des populations au départ. Donc, quand on fait des enquêtes de population, même si l'indice de masse corporelle se trompe sur un individu, il va sous-estimer son risque à la santé, sur un autre, il va le

surestimer un peu, toutes les erreurs finissent par s'annuler, puis on finit par avoir, donc, un portrait pour la société qui est intéressant en termes de risque à la santé. Lorsqu'on l'applique à un individu pris seul, l'indice de masse corporelle fait des erreurs, et dans les deux sens. Donc, au niveau... lorsqu'on qualifie quelqu'un en surpoids selon l'indice de masse corporelle, quand ils font des études et qu'ils les croisent avec des données, là, de scan, là, des données très, très médicales pour vérifier le gras à l'intérieur du corps, on va voir que le risque à la santé chez les personnes qui sont classées en surpoids, en fait, il y en a 20 % qui n'en ont pas, de problème, qu'il n'y en a pas, de risque, du tout, accru. 80 % des cas, oui, le risque est augmenté, mais, dans 20 %, il n'y en a pas du tout. Et le plus intéressant, c'est que chez les gens de poids normal il y en a 30 % qu'on va mal classer. Donc, on appelle maintenant un nouveau phénomène, là, qui s'appelle le syndrome de l'obésité des poids normaux. Donc, dans la fourchette des poids normaux, il y en a qu'on classe mal. Et pourquoi ces gens-là ont un risque à la santé accru? C'est que le gras dans le corps, il n'est pas aux bons endroits, et c'est lié aux habitudes de vie. Donc, on revient toujours à la même chose.

Donc, pour nous, ce n'est pas un outil qui est nécessaire, de calculer un IMC au cégep ou ailleurs. Le poids, pour nous, n'a pas d'importance en prévention de l'obésité, on devrait être sur les habitudes de vie. Mais, dans les milieux où ils le font, parce qu'on en entend parler toujours, bien, nous, on dit : Bien, il faut expliquer les limites de ces outils-là aux jeunes, ils doivent le comprendre. Chez les adultes, le risque d'erreur est un peu moins grand, malgré les limites, là, chez l'enfant ou l'adolescent. Donc, on voulait laisser un peu de latitude volontaire. Donc, pour nous, ce n'est pas... Dans le programme pédagogique, lorsqu'ils disent que «l'enseignant doit évaluer la condition physique du jeune et lui apprendre de façon critique à s'autoévaluer au niveau de sa condition physique», pour nous, ce n'est pas un élément qui est nécessaire pour ça, mais, si un jeune voulait le calculer ou le faire, on veut que ça soit bien fait et que ça soit volontaire. Je ne sais pas si je répons bien à votre question.

**M. Carrière :** Oui. Oui, oui, merci. Quand vous dites que le professeur qui donne les outils à l'étudiant pour s'autocritiquer puis... est-ce que vous ne pensez pas que c'est un rôle, justement, du professeur d'éducation physique... c'est un rôle de la société, là, sûrement, là, mais d'aider le jeune, de lui donner des outils pour avoir une prise de conscience pour qu'il ait, un, oui, comme vous disiez, de saines habitudes de vie, pour qu'il soit plus actif, etc.? Si ce n'est pas lui, dans le cadre pédagogique, qui ça pourrait être?

**Mme Morel (Anne-Marie) :** En fait... Ah! Vas-y.

**Mme Voyer (Corinne) :** Excuse. On verra si on dira la même chose. Mais, définitivement, le professeur d'éducation physique est le mieux placé pour faire l'enseignement des saines habitudes de vie à l'école, auprès des jeunes. Ils le font déjà, ça fait partie de leur mandat. Il y a de plus en plus de connaissances et de sciences qui évoluent, et je veux parler des boissons sucrées, là, on le sait maintenant, qui sont un important contributeur de nombreux problèmes de santé. Il y a peut-être lieu, à travers le cursus scolaire, de venir faire des interventions à ce sujet-là. Donc, oui, le professeur d'éducation physique est un acteur clé sur la promotion des saines habitudes de vie, mais pas de faire un focus sur le poids.

**Mme Morel (Anne-Marie) :** J'aurais rajouté, en fait, que, lorsqu'on parle d'autocritique, vous le dites vous-même, on parle de la condition de santé, de la condition physique, et, le poids, on pourrait complètement l'éliminer, et on arrive à faire une autocritique de sa condition physique ou de santé également très, très bonne. Les enseignants ont les capacités d'évaluer est-ce que l'élève s'améliore au niveau de la flexibilité, de la coordination, de l'endurance physique. Donc, il y a tellement de paramètres autres qu'on peut regarder et qui ne sont pas... qui n'ont pas le même impact et qui sont probablement plus vrais pour évaluer la condition physique, là, que le poids. C'est juste qu'on surestime en général, à l'école et à l'extérieur, ce que vaut un poids, ce que c'est, un IMC, on lui donne trop d'importance.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci. Alors, ça va, M. le député, oui? Alors, M. le député de Sainte-Rose, il vous reste huit minutes et quelques secondes.

**M. Habel :** Parfait. Merci beaucoup. Merci aux groupes qui sont venus nous parler concernant la pétition qui a été déposée. Je pense que c'est très intéressant de pouvoir discuter de ce sujet.

Donc, si je fais un peu la synthèse de ce que vous avez dit, c'est de proscrire la pesée au primaire et au secondaire. Vous apportez une nuance, une exception pour les niveaux... les hauts sports de niveau, mais vous êtes un peu plus nuancées au niveau des 18 ans et plus. Et vous nous avez informés un peu des limites du pèse-personne puis de l'évaluation de l'IMC.

Alors, moi, ma question, ce serait : Est-ce que, selon vous, ce ne serait pas plus simple de peut-être le proscrire dans les cours généraux scolaires, que ce soit au niveau primaire, secondaire ou collégial?

**Mme Voyer (Corinne) :** Il n'y a pas nécessairement de valeur pédagogique à mesurer ou à peser un élève. Donc, à ce niveau-là, la pertinence de l'avoir dans les cours, elle n'est pas là.

**Mme Morel (Anne-Marie) :** En fait, là, on s'était plus dit que le jeune adulte, lorsqu'il doit, dans le premier cours d'éducation physique au cégep, évaluer sa condition physique... etc. Il l'entend dans la société. Vous le savez tous, ce que c'est, un IMC, parce que vous l'avez vu dans les annonces de céréales à la télé ou ailleurs. Donc, le jeune adulte, il est confronté à ça, il l'a peut-être déjà calculé. S'il veut le faire avec le professeur... On trouvait qu'à l'âge adulte c'est peut-être correct de le faire, si c'est sur une base volontaire, il pourra lui expliquer qu'est-ce que ça vaut, finalement, un IMC, par rapport aux autres paramètres, puis lui relativiser l'importance de ce facteur-là. Ce n'est pas du tout qu'on le suggère ou qu'on le recommande, ce n'est pas nécessaire nulle part, mais, si ça se fait, jamais chez les jeunes.

Puis il y a une chose qui n'a pas été dite, là, au niveau des courbes de croissance chez le jeune, effectivement, quand on calcule un IMC pour un enfant, on va les rapporter dans les courbes de croissance, parce que les enfants ne vont pas grandir de façon linéaire, donc il y en a qui vont élargir, après allonger, etc. Donc, on ne peut pas planifier dans quel sens ils vont grandir en premier. Et puis ça prend au moins... quand je travaillais comme clinicienne dans ce domaine-là, ça prend au moins trois mesures sur une courbe de croissance pour essayer de voir : O.K., est-ce que l'enfant se dirige vers du surpoids, vers pas ça? Donc, on ne peut pas avec une mesure faire une conclusion, c'est juste impossible.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci. Ça va, M. le député? Alors, M. le député de Pontiac... Papineau, excusez-moi. Vous avez six minutes.

**M. Iracà :** Oui. Merci, Mme la Présidente. Alors, à mon tour de vous souhaiter la bienvenue et de vous dire merci d'être présentes ici, sur un sujet très important pour l'avenir de nos jeunes.

On est inondés d'études d'un peu partout qui nous disent qu'on est en surplus de poids, ça vient beaucoup des États-Unis, mais ça vient aussi du Canada, où des études disent qu'il y a quand même un haut pourcentage de jeunes qui sont en surplus de poids puis qui devraient atteindre un poids santé. On parle toujours de poids santé. Puis tantôt il a été énuméré, puis avec raison, que peser des jeunes en milieu scolaire, bien, ça a un effet psychologique sur le jeune, puis, je pense, avec raison, là, surtout si ça se fait devant les autres, etc. Mais quelqu'un, puis vous l'avez effleuré tantôt, qui, de manière individuelle, prend sa santé à coeur puis qui dit : Moi, j'ai un surplus de poids, et il va voir un spécialiste, puis il dit : Bon, bien, voici ton poids santé à atteindre, mais qui voudrait faire une démarche, comme quelqu'un à haut taux de cholestérol puis qui veut le baisser, il doit avoir un suivi régulier puis des tests pour voir si ça baisse. Quelqu'un qui... Un jeune qui dirait : Bon, bien, moi, j'aimerais avoir un suivi régulier sur mon poids pour atteindre mon poids santé, est-ce que vous pensez que ça pourrait être une démarche qui pourrait se faire, par exemple, avec des aides, à l'école?

**Mme Voyer (Corinne) :** Si on prend chaque jeune, un à la fois, pour faire cette évaluation-là, on n'en finira pas, il y a tellement de conditions et de variables. C'est pour ça qu'on mise sur des environnements ou des politiques publiques, c'est la façon de rejoindre le plus de jeunes. Donc, si on augmente le niveau d'activité physique à l'école, si on s'assure d'offrir un environnement alimentaire adéquat, en éliminant des fast-foods en avant de l'école, qui font compétition ou qui font ombrage à nos politiques alimentaires, on risque d'atteindre notre objectif de saines habitudes de vie plus facilement que de se fixer des objectifs de poids. Ce n'est pas le...

On a un problème social d'obésité, effectivement, mais nos environnements, nos milieux de vie font en sorte qu'on fait des choix dans la vie qui sont souvent moins santé parce que c'est la première offre qu'on a devant nous, que ce soit pas d'accès aux trottoirs, pas de pistes cyclables pour se rendre à l'école. Les jeunes devraient pouvoir bouger 60 minutes par jour à l'école. Ils ont un cours d'éducation physique — vous allez le voir avec les professeurs — dépendamment des milieux, des fois ça va au cycle de neuf jours, des fois c'est à peine une heure, là, là-dessus il faut qu'ils se déshabillent, il y a de l'éducation qui est faite, donc ils ne sont pas toujours actifs. Il y aurait des occasions de pouvoir bouger davantage à la récréation. Il y a des récrés qui sont maintenant coupées parce qu'il n'y a pas assez d'espace, à l'extérieur pour envoyer les élèves en même temps dehors. Le service de garde, ça bouge de moins en moins. Les compétences culinaires se perdent parce qu'on va vers des produits transformés. Donc, c'est vraiment un enjeu social, puis, si on veut y parvenir, ce ne sera pas en ayant des objectifs d'individu, il va falloir qu'on mise sur nos politiques publiques.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Oui.

• (15 h 10) •

**Mme Morel (Anne-Marie) :** Je voudrais juste rajouter... En fait, vous parlez de poids santé, c'est un terme qui n'existe pas... plus, «poids santé», parce que, justement, les gens de la gamme de poids normal, comme je vous disais tout à l'heure, il y en a qui fument, il y en a qui ont des mauvaises habitudes et il y en a un 30 % de ces gens-là qui finalement ont de la graisse dangereuse à l'intérieur de leurs corps ou un pourcentage de gras parce que les habitudes vie ne sont pas les bonnes. Donc, en misant sur les saines habitudes de vie, on ne peut juste jamais se tromper, puis c'est pour ça qu'on amène vers cette réflexion-là.

Et puis il faut savoir aussi que ce n'est pas nécessairement un succès, une personne qui perd du poids. Par exemple, si je vous dis... surtout, en fait, chez les jeunes. Il ne faut pas mettre un jeune au régime sévère... lui faire adopter de saines habitudes de vie, oui, mais ce qui va arriver, c'est qu'on peut venir interrompre une poussée de croissance qui finalement n'aura jamais lieu, et le jeune qui avait commencé par élargir, bien, il ne grandira pas après. Ça fait que, finalement, plus tard, on va lui avoir causé plus de troubles que de bien. Mais manger plus de fruits, de légumes, ça ne peut pas lui nuire, bouger plus, ça ne peut pas lui nuire, le tout dans le plaisir. C'est sûr qu'on ne nuit pas et qu'on enlène la personne vers la bonne solution de cette manière-là.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Ça va, M. le député de Papineau? Parfait? Il reste encore deux minutes du côté du gouvernement. Ça va? Alors, on va passer du côté de l'opposition officielle, et je cède la parole à M. le député de Lac-Saint-Jean.

**M. Cloutier :** Merci, Mme la Présidente. Alors, ça me fait plaisir de vous retrouver aujourd'hui. J'ai suivi au fil des années vos propositions, vos travaux. Merci de faire de la lutte à l'obésité et de la prévention un cheval de bataille important.

Quand on regarde les chiffres, je pense qu'on a de quoi s'inquiéter. Comment on inverse la tendance actuelle? Comment on réussit réellement à donner le goût à nos jeunes des saines habitudes de vie et de lutter aussi contre l'obésité



qui ne cesse de croître? Lorsqu'on voit l'accessibilité et la présence du sucre ajouté dans à peu près tous les aliments, quand on voit la promotion qu'on en fait, l'accessibilité, et quand on voit les statistiques aussi qui malheureusement nous démontrent clairement que l'obésité prend de plus en plus de place dans notre société, je me dis : Comment aborder ces enjeux-là sans traumatiser notre monde puis aussi en réussissant à inverser la tendance?

**Mme Voyer (Corinne) :** Le problème de l'obésité, c'est qu'il est multifactoriel. Donc, il n'y aura pas de solution unique, c'est-à-dire il va y en avoir plusieurs, solutions. Et on le voit sur le terrain, il y a des groupes qui se mobilisent, qui font des actions, puis ce n'est pas suffisant. Ça doit aussi venir d'en haut, en parlant de l'État, en orientant des choix de société. Ça peut partir à l'école, en donnant plus de place à l'activité physique. Puis ce n'est pas parce qu'on coupe un peu dans les heures de français ou de mathématique qu'on va avoir des conséquences sur les résultats scolaires si on fait place à plus d'activité physique. Il y a des études qui ont démontré qu'on peut enlever un petit peu de matières scolaires, puis les résultats à terme vont être aussi bons, sinon meilleurs en remplaçant par de l'activité physique.

Mais là ça, ce n'est qu'un seul exemple, puis c'est un geste qui peut être posé, quand même, puis qui doit venir... qui doit commencer d'ici. Au niveau des boissons sucrées, c'est un fléau au Québec, au Canada, à travers le monde. On en consomme et on en surconsomme. C'est du sucre qui rentre instantanément dans l'organisme et qui crée énormément de dommages, et on n'a rien fait encore au Québec pour ralentir cette consommation-là. Et je vous annonce que, demain en France, ils vont interdire dans tous les restaurants les fontaines en libre-service. Donc, ça ne sera possible d'aller se remplir le mégaverre de Coke, deux, trois puis quatre fois, alors que c'est une pratique qu'on voit souvent chez les jeunes. Ça pourrait être des mesures qu'on pourrait avoir ici aussi, au Québec. Depuis longtemps, vous avez sûrement entendu parler de notre fameuse taxe sur les boissons sucrées. Je sais que ça demande du courage politique, mais il y a un appui social, c'est près de 80 % de la population qui l'appuie, si c'est réinvesti en prévention. Et, quand on parle de réinvestissement en prévention, bien, c'est là qu'on peut soutenir nos politiques alimentaires ou nos... faire plus de place à l'activité physique à l'école, puis que ce soit dans... pour le transport actif. Donc, ce sont ce type d'initiatives là qui vont faire en sorte qu'on va enfin renverser la tendance, mais là on le fait au compte-gouttes, avec très peu de moyens, et ça n'a pas les effets qu'on espère pour l'instant.

**Mme Morel (Anne-Marie) :** Oui, puis j'ajouterais... Si votre commentaire, c'est : Est-ce qu'on en fait assez?, bien, pas du tout. Au Québec, on n'en fait pas assez. Les écoles, c'est peut-être l'endroit où il y a le plus d'effort qui est fait sur le terrain, mais il en reste, des choses à faire. Puis vous nommiez les aménagements. Tout à fait. Même les services de garde, quand ils... ou les services de dîneurs, là, faire manger les élèves dans un endroit où ça fait tellement de bruit que vous aussi vous mangeriez en deux minutes puis vous courriez dehors. Donc, il y a toutes sortes de choses, dans nos écoles, qui sont à faire. Et puis ils le font déjà, mais ils ont besoin d'aide puis ils ne peuvent... On peut faire plus puis il faut faire plus partout.

**M. Cloutier :** Est-ce que vous suggérez une heure d'activité physique par jour? Est-ce que ça fait partie de vos...

**Mme Voyer (Corinne) :** Un minimum à l'école devrait être... Dans la journée, l'enfant devrait faire 60 à 90 minutes d'activité physique, par jour. Et l'école devrait offrir cette possibilité d'atteindre 60 minutes. Ça peut être découpé, là, ce n'est pas obligé d'être un bloc de 60 minutes, là.

**M. Cloutier :** Comme ça existe déjà dans certaines écoles du Québec. Il y a quand même des modèles à partir desquels on est capable de s'inspirer. Je pense à Pierre-De Coubertin, entre autres, où...

**Mme Voyer (Corinne) :** C'est un exemple souvent cité. Mais on peut le faire aussi juste en redonnant... que ce soit pour se rendre à pied à l'école, au primaire, que ce soit les cours de récréation, c'est toutes des minutes qui peuvent s'accumuler qu'on... souvent qu'on oublie que c'est possible, là. Puis, si on peut augmenter le cours d'éducation physique, c'est l'idéal, là. C'est là qu'on apprend à bouger puis à découvrir le plaisir d'être actif.

**M. Cloutier :** J'ai personnellement pris plusieurs fois position en faveur d'une réglementation pour l'accessibilité aux boissons sucrées. J'ai toujours trouvé que c'est une aberration de voir qu'il n'y a aucune réglementation, alors qu'à plusieurs autres endroits dans le monde on a décidé de bouger, justement, et d'agir pour encadrer. Il y a le cas de la France, notamment. De mémoire, il y avait le Danemark aussi. Est-ce que vous pouvez nous donner des indications un peu sur ce qui se fait ailleurs dans le monde pour l'accessibilité aux boissons à sucre ajouté?

**Mme Voyer (Corinne) :** Oui. Bien, il y a différentes taxes qui sont en vigueur à travers le monde. Il y a la France qui taxe depuis longtemps, le Mexique, certaines villes américaines comme Berkeley, qui sont des modèles intéressants, il y a l'Afrique du Sud. Bon, les exemples de taxes, ceux qu'on a plus documentés, il y en a d'autres, la liste, elle peut être assez longue. Au Danemark, ce n'était pas juste une taxe sur les boissons sucrées, c'était une taxe sur aussi les gras saturés. C'est souvent un milieu que l'industrie aime reprendre parce qu'elle a eu un échec, étant donné l'étendue de la taxe qui taxe tout plein de produits : des batteries, du beurre, des produits de base. Ce n'est pas juste les boissons sucrées. Donc, les gens sortaient du pays pour aller faire leur épicerie. Donc, ça, c'est un mauvais exemple. Mais, au Mexique, ça montre énormément de succès, puis à Berkeley aussi.

**Mme Morel (Anne-Marie) :** Puis ce qui est surtout important, en fait, c'est que, dans la plupart des cas, et c'est notre proposition aussi, ces taxes-là génèrent des revenus qui sont réinvestis en prévention. Donc, il y a des choses qui

peuvent paraître banales, mais, au Mexique, maintenant il y a des fontaines d'eau dans toutes les écoles, puis, au Québec, il n'y a pas des fontaines d'eau dans toutes les écoles, dans l'aire de repas. Donc, ça, c'est des choses qui sont perturbantes.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci. Il vous reste 2 min 30 s, M. le député de Lac-Saint-Jean.

**M. Cloutier :** Merci. Dans votre mémoire que vous nous présentez, vous parlez du marketing alimentaire de malbouffe à l'intérieur de nos écoles. Pouvez-vous peut-être nous partager un peu de quoi il s'agit?

**Mme Voyer (Corinne) :** Il y a du marketing alimentaire aussi à l'extérieur de l'école, qui va s'installer, que ce soient des dépanneurs ou des McDonald's qui vont afficher des rabais pour attirer les étudiants sur l'heure du midi. C'est extrêmement fort et puissant. On a déjà vu du marketing à l'intérieur des agendas des élèves, des coupons, des rabais pour aller s'acheter une frite, une poutine au coin.

À l'école, Anne-Marie, c'est notre spécialiste des politiques alimentaires.

**Mme Morel (Anne-Marie) :** Bien, il y a des concours, que vous avez peut-être vus passer dernièrement, là, dans le parascolaire aussi. Je ne nommerai pas les produits pour ne pas leur faire davantage de publicité, mais des barres de chocolat, des breuvages sucrés, donc toutes sortes de produits. Et, malgré qu'il y a une politique alimentaire en place, il semble que le parascolaire parfois a plus de facilité à échapper à la politique.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Il vous reste encore une minute, M. le député.

**M. Cloutier :** Je vous remercie. Alors, quelques suggestions. Fontaines d'eau dans les cafétérias, ça m'apparaît le strict minimum. Donc, vous me dites qu'il y a de la publicité qui se fait pour de la malbouffe dans les agendas des élèves dans certaines commissions scolaires. C'est ça que j'entends?

**Mme Voyer (Corinne) :** Il faudrait voir, là, je... Des fois, c'est des cas isolés d'écoles, mais, pour le parascolaire, c'est souvent à l'échelle du Québec, c'est un commanditaire qui s'associe avec des réseaux du sport et qui descend avec de la malbouffe. Ça fait que...

**Mme Morel (Anne-Marie) :** Puis c'est ça, les fontaines d'eau, vous avez nommé la cafétéria, en fait, il faut quand même savoir que, maintenant au primaire, la plupart des jeunes ne mangent plus dans des cafétérias. Les écoles n'ont plus nécessairement de cafétérias, il manque trop d'espace. Donc, c'est d'avoir accès à de l'eau, en fait, de valoriser ça, d'avoir accès dans les lieux de repas quels qu'ils soient, que ce soit la classe, que ce soit... et d'aménager les aires de repas aussi pour que ça soit convivial, et l'association québécoise des services de garde propose plusieurs éléments, entre autres, là, à ce niveau-là, donc d'améliorer nos aires de repas. Parce que, si on veut enseigner aux jeunes la relation saine avec la nourriture, l'aménagement y contribue, définitivement.

**M. Cloutier :** Merci. Sur l'affichage du sucre ajouté, il y a un débat au Canada par rapport aux États-Unis sur l'affichage réel. Avez-vous pris position là-dessus?

**Mme Voyer (Corinne) :** Oui. On est en faveur de ce qui est proposé par Santé Canada, de mettre au-devant des emballages les quantités de sucre qui dépassent 15 %. C'est un bon pas. Ce n'est pas parfait comme système, mais on a tellement de produits alimentaires qui souvent ne sont pas bons. Je peux prendre un exemple de biscuits au chocolat, qui va être une collation pour enfants, puis on va valoriser le fait qu'il y ait du fer dedans puis qu'il y ait zéro cholestérol, ça fait que le parent achète ça, pensant qu'il fait peut-être un bon choix, mais jamais on ne parle de la quantité de sucre qui est à l'intérieur, où on a... Puis là vous n'avez qu'à penser à vos céréales le matin, le nombre de logos qu'on retrouve sur ces produits-là pour essayer de vous vendre un produit santé, alors que, dans les faits, il est rempli de sucre ou de sel. Donc, c'est une bonne initiative.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci. On va passer du côté du deuxième groupe de l'opposition. M. le député de Chambly, vous disposez de six minutes.

• (15 h 20) •

**M. Roberge :** Merci beaucoup pour votre présentation. J'ai bien aimé à la page 7, vous parlez du fait que notre société a un environnement obésogène — je ne l'avais jamais, jamais entendu, mais quand même ça frappe — donc, des publicités, du sucre saupoudré un petit peu. Pensez-vous que, pour ne pas avoir un environnement obésogène, dans les écoles secondaires, il devrait systématiquement y avoir une cafétéria avec... pas seulement une salle de repas, mais avec une offre santé? Parce que je sais que, dans plusieurs localités, il y a des écoles secondaires où il n'y a pas du tout de cafétéria. Est-ce que c'est un facteur important pour vous?

**Mme Morel (Anne-Marie) :** Mais, en fait, au niveau de l'offre alimentaire, la fameuse politique-cadre Pour un virage santé — puis on vous promet qu'on va vous en reparler dans les prochains mois parce qu'elle fête ses 10 ans cette année — elle a fait faire d'immenses progrès. Donc, on a beaucoup amélioré les choses. Il y a des éléments qui sont restés problématiques, les fontaines d'eau en sont un. Mais il y a eu beaucoup de progrès. Donc, la qualité de l'offre alimentaire, nos écoles ont fait des très, très belles choses, peut-être pas partout, mais ça a beaucoup, beaucoup avancé. Donc, de ce point de vue là, on n'est pas inquiets.

Ce qui arrive, c'est la compétition aux abords des écoles qui parfois va venir nuire à cette politique-là. Et le lieu de repas, donc quand on mange, par exemple, dans la cafétéria, des grandes tables blanches, que les murs ne sont pas décorés, qu'il y a un bruit, un vacarme important, bien, on ne peut pas compétitionner avec le restaurant qui nous offre une banquette, un petit coin où je peux jaser tranquille avec mes copains, ou la possibilité de manger à l'extérieur, tout simplement dans la cour d'école, avec les amis, donc l'été, etc. Donc, il y a toutes sortes de moyens de rendre l'école plus attrayante pour que les jeunes consomment les aliments sains qu'on leur propose en ses murs.

**Mme Voyer (Corinne) :** Mais les nouvelles constructions d'école devraient toutes avoir une cafétéria avec la capacité de recevoir l'ensemble des élèves. Ce n'est pas normal que des élèves sont obligés de manger assis dans le corridor, devant leurs casiers, parce qu'ils ne peuvent pas s'asseoir à la cafétéria dans une nouvelle école. Ça, c'est une aberrance. Tout comme les plateaux sportifs. Tu ne peux pas avoir une école qui n'a pas suffisamment d'espace pour recevoir tous ses jeunes en activité physique. Il y a des cas où il y a des écoles qui n'ont pas l'espace suffisant, donc c'est autant... C'est plate parce qu'il y en a que c'est des écoles qui sont construites depuis longtemps, puis c'est difficile après ça de repenser l'aménagement, surtout s'il faut grossir. Dans le cas des nouvelles écoles, on est capables de faire quelque chose. On n'a pas droit à l'erreur, là. Maintenant qu'on sait qu'on peut protéger un environnement, qu'on peut construire adéquatement, c'est le temps de le faire. Tu sais, il ne faut pas se réveiller dans 10 ans puis dire : On a oublié, là.

**Mme Morel (Anne-Marie) :** Oui, puis rajouter, en fait, au niveau de l'obésité, non seulement c'est un grave problème, mais c'est un problème qui ne s'améliore pas, donc c'est juste important que vous le sachiez, donc que, chez l'adulte, récemment, les données nous montraient, ça continue de monter. Chez l'enfant, peut-être qu'on a réussi à freiner, mais on n'a pas réussi à descendre. Et puis l'obésité, elle a augmenté, elle a plus que doublé depuis 20 ans. Donc, il faut vraiment prendre les bouchées doubles.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Vous avez trois minutes, M. le député.

**M. Roberge :** À condition que ça soit une collation saine. Voilà.

Vous parliez des boissons sucrées, vous appelez ça carrément du sucre liquide. Moi, j'ai le goût de rappeler que les boissons, que j'appelle les boissons énérvantes, qu'ils vendent comme étant des boissons énérgisantes... Il n'y a pas d'énergie là-dedans, ça fait juste énérvier le mode, là. Donc, les fameuses boissons énérvantes sont aussi extrêmement sucrées, à part, là, d'avoir caféine, taurine et autres cochonneries. C'est bourré de sucre, ça.

**Mme Voyer (Corinne) :** Oui. C'est probablement les pires boissons sucrées sur le marché, parce que la caféine, ça a un goût amer, puis, pour que ça soit le fun à boire, bien, on ajoute du sucre. Ça fait que le format Monster, là, la boisson énérgisante type, c'est de 14 à 16 cuillerées à thé de sucre à l'intérieur. Ça fait que, quand tu as un rabais au dépanneur, deux pour 5 \$, pour un jeune, c'est super, là. Hein, j'ai mon 5 \$, j'ai deux boissons. Puis, une fois qu'elle est ouverte, ta canette, tu la bois au complet, tu ne la remets pas au frigidaire, parce qu'après ça elle ne pétille plus. Ça fait qu'on encourage une surconsommation, le marketing est extrêmement fort, extrêmement puissant. Donc, il faut qu'on vienne ralentir ou mettre des balises autour de l'industrie, un peu comme on l'a fait dans le tabac. Puis c'est ce qu'on vise avec nos politiques publiques, c'est d'aller vers de la réglementation autour du marketing.

**Mme Morel (Anne-Marie) :** Oui. Puis j'ajouterais, en fait, que les boissons sucrées, pour nous, ce n'est même pas un aliment, donc ça n'apporte rien, ça ne nourrit pas le corps d'aucune façon. Un gâteau, tu as au moins de la farine, peut-être quelques vitamines. Il n'y a rien du tout, dans la boisson sucrée. Et, chez les gens minces qui boivent beaucoup de boissons sucrées, on observe les effets qu'on vous parlait tout à l'heure, la résistance à l'insuline, le diabète, etc. Donc, même sans passer par une hausse de poids, ces produits-là ont des dommages, et c'est pour ça qu'on parle toujours des saines habitudes de vie, et non pas du poids, de l'IMC, et tout ça.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci. M. le député. Ah! oui, allez-y, madame.

**Mme Voyer (Corinne) :** J'allais dire : Ce n'est pas en étant plus actif qu'on va brûler notre Coke ou notre boisson énérgisante. Ça ne fonctionne pas aussi simplement que ça. Comme c'est un sucre qui rentre rapidement, c'est le foie qui vient tout le métaboliser et qui le stocke directement en graisse. Ça fait qu'il faut courir une mégashot pour pouvoir dire qu'on l'a brûlé, et, encore là, ce n'est pas un rapport... ce n'est pas une équation.

**Une voix : ...**

**Mme Voyer (Corinne) :** Ça ne répare pas les dents non plus, effectivement. On a un problème de carie dentaire aussi au Québec. Ce n'est pas notre expertise, mais il n'est pas à ignorer.

**M. Roberge :** On en a donc bien, des problèmes!

**Mme Voyer (Corinne) :** Oui, on est poqués.

**Mme Morel (Anne-Marie) :** ...tous autour de la même solution, c'est ce qui est formidable.

**M. Roberge :** C'est bon. Des bonnes habitudes de vie.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** En quelques secondes, M. le député.

**M. Roberge :** Oui. Je précise que, dans le dossier des fameuses boissons énergisantes, là, on a pris position, nous, de manière très claire, pour que ça soit carrément interdit de vente aux moins de 16 ans, parce qu'au-delà du sucre, là, il y a d'autres choses à l'intérieur qui sont très dommageables pour la santé puis qui ont même, dans certains cas, causé des graves problèmes, voire même des décès. Donc, je ne dis pas que c'est la solution à tout, mais des fois, quand on a l'information, il faut être capable de tracer la ligne puis de prendre des décisions.

**Mme Voyer (Corinne) :** Puis présentement, bien, il y a plusieurs villes au Québec qui interdisent la vente de boissons énergisantes dans leurs établissements, dans les lieux publics. Donc, les villes prennent des actions avec les pouvoirs qu'elles ont, mais c'est bien de pouvoir supporter nos villes quand elles décident d'aller au-devant sur des mesures de santé. Je vais prendre l'exemple de Côte-des-Neiges qui a décidé de prendre un règlement... de faire un règlement pour interdire les restaurants rapides autour de certains secteurs, qui sont aujourd'hui devant les tribunaux. Donc, c'est là qu'on va savoir jusqu'où la municipalité a le pouvoir d'agir. Nous, on croit qu'elle a, selon les avis juridiques qu'on a, tous les pouvoirs de le faire, mais parfois, des orientations gouvernementales pour soutenir les municipalités dans ce type de geste là, c'est bienvenu.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Alors, merci beaucoup, Mme Morel et Mme Voyer, pour votre contribution à la commission parlementaire.

Je suspends les travaux quelques instants afin de permettre aux représentants de la Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec de prendre place. Merci.

*(Suspension de la séance à 15 h 27)*

*(Reprise à 15 h 29)*

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Alors, je souhaite la bienvenue aux représentants de la Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec. Merci d'être parmi nous. Je vous rappelle que vous disposez de 10 minutes pour faire votre présentation, et par la suite on passera à une période d'échange entre les élus.

Alors, je vous demanderais de vous identifier ainsi que les gens qui vous accompagnent, et vous pouvez tout de suite passer à votre exposé. Alors, la parole est à vous.

#### Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FEEPEQ)

**M. Drapeau (Jean-Claude) :** Alors, je suis Jean-Claude Drapeau, enseignant en éducation physique à la retraite et président de la FEEPEQ.

**Mme Beaumont (Joanie) :** Bonjour. Joanie Beaumont. Donc, vice-présidente à la FEEPEQ au niveau de la pédagogie. Je suis enseignante en éducation physique au secondaire et conseillère pédagogique.

**M. Leriche (Jérôme) :** Bonjour. Jérôme Leriche. Moi, je suis enseignant au cégep de Sherbrooke. Je mène aussi des recherches sur les habitudes de vie des étudiants. Je suis un doctorant en éducation physique et je suis aussi professeur associé à la Faculté d'éducation physique de l'Université de Sherbrooke.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci et bienvenue. Alors, M. Drapeau, la parole est à vous.

• (15 h 30) •

**M. Drapeau (Jean-Claude) :** Alors, bien sûr, on veut vous remercier de nous accueillir aujourd'hui. C'est un sujet extrêmement délicat. C'est un sujet extrêmement délicat pour les jeunes. C'est un sujet extrêmement préoccupant pour nous comme professionnels. C'est quelque chose donc qu'il faut traiter avec beaucoup de sensibilité, nous en sommes conscients. Et la présentation de Mme la directrice générale du groupe ANEB à cet égard était très révélatrice de la sensibilité avec laquelle il faut traiter d'un tel sujet.

Comme petite mise en contexte rapide, je vous dirais : Les cours d'éducation physique sont obligatoires au Québec depuis une cinquantaine d'années du primaire au collégial. Comme discipline d'enseignement, on l'appelle Éducation physique et à la santé au primaire et au secondaire depuis le début des années 2000, moment où fut introduit le programme actuel de formation de l'école québécoise, PFEQ. Par contre au collégial, elle conserve la dénomination traditionnelle d'éducation physique.

Si on parle du PFEQ au primaire, secondaire, au collégial il est plutôt question du devis d'enseignement collégial en éducation physique. Comme vous le savez, l'enseignement en éducation physique et à la santé est sous la responsabilité du ministre Proulx, Sébastien, tandis que celui de l'éducation physique au collégial est sous la responsabilité de la ministre de l'Enseignement supérieur, Mme Hélène David, des choses que vous savez, mais, ce que je veux vous dire d'important

par rapport à ça, cette réalité politique, d'une certaine façon, est aussi un peu aussi symbolique du fait qu'on a de l'enseignement en éducation et en enseignement supérieur, et, à cet égard, la dimension de l'enseignement collégial va vous être présentée par mon collègue du collégial.

**M. Leriche (Jérôme) :** Oui. Donc, bien, merci de nous recevoir. Et je tiens à souligner et remercier les groupes qui sont passés avant, puisqu'ils ont tous souligné le travail qui est fait par les enseignants en éducation physique. C'est un son qui est très doux à nos oreilles, évidemment.

Donc, moi, je veux parler plus spécifiquement du collégial. Pourquoi? Parce que moi, je représente les collègues ici, là, donc on est 650 profs à peu près au collégial, en éducation physique. Et nous, on trouve, en fait, que, la cible, en essayant d'interdire la pesée, malheureusement, on ne met pas le doigt sur le bon problème, selon nous. Pourquoi? Parce que nous, on pense que l'utilisation de l'IMC — j'y reviendrai un petit peu tout à l'heure — ça peut être un élément qui peut être très important pour susciter de la réflexion chez nos étudiants. Et j'y reviendrai un petit peu plus tard. Et, dans nos devis, ce qui est très important, c'est que l'on nous demande... nos programmes nous demandent que l'étudiant analyse ses habitudes de vie et là où il en est quand il arrive dans nos cégeps. Et ce que l'on sait, c'est qu'au moment où ils arrivent dans nos cégeps, les étudiants, c'est souvent un moment où leurs habitudes de vie changent. Pourquoi? Ils quittent le milieu familial. Ils ont à prendre soin de leur santé, commencer à s'entraîner, et souvent c'est des gros changements, parce que c'étaient des responsabilités qui, des fois, étaient partagées avec la famille, et maintenant qui devient leur responsabilité. Et donc le fait d'avoir des bonnes habitudes de vie, ça risque de les suivre après ça tout au long de leur vie. Donc, c'est un moment qui nous semble vraiment déterminant de les sensibiliser sur des éléments qui sont en lien avec la santé et, selon nous, les éléments qui sont en lien avec l'IMC, et donc l'indice de masse corporelle, c'est pour travailler sur la composition corporelle, fait partie de l'équation, ce n'est en aucun cas au centre de nos préoccupations en éducation physique, mais ça fait partie de l'équation.

Nous, ce que l'on recommande cependant, et ça a été mentionné par les groupes précédents, c'est qu'évidemment... S'il y a une mesure qui est prise, on recommande qu'elle soit faite de façon volontaire chez un étudiant et que ce soit de façon confidentielle. La façon dont ça fonctionne fréquemment dans les cégeps, je vous le dis, c'est souvent, en fait : on a une fiche à remplir à la maison, et ce qui est important, c'est l'analyse que fait l'étudiant du résultat, et non pas le résultat en tant que tel. Donc, ce n'est pas de se placer dans une catégorie autre qui est important pour nous, mais c'est plutôt le regard que l'étudiant va porter. Et on regarde évidemment l'IMC, mais il va y avoir aussi, dans cette même fiche, une analyse sur l'alimentation, la gestion du stress, les boissons éternantes, comme disait monsieur tout à l'heure, toutes ces dépendances nuisibles qui peuvent contribuer ou non à avoir une bonne santé. Donc, on a vraiment un portrait qui est global.

Après, aussi, ce qui est important de mentionner, c'est que l'IMC a été peut-être un petit peu expliqué en disant que ça a ses limites, et c'est quelque chose que l'on explique. On est dans un lieu d'éducation, on explique ça très clairement à nos étudiants, que ce n'est pas parfait. On a deux mesures : le poids, la taille. Un étudiant qui est de petite taille avec une grosse masse musculaire pourrait être classé avec un excès de poids, alors que, finalement, il est en parfaite santé s'il s'entraîne. Donc, nous, on leur explique toutes ces nuances-là, à nos étudiants, et c'est au coeur, souvent, de plusieurs cours. Donc, on vient vraiment expliquer tous ces éléments-là.

Et par ailleurs l'IMC, c'est quand même une donnée qui est recommandée par l'Organisation mondiale de la santé, par Santé Canada. Et récemment je faisais une recherche scientifique, là, en 2016, dans la revue *The Lancet*, ça a été fait sur 10 millions de personnes, ça, c'était un gros échantillon, et il y a une association entre l'IMC et plusieurs maladies chroniques, dont notamment le diabète de type 2, les maladies cardiovasculaires, troubles musculo-squelettiques, certains types de cancer, etc.

Donc, nous, quand on a à faire de la sensibilisation au niveau de la santé, enlever une donnée comme l'IMC, on pense que c'est enlever dans le portrait une donnée objective pour que l'étudiant ait une réflexion de risques potentiels pour sa santé. Donc, nous, on trouve que c'est quand même important.

Par ailleurs, sur certaines problématiques, on est allés consulter, nous aussi, un pédiatre, le Dr Livermoche — et ça a été mentionné par le pédiatre qui était là précédemment, aussi — qui a identifié très clairement qu'une pesée individuelle ne peut pas être la cause de troubles alimentaires. On nous l'a bien présenté, c'est multifactoriel, et donc c'est beaucoup plus complexe.

Et, nous, ce que l'on demande au début à chaque étudiant, quand il rentre dans nos cours, c'est de savoir : Est-ce que vous avez une problématique ou un trouble par rapport à une des thématiques qui va être traitée dans le cours? Et c'est déjà arrivé — j'en ai parlé avec des collègues — qu'un étudiant nous dise : Je ne suis pas à l'aise avec le fait de me peser parce que... pour toutes sortes de raisons. Ça me crée une anxiété. Et, à ce moment-là, on va travailler sur les autres habitudes de vie. On est des professionnels, on est capables de s'adapter à cette réalité-là et avoir cette sensibilité-là. On travaille avec l'image corporelle, nous, c'est... On est les seuls à s'attarder au corps et à son développement, hein, dans le cursus scolaire, donc on est très sensibles à cet élément. Et ce serait évidemment contre-productif si on amenait chez eux un trouble, alors que ce que l'on veut, c'est développer chez eux de bonnes habitudes de vie et de la santé.

Donc, moi, je vais laisser... Pour conclure un petit peu, vous devez vous imaginer où je loge au collégial. Mais je vais laisser M. Drapeau finir.

**M. Drapeau (Jean-Claude) :** Donc, moi, je vais vous présenter simplement nos propositions, avec une petite introduction qui dit que la FEEPEQ réaffirme qu'elle partage et qu'elle promeut les valeurs de diversité corporelle et d'image corporelle positive, dans l'esprit de ce que Jérôme disait tout à l'heure. Nous, c'est ça, notre objectif, de permettre à l'individu, à partir de son corps, de développer une image de lui-même qui est positive, puis ça s'inscrit dans l'esprit de la charte québécoise, selon nous, pour une image corporelle saine et diversifiée.

Comme propositions, d'entrée de jeu, je vais vous dire qu'au primaire et au secondaire la FEEPEQ n'encourage pas la pesée dans le cadre des cours d'éducation physique et à la santé. Au collégial, par contre, on souhaite le maintien des mesures anthropométriques, sur une base volontaire et confidentielle, comme moyen d'éducation, dans l'esprit de ce que le collègue Jérôme vient de vous expliquer. Mais, plus important que ces deux propositions-là, nous sommes très conscients qu'il y a lieu, à partir de cette commission parlementaire ci, de pouvoir ouvrir un chantier entre partenaires de l'école et du domaine de la santé pour approfondir ensemble comment on peut mieux être complémentaires en lien avec la dimension des saines habitudes de vie et les problématiques que ça soulève. Parce que, là, on parle du poids, mais on parle de d'autres habitudes de vie également, et, à cet égard-là, il faut qu'on soit capables de se donner une vision d'ensemble.

Et il y a beaucoup d'expertises au Québec maintenant. Moi, j'ai connu une période qui était... il n'y avait que les profs d'éducation physique. On portait tout sur nos épaules. Aujourd'hui, on est... «Et à la santé», donc il faut nécessairement qu'on collabore avec les gens du domaine de la santé, et il y a du maillage à faire. Et ça implique nécessairement les parents, parce qu'ils deviennent les personnes clés pour accompagner leurs jeunes, et moins jeunes par la suite. C'est l'esprit de nos propositions également.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci beaucoup, M. Drapeau. Alors, on va passer à la période d'échange, et je cède la parole à M. le député de Chapleau.

**M. Carrière :** Merci, Mme la Présidente. Donc, M. Leriche, Mme Beaumont, M. Drapeau, c'est un plaisir, merci d'être ici. C'est toujours un plaisir de vous retrouver. J'ai eu le bonheur d'être avec vous ce printemps... cet automne à votre assemblée annuelle, là, à l'UQTR, et on peut voir l'engouement et le dynamisme que vous avez à toujours améliorer et aider, là, nos jeunes à avoir de bonnes habitudes de vie, d'être actifs, et j'ai vraiment apprécié ces moments-là. Et je ne sais pas qui l'a dit tantôt, mais on a souvent à l'école des souvenirs de professeurs qui nous ont marqués, et souvent c'est des éducateurs physiques, c'est des professeurs d'éducation physique, et c'est mon cas aussi. Donc, merci d'être là. C'est important de vous entendre.

Vous avez parlé d'un chantier de travail, de mettre l'école, le domaine de la santé. Je vais peut-être vous viser un peu plus, M. Drapeau, parce que vous avez peut-être un peu plus... vous l'avez dit, 45 ans comme professeur. Est-ce que vous avez remarqué... et poser la question, c'est y répondre, là, mais, au fil du temps, que les jeunes sont de moins en moins actifs et que souvent c'est seulement le cours d'éducation physique, le moment où les jeunes, ils font de l'activité physique, dans beaucoup de cas? Un, j'aimerais ça vous entendre là-dessus. Et comment vous voyez qu'on pourrait mieux atteindre les parents? Parce que vous en avez parlé également, là, des parents, le rôle que les parents ont à jouer à cet effet-là.

• (15 h 40) •

**M. Drapeau (Jean-Claude) :** Oui. Alors, effectivement, il y a eu une évolution, dans la société, qui est évidente et qu'on ne peut pas nier, que moi, j'aime bien appeler l'augmentation de la sédentarité, et les effets qu'elle génère. Et c'est d'eux qu'on peut faire des constats, notamment en regard de nos habitudes de vie, la qualité de vie qu'on peut avoir aujourd'hui, la pression que les parents ont avec leurs réalités de vie familiale et de travail, et tout ce qu'il y a autour qui vient nous bombarder. Puis, à cet égard-là, tout à l'heure, tout à fait paradoxalement, j'avais un écran d'ordinateur devant moi. Mais c'est la seule fois que vous me verrez avec parce que j'ai refusé d'être de cette... Mais je suis vieux, j'ai donc l'excuse. Mais on se fait bombarder, donc.

Et, à cet égard-là, oui, il y a que c'est beaucoup plus difficile d'avoir cet équilibre nécessaire pour avoir les bonnes habitudes de vie et cette vie équilibrée qu'on souhaite avoir. Et le cours d'éduc devient important. Et, à cet égard, sur le temps des cours d'éducation physique, ce n'est pas le moment aujourd'hui, mais c'est sûr qu'il faut augmenter le temps de pratique de l'activité physique dans l'école. Et on travaille actuellement avec les directions appropriées du ministère et de la direction des sports dans cette orientation-là. Mais il va falloir aussi considérer le temps des cours d'éducation physique. Mais c'est pour une autre fois.

**M. Leriche (Jérôme) :** Peut-être en complément aussi, quand M. Drapeau mentionne qu'on est bombardés d'information, c'est le cas de nos étudiants particulièrement au collégial. Et nous, on fait de l'éducation, donc, sur l'information qui touche, on l'a mentionné tout à l'heure, tous les régimes miracles... Toutes les façons de perdre du poids rapidement et qui peuvent être vraiment très dommageables pour la santé, bien, c'est abordé dans les cours, et on essaie d'expliquer en quoi c'est problématique. Donc, on est vraiment, nous, un partenaire avec le milieu de la santé.

Souvent, on est en prévention. Pourquoi? Parce que, nos étudiants, monsieur... le pédiatre, tout à l'heure, le disait, nous, on les voit pendant... au collégial, là, on les voit pendant 15 semaines. Donc, on développe une confiance avec eux, on développe une communication, aussi, qui est intéressante avec eux, et on peut partager de l'information et leur expliquer des choses qui ne sont peut-être pas nécessairement claires dans les médias ou dans les informations qu'ils retrouvent sur des composantes de la santé. Donc, on fait vraiment de l'éducation, là.

**M. Carrière :** Merci beaucoup. On s'en est parlé à quelques reprises, M. Drapeau, on a souvent tendance à... tu sais, l'élite, les gens qui sont dans le sport-études, dans le RSEQ, etc., ils sont naturellement ou, en tout cas, très, très actifs. Mais il y a une clientèle qui l'est beaucoup moins, active. Et c'est pour ça que je vous parlais de comment on peut accroître le rôle familial à cet effet-là. Et je disais que le cours d'éducation physique, c'est souvent la seule fois où les jeunes sont actifs.

Donc, comment on pourrait... Je reviens à ma question sur la famille, parce que vous ne l'avez pas abordée, là. Comment, selon vous, on pourrait impliquer... et donner plus d'informations, également, aux parents pour aider les jeunes à

être plus actifs? Quand nous, on était jeunes, là, et ça recule, dans mon cas, plusieurs années aussi, bien, tu sais, on avait une patinoire dehors, à l'extérieur. Premièrement, il fallait la pelleter. Deuxièmement, on mettait nos patins dans le banc de neige, puis, qu'il fasse moins 25°, moins 30°, nos parents disaient : Allez jouer dehors. Mais ça, on le voit de moins en moins. Donc, comment on peut renverser la tendance?

**M. Drapeau (Jean-Claude) :** Oui. Alors là, d'abord, on ne peut pas faire ça tout seuls, juste avec les cours d'éducation physique puis juste les profs d'éducation physique dans l'école. On ne peut faire ça tout seuls. On a besoin d'un travail d'équipe-école dans l'école. On a besoin d'un travail de l'école avec la communauté, avec la municipalité pour avoir accès à des parcs, à des piscines qu'on n'a pas, par exemple, au primaire, dans nos écoles, pour avoir accès à des facilités de plein-air qu'on n'a pas nécessairement dans notre environnement immédiat de l'école. On a besoin d'une vision globale. Et, pour avoir cette vision globale là, il faut être en mesure de se la donner au plan national, être capables de se la donner sur l'ampleur du Québec, puis d'essayer, avec les leaders, de développer ces éléments-là.

Je vous donne un autre... deux exemples concrets. Un premier exemple concret, ça prend donc le maillage, le partenariat, je vais vous parler du Grand Défi Pierre-Lavoie, nécessairement, puis des cubes énergie, où là, en quelque part, on a un levier potentiel. Et, nécessairement, dans ce levier-là, nous, les profs d'éducation physique, avec d'autres partenaires dans l'école, le jour où on est en mesure de mieux... d'avoir du temps pour se parler dans l'école, pour qu'il y ait une vie d'école... d'équipe-école, pardon... Parce que c'est ça, le problème. On enseigne, on enseigne, on enseigne. On prépare nos cours. On rencontre des étudiants. Mais il ne reste pas de temps suffisamment de qualité pour le maillage de l'équipe-école entre elle, les directions d'école faire le travail de leader avec l'équipe-école. Et, quand c'est réussi, c'est souvent parce que c'est fait sur le bras des gens, volontairement, parce qu'ils ont la passion. Mais ça, ça fait partie des conditions gagnantes.

Et, pour rejoindre les parents plus concrètement, il faut qu'à partir... Il y a une idée, tantôt, qui a été amenée, quand le médecin disait : On ne suit pas les courbes de croissance, et des choses de même, puis on parlait de Pierre Lavoie qui est contre l'évaluation. Mais on pourrait se dire aussi : On pourrait regarder des outils qui font que, le jeune, ça le suit, ça lui appartient personnellement, mais qui lui permet d'être en relation avec... à partir de ce qu'il fait dans ses cours d'éducation physique puis en activité physique dans l'école, puis que ça lui permet d'être en relation avec le parent, puis, quand le parent vient à la rencontre de parents, bien, il est en... de parents avec les profs, dont les profs d'éducation physique, il a de quoi entre les mains pour jaser avec le prof. Il y a comme du maillage comme ça qu'il faut considérer. Puis il y a toute la question des environnements favorables, mais ça, c'est un autre débat aussi.

**M. Leriche (Jérôme) :** Et peut-être mentionner aussi, c'est que nous, on observe de très grandes inégalités entre nos étudiants par rapport à l'expérience dans l'activité physique. Pourquoi? Parce que certains arrivent, dans leurs familles, ils ont une grande culture sportive, tout le monde valorise de faire de l'activité physique. Et puis il y a des personnes chez qui... au contraire, ils n'en font jamais, notamment avec certaines... Des fois, les nouveaux arrivants, on a des problèmes de culture aussi par rapport à des sports qui n'ont jamais été pratiqués. Donc, il faut qu'on fasse une initiation à différentes activités. Et donc ça, ça fait partie de notre rôle là-dessus.

Et, pour revenir à la pétition, c'est exactement la même chose au niveau de l'image corporelle. On a certains milieux familiaux qui, sans doute, valorisent une image saine, etc., ils ont beaucoup de nuances par rapport à ça. Et peut-être que, dans certains milieux, par contre, bien, les parents, peut-être, sont peut-être un peu moins délicats. Et nous, c'est notre rôle... En éducation physique, on a tous les élèves, là, quel que soit leur niveau social, économique, c'est obligatoire, le cours d'éducation physique, et donc on peut apporter un message et nuancer certaines choses qui, peut-être, sont moins valorisées dans certaines familles. Donc, moi, je trouve qu'au niveau... comme outil démocratique, là, pour faire de la sensibilisation au niveau de la santé et des habitudes de vie, c'est un outil qui est assez puissant et pertinent, là.

**Une voix : ...**

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Oui? Alors, M. le député de Chapleau, ça va pour vous?

**M. Carrière :** Oui. Je reviendrai s'il y a du temps.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Alors, M. le député de D'Arcy-McGee, il vous reste sept minutes.

**M. Birnbaum :** Merci, Mme la Présidente. Merci, M. Drapeau, M. Leriche, Mme Beaumont, pour votre exposé.

Il me semble qu'il y a, en quelque part, déjà, avec les trois groupes qui ont fait leur présentation, et probablement avec les deux qui s'en viennent, un consensus qui se dégage un petit peu sur notre question de base, la pesée et la prise des mesures IMC, surtout quand on parle au primaire et secondaire. Là, vous ajoutez une nuance, une différence quand on parle du cégep, avec des conditions très claires : que ça soit confidentiel et sur une base volontaire. Mais en même temps on a une opinion divergente des deux premiers groupes, et probablement des deux qui vont vous suivre. En même temps, je trouve ça très important que vous confirmiez quelque chose que je soupçonnais — nous tous, peut-être — qu'il y a un rôle clé, un rôle primordial que les profs d'éducation physique ont à jouer en accompagnant chaque individu, peu importe ses potentiels, ses problèmes physiques. Et moi, je veux m'assurer qu'on trouve une façon de maximiser et de sauvegarder ce rôle, en même temps.

Donc, je vous invite de parler de cette distinction-là et de nous expliquer comment, dans votre... pour maximiser votre rôle d'accompagnement, c'est important que ces mesures soient prises au niveau cégep, avec les conditions. Est-ce que c'est vraiment nécessaire pour que vous jouiez votre plein rôle?

**M. Leriche (Jérôme) :** Mais, écoutez, la façon dont sont écrits nos devis ministériels, donc ce que l'on doit faire, là, c'est : établir des relations — je les ai sous les yeux — entre ses habitudes de vie et sa santé, et, parmi les éléments qu'on nous demande, c'est de faire... — attendez un petit peu — utilisation appropriée de stratégies d'évaluation quantitative et qualitative sur le plan physique. Donc, quand on lit ce libellé-là, quand on demande de faire une évaluation quantitative et qualitative sur le plan physique, vous comprendrez qu'on peut faire l'interprétation que la pesée s'inscrit dans cette donnée-là.

Évidemment, encore une fois, on fait avec les nuances : que ce soit volontaire, etc. Et, nous, ce qui est important, c'est pour susciter une réflexion, encore une fois. Et souvent on le voit du côté négatif en disant : On va créer chez quelqu'un un inconfort. Mais l'effet inverse peut aussi se produire, et c'est arrivé dans plusieurs de... chez nos étudiants, quelqu'un qui était insatisfait de son poids, de son image corporelle et qui, finalement, après... faire une analyse de son portrait de santé global sur tous les différents facteurs, se rend compte que, finalement, eh bien, il est tout à fait en parfaite santé. Et donc, finalement, on se rend compte qu'on vient, chez lui, enlever un stress ou une inquiétude par rapport à ça.

Et par ailleurs, l'IMC que l'on utilise, là, on le sait que, chez les jeunes, c'est peut-être, en effet, beaucoup plus questionné, mais, quand on arrive à l'âge adulte, ça se stabilise beaucoup, là. Puis, quand on parlait des pourcentages d'erreurs, là, nous, de toute façon, on ne porte pas un diagnostic, on ne dit pas : Tu as un risque pour ta santé. Ce que l'on dit, c'est : Attention, on va analyser toute une série de données dont fait partie l'IMC, et toi, comme étudiant, tu dois porter un regard et une analyse là-dessus. Donc, on veut être sûrs que l'étudiant, il a bien compris la démarche. On ne lui demande pas de transformer son poids corporel pendant une session. On ne le pèse pas avant, après en disant : Tu dois perdre tant de kilos. Ce n'est pas ça, notre travail et notre rôle. Nous, ce que l'on fait, c'est de la sensibilisation et de l'éducation. Si on enlève cette donnée-là, moi, je pense que ce que l'on va faire, c'est qu'on va écarter de la réflexion ces enjeux-là, et malheureusement ce que l'on va faire, toute la dimension de sensibilisation, eh bien... Ou ça va devenir un sujet peut-être qui va être tabou, et à ce moment-là on ne pourra pas l'aborder, alors que, là, on a un espace de discussion avec des données objectives et avec des personnes compétentes, et malheureusement on perdrait, bien, le rôle d'éducation qui est le rôle de l'éducation physique.

• (15 h 50) •

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Il reste encore trois minutes, M. le député.

**M. Birnbaum :** Une petite supplémentaire. Est-ce que vous êtes satisfaits et confiants que la formation de vos membres, leur sensibilisation aux enjeux très, très délicats dont on parle est au rendez-vous pour assurer que vous pouvez vous prévaloir de ces renseignements de façon responsable et aidante?

**Mme Beaumont (Joanie) :** Bien, à propos de la formation et de l'accompagnement, justement, des enseignants, comme on l'a dit tout à l'heure, au début des années 2000, donc, en éducation physique et à la santé, pour le primaire et le secondaire, hein, c'est arrivé, je vous dirais qu'il y a eu beaucoup d'accompagnement en ce qui concerne le primaire, on a vraiment soutenu les pratiques, etc., puis, au secondaire, bien là, on n'a peut-être pas suffisamment accompagné les enseignants.

Je m'explique. Le programme est arrivé en 2006. Par la suite, on a eu la progression des apprentissages, qui venait spécifier un peu plus les éléments de contenu. Donc, on a trois compétences en éducation physique, donc : agir dans divers contextes de pratique d'activité physique, interagir — donc, on rentre en relation — et adopter un mode de vie sain et actif. Donc, c'est les trois compétences du programme qui venait de prendre forme.

Puis la progression des apprentissages en fonction du niveau d'âge de l'élève est arrivée en 2010. Puis, en 2011, on est arrivé avec le cadre d'évaluation. Le cadre d'évaluation, celui-là, on a trois critères qui se placent pour l'ensemble des compétences, qui sont les mêmes. Je vais faire un petit récapitulatif, là, ça va être assez simple, donc : cohérence de la planification — est-ce que je suis capable de faire un plan dans ces trois compétences-là puis de le maintenir? — ensuite, exécution d'un plan d'action, et un retour réflexif.

Pourquoi ces trois éléments de critères là? C'est qu'on ne veut pas seulement que l'élève bouge, on veut qu'il apprenne, et, si on veut qu'il apprenne, il faut mettre l'accent sur le processus. Donc, on veut qu'il entre en démarche, donc qu'on soit en agir, donc on parle d'activités cycliques : la course, le vélo, le ski de fond. Les activités d'adresse, on pourrait avoir les sauts. Activités technico-artistiques, on parlerait, exemple, de jonglerie, gymnastique, etc. Donc, ça, c'est vraiment l'agir. Est-ce que l'élève est capable de créer une routine, par exemple, de l'exécuter adéquatement puis de venir ensuite porter un jugement? Est-ce que j'ai fait le bon choix en fonction de mes réelles capacités? Et c'est la même chose qu'on souhaite développer chez les élèves dans la compétence 3. Donc, on veut outiller le mieux possible l'élève en fonction de sa santé puis de son bien-être. Et, pour ça, bien, on a des éléments de contenu qui sont très spécifiques. Donc, on a la pratique régulière d'activité physique, on a la pratique sécuritaire, la gestion du stress, le sommeil. Donc, c'est tous des éléments de contenu qui sont intégrés dans le programme de formation puis dans la progression des apprentissages.

Tout ça étant dit, c'est un long préambule, dans l'accompagnement des enseignants, ce serait faux de dire que toutes les pratiques sont exceptionnelles. Pourquoi? Malheureusement, premièrement, certains enseignants qui ont été formés bien avant ce programme-là n'ont peut-être pas eu assez de soutien dans le développement de «à la santé», donc premièrement. Maintenant, effectivement, la formation initiale offre des cours pour les enseignants en éducation physique concernant la compétence 3 : adopter un mode de vie sain et actif. Puis, dans un autre temps, dans plusieurs commissions scolaires au Québec, malheureusement on n'a pas l'accent qui est mis sur l'accompagnement puis le développement professionnel.

Donc, une chose qui est certaine en éducation, dans plusieurs choses en politique, c'est que ça va changer. Mais, si on veut accompagner ce changement-là, quelles sont les mesures réelles qu'on met en place, les modalités, le temps de concertation? On veut avoir des actions concertées, certes, mais il faut mettre les moyens qu'il faut pour que ça fonctionne.



Donc, je pense que, oui, effectivement, les enseignants en éducation physique veulent avoir les meilleures pratiques possible, mais il faut leur donner cette occasion-là, donc par l'entremise de la formation continue, de l'accompagnement professionnel, les questionner sur les réflexions, travailler avec des partenaires externes. C'est primordial, évidemment, si on veut adopter un mode de vie sain et actif. Voilà.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci beaucoup. On va passer du côté de l'opposition officielle, et je cède la parole à M. le député de Lac-Saint-Jean pour 10 minutes.

**M. Cloutier :** Merci. Alors, c'est très instructif, vos interventions. Moi, j'en apprend beaucoup. Est-ce que vous avez l'impression que... À l'intérieur des délais qu'ils vous ont donnés, est-ce que vous réussissez suffisamment... est-ce que vous voyez vos étudiants suffisamment de fois? Est-ce que vous avez l'impression que vous réussissez à mettre en oeuvre le programme qui vous est demandé? Est-ce que vous trouvez que nos élèves bougent suffisamment dans vos classes? Parlez-nous un peu de la présence d'activités physique, particulièrement primaire, secondaire.

**Mme Beaumont (Joanie) :** Bien — Jean-Claude, si tu me permets — comme on a dit tout à l'heure, je ne pense pas que c'est l'objet du débat non plus de dire : Bon, parlons du temps d'activité physique et de l'éducation physique. Concrètement, au secondaire particulièrement, là, on parle d'une fois 75 minutes par semaine en éducation physique et à la santé. Alors, ça, c'est la réalité. Un enseignant d'éducation physique a une tâche pleine, on parle d'entre 10 et 13 groupes, dans une école, avoisinant 30 à 34... parce que malheureusement il y a parfois des dépassements dans les ratios, là, donc à 34 élèves. Alors, je ne vous ferai pas du calcul mathématique cet après-midi, mais vous voyez que ça fait beaucoup, beaucoup d'élèves et peu de temps pour qu'on puisse développer effectivement l'ensemble.

Mais c'est sûr que l'intérêt, c'est de développer parmi les trois compétences, hein? Donc, mon travail aussi, comme conseillère pédagogique, c'est d'aider les enseignants à comment on structure justement ce temps-là, donc, pour s'assurer que ce soit un temps de qualité, qu'on puisse voir l'ensemble des contenus en fonction du groupe d'âge des élèves. Je ne sais pas si ça répond à votre question, mais, oui, effectivement, avec plus de temps on ferait mieux.

**M. Cloutier :** Oui. Donc, 300 élèves, 75 minutes par semaine. O.K. Je trouvais vos objectifs, tout à l'heure, tout à fait nobles et inspirants, mais en même temps je me questionne sur la capacité réelle de passer... ou d'atteindre ces objectifs par rapport aux plages horaires que vous avez. J'imagine... Vous avez dit tout à l'heure : On n'est peut-être pas dans le cadre de réclamer davantage de temps, là. Mais je me souviens de vous par contre en commission parlementaire, vous étiez venus réclamer davantage d'espace pour l'activité physique. Moi, je pense que la commission parlementaire d'aujourd'hui s'inscrit quand même dans un cadre plus large et général. Alors, vous pouvez peut-être nous partager vos... nous rappeler peut-être vos revendications par rapport à la place de l'activité physique.

**M. Drapeau (Jean-Claude) :** Oui. Alors, oui, nécessairement, ça fait partie de... quand on veut regarder dans un ensemble, les choses qu'on peut faire pour, notamment au secondaire, être capables de mieux rejoindre les parents. Puis, toucher les jeunes, là où c'est le plus difficile, le plus délicat, dans tout le cursus scolaire des jeunes, du primaire au collégial, à l'université, c'est carrément au secondaire. Et, quand on regarde la courbe du temps d'éducation physique et de pratique d'activité physique par les jeunes en dehors des cours d'éducation physique, c'est au secondaire que le trou arrive. Puis, même, je trouve, Joanie, qu'elle est généreuse en disant 75 minutes, parce que c'est 150 minutes sur neuf jours, mais, s'il y a une tempête, s'il y a une journée pédagogique, alors il peut y arriver des laps que ça prend une fois aux trois semaines pour rencontrer le jeune. Donc, si on regarde cette réalité-là, particulièrement au secondaire, on a de la difficulté.

Mais on a de la difficulté prise globalement dans le système, et c'est la raison pour laquelle je vous dis : Ça, il faudra qu'on s'en reparle plus globalement, mais dans un comité qui regarderait c'est quoi, toute la question de la diversité corporelle, de l'image corporelle positive saine. Là, on place des choses dans une vision d'ensemble, c'est quoi, être «et à la santé», en éducation physique au primaire, au secondaire, au collégial. Là, on vient se placer une perspective qui nous donne une vision d'ensemble. On ne veut pas regarder ça à la pièce. Je vais laisser aller Jérôme.

**M. Leriche (Jérôme) :** Bien, peut-être pour vous donner une donnée un peu plus précise, dans les recherches que j'ai menées, moi, notamment au collégial, auprès d'à peu près 2 000 étudiants, on avait une fille sur deux qui déclarait faire moins de 10 minutes d'activité physique par semaine — donc, quand on sait... quand on déclare, d'habitude on en met un petit peu plus, hein? — donc moins de 10 minutes d'activité physique par semaine, et on avait à peu près 75 %, autour de là, là, des étudiants qui ne respectaient pas les recommandations mondiales de la santé. Donc, vous comprenez qu'on est dans des éléments où, si on a affaire de changer des comportements, il faut nous donner des moyens. Actuellement, on aurait besoin de plus d'heures, oui.

• (16 heures) •

**Mme Beaumont (Joanie) :** Juste pour terminer ce que M. Roberge disait tout à l'heure aussi, c'est qu'on a le privilège, en fait, d'avoir cet aspect longitudinal avec nos élèves, donc autant du primaire qu'au collégial, puis on a un lien privilégié. Pourquoi? Parce que c'est la seule discipline où on fait l'école autrement, on est dans un autre contexte, on a la chance d'avoir un lien privilégié particulier d'échange. Hein, on n'est pas dans une salle de classe où on est derrière un bureau. Non, on est en relation, on veut travailler l'estime de soi, la réflexion. Donc, je pense que c'est une discipline, hein, on fait partie du développement d'apprentissages, du développement personnel, donc il faut en tenir compte, nécessairement.

**M. Cloutier :** Vous avez fait référence tout à l'heure aux connaissances externes puis les nécessités de travailler avec les autres professionnels pour offrir des services complémentaires. Est-ce que ça, c'est réglementé? Est-ce que

c'est prévu par le régime pédagogique? Est-ce que c'est facile d'amener, je ne sais pas, moi, un physiothérapeute à l'intérieur de vos classes? Comment ça fonctionne?

**M. Leriche (Jérôme) :** Peut-être, au niveau collégial, je vous dirais que, dans les dernières années, on a vu malheureusement les... C'est des ressources souvent qui sont pour les étudiants, hein? Et les ressources, avec les baisses de budget que l'on a connues dans les cégeps, malheureusement, c'est souvent ces services-là qui ont disparu, donc, des fois, les nutritionnistes, les infirmières dans nos cégeps. Et pourtant, dans les cours d'éducation physique, quand on parle notamment des données de la santé ou l'IMC, qu'on voit qu'il y a une problématique qui apparaît, de troubles alimentaires, bien, nous, on est là pour guider l'étudiant vers des ressources. Donc, on est vraiment en première ligne pour les aider là-dessus et, en effet... Mais il n'y a pas, à ma connaissance, de réglementation particulière là-dessus, c'est souvent une liberté de l'enseignant et selon les ressources disponibles, hein? Parce qu'évidemment on n'a pas tous... les cégeps ne sont pas tous de la même taille. Donc, on a des ressources qui sont diverses, les collèges aussi. Donc, c'est selon les ressources.

**Mme Beaumont (Joanie) :** Au primaire et au secondaire... C'est sûr que, dans les commissions scolaires, là, souvent il y a deux entités aussi, là, qui viennent aider. Donc, il y a les services de ressources éducatives, puis on a les services d'éducation particuliers, complémentaires. Donc, ces gens-là, parfois, ont aussi... C'est très variable dans plusieurs commissions scolaires, mais, bon, oui, nutritionniste... On a aussi des partenariats avec les CIUSSS, dans certaines commissions scolaires. Donc, oui, il y a déjà certains liens qui sont tissés, mais je pense que ça émerge beaucoup des milieux en particulier. Donc, en fonction des clientèles, en fonction des gens en place, donc, quelles sont les priorités? Alors, je pense que c'est à géométrie variable.

**M. Cloutier :** Mais, justement, est-ce qu'on n'est pas rendus là, il me semble, aujourd'hui, à utiliser ou à offrir des services complémentaires, surtout dans le domaine de la santé? Il me semble que poser la question, c'est d'y répondre, là. Et, si on veut se donner le défi d'avoir la nation la plus en forme au Québec, encore faut-il que les heures soient appropriées, la connaissance soit partagée et soit enseignée. Et je pense que les éducateurs physiques, vous allez vous retrouver au centre d'une telle vision gouvernementale.

**M. Drapeau (Jean-Claude) :** Oui. À cet égard-là, cette vision d'ensemble là est structurée nationalement comme organisation avec une vision gouvernementale, politique, puis des moyens qui partent d'en haut pour favoriser qu'en bas c'est plus facile. Ça la prend, cette orientation-là.

**M. Cloutier :** On change de philosophie aussi. Tu sais, assurer des saines habitudes de vie au primaire, au secondaire, au collégial, c'est aussi miser sur la prévention. C'est comme si la prévention, c'était une équation du raisonnement qui... en tout cas, certainement manquée par le passé, ça m'apparaît plus qu'évident. Puis, quand on se questionne de savoir comment offrir des soins de santé de qualité aux Québécois, il me semble que ça passe, entre autres et principalement, je dirais, certainement pour l'avenir... Puis, quand on regarde la courbe des finances publiques du Québec, ça va exploser, là, les soins en santé vont exploser. Que ce soit n'importe quel gouvernement, là, quand on regarde les prévisions budgétaires du système de santé, ça fait peur. Alors, ça passe... À mon point de vue, si on réussissait, comme société, vraiment un virage de prévention en santé, de saines habitudes de vie par nos écoles, par nos éducateurs physiques entre autres, parce qu'à mon point de vue vous allez vous retrouver au cœur de ça, il me semble qu'on ferait un pas de géant comme société, non seulement pour le bien-être de nos jeunes puis de la société, mais aussi pour les finances publiques du Québec. C'est un éditorial. Voilà. Merci.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Ça va? Oui? Alors, merci. On va passer du côté du deuxième groupe de l'opposition. Je cède la parole à M. le député de Chambly pour environ six minutes.

**M. Roberge :** Merci beaucoup, Mme la Présidente. M. Leriche, vous avez défendu avec beaucoup d'énergie, d'éloquence, tout à l'heure, l'IMC au collégial. Vous savez de quoi vous parlez, vous le vivez. Vous avez vos enseignants avec qui vous parlez. Puis vous disiez que ce n'était pas juste ça, là. Je voyais ça comme un peintre, tu sais, une couleur sur la palette, là, ce n'était pas l'IMC qui faisait le tout. Vous disiez : On ne veut pas se priver de cette couleur-là parce que c'est une couleur primaire, on en a besoin. Puis vous y alliez aussi en disant qu'on parle de plein d'autres choses pour conscientiser le jeune puis le mener vers une espèce d'autonomie pour que... bon, on ne sera pas toujours là, là, l'État, l'école, à le tenir par la main.

Mais, en même temps que je vous écoutais, je me dis : Bien coudon! C'est un son de cloche différent, qu'on n'a pas entendu précédemment, aujourd'hui. Puis je me disais : S'il a raison, on passe à côté des élèves du secondaire. Parce qu'en même temps, il ne faut pas se leurrer, il y a beaucoup de jeunes au Québec qui n'obtiendront même pas leurs diplômes de secondaire V. Puis, parmi ceux qui vont obtenir leurs diplômes de secondaire V, il y en a tout un groupe qui ne se rendra jamais à ce cours que vous trouvez donc merveilleux, correct. Vous voulez... Vous les prenez en charge, vous leur faites prendre une espèce de prise de conscience de qui ils sont, puis comme ça.

Donc, est-ce que vous ne pensez pas, en étant cohérent avec votre réflexion, que, tout ça, dans le fond, on ne peut pas le refuser aux jeunes du secondaire? Parce qu'il y en a beaucoup qui n'iront jamais, là, suivre votre fameux premier cours au collégial.

**M. Leriche (Jérôme) :** Je pense que la réflexion au primaire et secondaire... et M. Drapeau l'a bien mentionné, en fait, nous, on ouvre la porte pour trouver des moyens justement d'aborder quand même ces éléments-là, et peut-être

avec des indices qui sont... ou des éléments qui sont peut-être plus appropriés par rapport aux élèves qui sont au primaire et au secondaire. Donc, je pense qu'il y a quand même un souci d'avoir cette couleur-là dans la palette, comme vous dites, mais je pense que... c'est ça, au collégial, moi, j'ai apporté mon point. Peut-être que tu pourrais nuancer, Jean-Claude.

**M. Roberge** : Juste avant, il n'y a pas une si grande différence entre un élève de secondaire V au mois d'avril puis un élève de cégep au mois d'octobre, là, il n'y a même pas six mois entre les deux, là.

**M. Drapeau (Jean-Claude)** : Oui. Alors, à cet égard-là, lorsqu'on parle du chantier comme tel — attendez que je retrouve la proposition — ça prend acquis que... la pertinence pour les partenaires concernés de collaborer positivement à clarifier ce débat sur des bases encore... sur les bases du type de comment Jérôme les a amenées, comment le monsieur pédiatre, tout à l'heure, les a amenées. Ici, on passe chacun notre tour, mais est-ce qu'on pourrait asseoir ces gens-là ensemble puis avoir des partenaires qui sont là, qui observent ça puis qui, à un moment donné, sous l'égide du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur... avoir un tel comité qui pourrait faire en sorte que, comme ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, qui est une seule entité juridique au Parlement comme ministère, il y ait une cohérence? S'il y a des écarts, il y aura des écarts, mais il y aura une cohérence dans les orientations qui seront prises en fonction de l'une et de l'autre.

Et, à cet égard-là, je vous dirais que je pense que ça serait une solution plus gagnante pour un futur de procéder rapidement par la mise en place d'un tel comité qu'une mesure qui ferait un mur-à-mur, la pesée n'a plus sa place dans les écoles, qui viendrait avoir un effet malgré qu'on dit que, pour les professeurs d'éducation physique, ça reste positif. Je m'excuse, mais ce n'est pas ça, l'enjeu. L'enjeu, ce n'est pas les profs d'éducation physique. L'enjeu, c'est les jeunes, c'est de clarifier la situation puis qu'on soit capable de dire, par des raisons plus objectives, pourquoi on va peut-être permettre de quoi dans un contexte donné au niveau collégial puis est-ce qu'on ouvrirait, par exemple, secondaire V parce que c'est un diplôme terminal. Bien, ça fait partie des questions que nous, on se pose également. Mais on ne vous dit pas que c'est ça qu'on veut, on vous dit : On se les pose, nous-mêmes, ces questions-là, parce qu'à partir du moment où on est en relation avec le monde de la santé on n'a pas d'expertise, sauf, exception, avec des collègues qui donnent la formation au niveau universitaire puis qui s'appuient sur des facultés de médecine qu'ils ont dans leurs universités pour avoir... enrichir leurs discours, c'est ce qu'on a fait avec le Dr Livernoche, mais, comme profession, on n'a pas ça.

Et le ministère, c'est le ministère de l'Éducation. Alors, on peut-u s'asseoir avec des gens du ministère de la Santé, du volet de la prévention, puis se donner une vision plus globale que celle qu'on a présentement, qui nous place en porte-à-faux les uns les autres pour venir, comme par exemple aujourd'hui, témoigner de qui a peut-être plus raison, puis qui se ramasse avec avoir moins raison, changer la dynamique pour prendre le taureau par les cornes? C'est une expression de ma jeunesse.

**M. Roberge** : ...question...

**La Présidente (Mme Rotiroti)** : En 20 secondes, M. le député.

**M. Roberge** : ...j'ai l'impression qu'on va se revoir, je veux juste compléter là-dessus, j'ai l'impression qu'on va se revoir, puis ça va être encore très intéressant. Merci beaucoup.

**La Présidente (Mme Rotiroti)** : Alors, merci beaucoup, M. Drapeau, M. Leriche et Mme Beaumont, pour votre contribution à notre commission.

Je vais suspendre quelques instants afin de permettre aux représentants de la Fédération des comités de parents du Québec de prendre place. Merci.

*(Suspension de la séance à 16 h 10)*

*(Reprise à 16 h 14)*

**La Présidente (Mme Rotiroti)** : Alors, merci. Je souhaite la bienvenue aux représentants de la Fédération des comités de parents du Québec. Je vous rappelle que vous disposez de 10 minutes pour faire votre présentation, et par la suite on passera à une période d'échange entre les élus. Alors, je vous demanderais de vous identifier ainsi que la personne qui vous accompagne, et vous pouvez tout de suite passer à votre exposé. Alors, la parole est à vous.

#### Fédération des comités de parents du Québec (FCPQ)

**Mme Payne (Corinne)** : Bien, merci, Mme la Présidente. Bonne année à vous tous. On est dus pour une rencontre saisonnière, ça a l'air, cette année. Alors, je vous remercie, MM. et Mmes les députés, de nous recevoir aujourd'hui afin de donner l'avis de la Fédération des comités de parents du Québec au sujet de la pesée des élèves dans les cours d'éducation physique. Je suis accompagnée de Mme Lyne Deschamps, conseillère-cadre de la fédération.

Tout d'abord, en tant que présidente de la fédération, je tiens à établir ceci : les parents du Québec veulent le mieux pour leurs enfants — je pense, vous êtes habitués de nous entendre dire ça — mais nous ne sommes pas nutritionnistes, médecins ou enseignants d'éducation physique. Notre avis sur la question de la pesée des élèves est, bien entendu, appuyé

sur la recherche et les positions de nos parents. Nous exposerons la perspective des parents qui ont à cœur le bien-être de leurs enfants, qu'ils soient heureux, en santé et qu'ils deviennent des adultes autonomes et responsables, une perspective qui est le fruit de leurs connaissances et de leur vécu.

Sur la question de la pesée des élèves dans les cours d'éducation physique, la fédération estime que cette pratique faite de façon isolée, non encadrée et sans suivi serré devrait prendre fin. Dire à un enfant qu'il est trop gros ou trop petit sans lui donner les outils et le suivi nécessaires à une prise en charge aura plus d'impacts négatifs au niveau du développement émotionnel que ça n'aura d'impacts positifs au niveau de la santé.

Est-ce que c'est normal que la pesée des élèves individuellement ou devant l'ensemble des élèves ne soit régie par aucune norme? Certains profs le font, d'autres non. Certains le font devant tout le monde, d'autres en privé. Mais surtout, une fois qu'une problématique est relevée, quel suivi on fait auprès de l'élève du primaire et du secondaire et des parents pour l'accompagner? Je suis triste de vous dire : Il n'y en a pas. Et c'est ça, le problème.

Les parents, comme les experts, estiment qu'une activité au contenu validé serait bien plus efficace que la pesée pour la santé de leurs enfants. Pourquoi ne pas développer plus en profondeur les connaissances sur le mode de vie actif, la saine alimentation, les images corporelles diversifiées? Pour les parents, donc, la seule mesure du poids et de l'IMC est loin d'offrir des conditions nécessaires à la réussite éducative et émotionnelle, car elle se fonde sur des caractéristiques physiques individuelles à un moment donné du parcours scolaire.

Des programmes existent déjà pour assurer à la fois une prise de conscience, des enseignements pratiques et théoriques. Pensons à Québec en forme, la Table sur le mode de vie physiquement actif, Bien dans sa tête, bien dans sa peau. Il y a assurément moyen de s'inspirer pour mettre en place un contenu et des pratiques réellement efficaces pour la santé de nos jeunes. Comme parent, je préfère que nos enfants soient conscients qu'ils ont un rôle à jouer dans leur santé et leur forme physique et qu'ils maîtrisent le concept d'un corps sain dans un esprit sain.

On a beaucoup parlé dans cette Chambre, ici, puis ailleurs, de la réussite, dans ces derniers mois. Pour la fédération, il y a un lien direct entre les actions et les conditions favorables à la santé et à la réussite éducative. Cela nécessite l'intervention des familles et du milieu scolaire, mais aussi une action politique beaucoup plus vaste pour sensibiliser et réduire, entre autres, les impacts des inégalités sociales liées à l'obésité.

Il ne faut pas négliger les impacts sur nos jeunes de la pesée devant les amis de la classe. La jeune fille qui vit des changements avec son corps et qui souffre d'anxiété, comment va-t-elle anticiper cette activité au prochain cours d'éducation physique? Cela peut être des effets sur son examen de maths la même journée. Comment le jeune adolescent trop maigre va réagir devant les moqueries quand il descend de l'autobus scolaire? Est-ce que ça peut être la dernière goutte qui fait déborder le vase, qui le pousse vers l'abandonnement? Est-ce qu'il y a quelqu'un dans cette salle, ici, qui veut prendre le risque de perdre un seul enfant? Ce n'est pas moi.

Dans ces exemples, je ne peux pas trouver l'aspect positif à la pesée. En quoi ce fait de peser des élèves, c'est un atout aux apprentissages scolaire, social, émotionnel des élèves? Poser la question, c'est peut-être y répondre.

Qu'est-ce que peut faire un enseignant avec cette donnée? Quelle est son utilité? Quel suivi est fait et comment? On se le demande.

Les parents croient plutôt que cela passe par l'éducation aux médias, les bonnes habitudes de vie, l'élimination des préjugés et la valorisation d'une image corporelle positive. De plus, cela permettra de répondre encore mieux aux objectifs gouvernementaux pour la lutte à l'intimidation, aux saines habitudes de vie et la réussite scolaire.

• (16 h 20) •

C'est aussi important de s'assurer que les infrastructures sportives dans les villes et les écoles sont vraiment accessibles. On investit beaucoup dans nos infrastructures. C'est important qu'ils soient accessibles pendant et après les heures de classe.

Il faut donc éliminer la pratique de la pesée pour la remplacer par un continu, un suivi clair, disponible et accessible pour tous les jeunes, tant pour lui personnellement que pour le groupe et également pour la maison.

Ça fait trois fois dans un an que je présente devant vous autres. Je présente toujours une fédération qui rayonne partout au Québec. Maintenant, je vais vous partager un autre témoignage. C'est le mien. Regardez-moi. Je ne suis pas le corps parfait d'une athlète, loin d'être. J'ai toujours fait des sports toute ma vie, je n'étais bonne à absolument rien, mais, dans les dernières cinq années, j'ai complété un marathon, cinq demi-marathons, trois triathlons. Puis, la dernière fois que j'étais ici, le 21 septembre, j'ai parti en éclair, puis peut-être vous avez demandé : Pourquoi, Mme Payne n'a pas resté dans la salle avec nous, elle a été là pendant toutes les commissions parlementaires, presque, cette année?, c'est parce que j'ai parti parce que, le 25 septembre, je faisais mon premier Ironman. Oui, 63,10 américains, ça veut dire 1,9 kilomètre de nage, suivi par 90 kilomètres de vélo, suivis par 21 kilomètres de course à pied dans le beau chaleur de 36° en Géorgie. Oui, ça a été des entraînements pendant des mois. Oui, ça a été la nutrition pendant des mois. Oui, ça a été le mental. Oui, parmi les commissions parlementaires, pendant des journalistes, pendant plein la vie que j'entraîne tous les jours, je ne l'ai pas fait pour moi, j'aime ça, mais aussi je suis une maman, puis j'ai deux jeunes qui me regardent tous les jours, puis j'ai fait autant pour eux autres.

J'ai une jeune fille qui a toujours un petit peu plus de poids, mais elle a réussi d'arriver à la ceinture noire. J'ai un jeune garçon qui est superathlète, supercompétitif, qui veut faire tous les sports, il m'encourage autant sur mes parcours que moi, je l'encourage sur ses matchs de hockey, c'est pour ça que j'ai un petit peu moins de voix, on avait un tournoi la fin de semaine passée. Alors, même à travers tout qu'est-ce qu'on fait, on réalise d'encourager chacun. Mes enfants, depuis le jeune âge, ce n'est pas moi qui fais leur lunch, c'est eux autres qui font leur lunch pour l'école. Il faut qu'ils apprennent en jeune âge qu'il faut qu'il y ait un fruit puis un légume dans le lunch ou ils ne quittent pas la maison.

Alors, si le seul indice de mon niveau de santé, c'était mon IMC, je ne vais pas réussir l'examen, c'est sûr. La santé, c'est quelque chose global, c'est mental, c'est physique, c'est qu'est-ce qu'on fait tous les jours, c'est l'exemple qu'on fait pour nos enfants. Alors, moi, je pense que je suis une femme en santé, malgré tout.

Alors, chaque fois que je rencontre le ministre dernièrement, puis je vous raconte aussi, j'ai toujours la «quote of the day». Puis je l'ai trouvée, puis ça arrive au hasard, même si Mme Deschamps dit : Rien n'arrive au hasard, mais j'ai plein de «quotes» qui arrivent sur mon fil Facebook pendant la semaine, puis celui qui est apparu mardi, quand j'étais en préparation pendant la tempête de neige, puis ça va comme ça : «Your body is a strong machine but you got to feed it with a powerful mind.» Alors, merci, nous sommes prêtes pour vos questions.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci beaucoup, Mme Payne. Effectivement, vous êtes un très bel exemple pour vos enfants.

**Mme Payne (Corinne) :** ...je vais vous montrer que j'ai la médaille.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Bravo! Félicitations! Alors, on va passer à la période d'échange, et je cède la parole à M. le député de Châteauguay pour environ 15 minutes.

**M. Carrière :** Merci beaucoup, Mme la Présidente. Mme Payne, Mme Deschamps, merci d'être ici avec nous aujourd'hui. Effectivement, on vous voit régulièrement depuis un certain temps, et j'en suis fort heureux, d'avoir le point de vue, là, de la Fédération des comités de parents.

Vous avez parlé tantôt qu'effectivement la pesée, là... «Remplacer la pesée par un suivi clair». Pouvez-vous un petit peu élaborer là-dessus? Et avant je veux vous féliciter pour votre Ironman et tout ce que vous accomplissez. Effectivement, vous êtes un modèle. Et ma deuxième question viendra sur le rôle des parents, mais j'aimerais tout d'abord vous entendre sur ce que vous avez voulu dire par remplacer la pesée par un suivi clair et...

**Mme Payne (Corinne) :** Si vous regardez la page 13 de notre mémoire, toutes nos recommandations sont listées, puis je vais vous sauver de faire la lecture, mais c'est sûr que... Puis je ne veux pas prendre la place des professeurs en éducation physique, c'est vraiment leur place — puis je pense qu'ils sont... parlé juste avant nous — puis c'est important parce que c'est une discussion qu'ils ont besoin d'avoir plus grande dans la société. Tantôt, je parlais avec M. le député de Chambly — je sais, il ne faut pas dire les noms, là, je commence à être habituée — puis on dit : Ça laisse ouvrir la discussion sur un sujet plus large... oui, aujourd'hui on est ici pour dénoncer la pesée des élèves, mais laisse ouvrir un sujet plus large, qu'il faut regarder la santé globale de nos enfants. Est-ce que c'est juste qu'il y ait une heure d'activité physique dans une semaine, quand on sait qu'ils ont besoin de 60 minutes par jour? Est-ce qu'il y a des changements qu'on peut faire? Quand j'entends... Une école secondaire qui est bâtie, puis à côté c'est une piscine municipale, puis les enfants n'ont pas le droit d'aller dans la piscine municipale, bien, il y a un problème dans notre système, à quelque part. C'est des infrastructures publiques, quand même, est-ce qu'on peut arriver à des ententes? Alors, il y en a plein, de choses qu'il faut ouvrir une question plus large. Puis, comme le monsieur avant moi a dit, on a besoin de faire des discussions, je pense, tous, pour trouver des solutions ensemble.

**M. Carrière :** Merci. Là, vous venez de parler... de dire : Est-ce que c'est normal qu'il y ait seulement une heure d'éducation physique par neuf jours, par semaine?, et là c'est là que je vous amène au rôle des parents. Vous disiez tantôt que vous avez un athlète, un superathlète, puis il y a une autre qui fait beaucoup d'activité physique, qui vient d'avoir sa ceinture noire, mais ce n'est pas tous les parents, malheureusement, à travers le Québec, à travers le Canada, peu importe, qui vont inciter les jeunes à avoir un mode de vie actif et une saine alimentation, etc.

Premièrement, comment vous voyez le rôle des parents? Et je vais extrapoler un peu, comment vous voyez le rôle de la Fédération des comités de parents à travers... comment vous pouvez faire de la conscientisation auprès des parents pour aider à avoir des jeunes plus actifs?

**Mme Payne (Corinne) :** Bien, ça prend une diffusion plus large. C'est sûr que, comme la fédération, on est prêts à accompagner nos parents. Ça prend — je vais toujours mettre ça sur la table — des ressources pour être capable de le faire aussi, on est une très petite équipe, on est des parents bénévoles avec une petite équipe d'employés, ça prend des ressources.

Mais aussi, je pense, une chose qui est importante, puis c'est dans nos discussions qu'on a eues parmi les mois... dans l'année 2016, là, c'est 2017, mais, dans chacun de nos milieux puis... Chacune de nos écoles ont besoin d'avoir vraiment des projets éducatifs réels. Puis c'est là que... Si on réalise, dans notre milieu, dans notre école, qu'il y a un besoin pour avoir des enfants plus actifs, est-ce qu'on peut l'incorporer dans notre projet éducatif? Est-ce qu'on peut trouver des moyens pour impliquer le communautaire? Est-ce qu'on peut trouver le moyen pour avoir des ententes pour les infrastructures sportives? Alors, vraiment, c'est là.

Puis les parents sont prêts, je pense, à faire leur part. Oui, ils ne sont pas tous prêts, mais ça prend l'accompagnement, ça prend l'éducation, puis ça ne va pas juste arriver dans le cours d'éducation physique. Il faut aller plus large puis il faut, autant que je vois la publicité sur la lecture...puis pas pour dire que la lecture, ce n'est pas bon, là, parce que c'est mon autre gros nanan, mais il faut aussi faire la sensibilisation qu'une vie active est importante aussi.

Mme Deschamps, est-ce que vous avez quelque chose à ajouter?

**Mme Deschamps (Lyne) :** C'était éloquent!

**M. Carrière :** Effectivement. Et je suis tout à fait d'accord avec vous, au niveau des infrastructures, là, à la fois municipales, à la fois scolaires. Je trouve qu'il y a encore trop d'endroits, au Québec, où, après que l'école est fermée, les

gymnases dans les écoles, les piscines, ou peu importe, ne sont pas accessibles pour la population. Et l'inverse est aussi vrai, les arénas municipaux, etc., ils ne sont pas accessibles pour les étudiants pendant les cours d'éducation physique. Dans une autre vie, j'ai été maire pendant longtemps et donc j'ai toujours poussé là-dessus, pour qu'on puisse maximiser l'utilisation des infrastructures sportives, là, que ça devrait être... pas 24 heures par jour, là, mais ça devrait être du matin au soir, là, qu'il y a quelqu'un qui a la possibilité de s'entraîner. Il ne devrait pas arriver avec un cadenas sur un parc de balle ou sur un terrain de soccer. Moi, je trouve ça inadmissible, donc je suis tout à fait d'accord avec vous.

Tantôt, dans vos recommandations, vous en avez parlé, à la page 13, vous avez neuf recommandations. Il y en a une, la première, qui dit : «Accroître la proximité et l'accessibilité aux activités physiques en dehors des heures de classe.» C'est un petit peu ça que je vous demandais tantôt. Vous n'avez pas tout à fait répondu, vous avez dit que ça prendrait, au niveau de l'école, un programme-école, etc. Mais moi, je suis d'accord, mais comment on peut rejoindre les parents aussi? Premièrement, ce n'est pas tous les parents qui ont les mêmes moyens, donc il y a ça, il faut rendre l'accessibilité à la fois physique, mais aussi au niveau économique, je pense. Mais comment on peut... Parce que je pense que, oui, l'école a un rôle important à jouer, là, l'enfant passe une grande partie de sa journée, de sa vie à l'école, mais, quand il arrive à la maison, s'il va se parquer — excusez — devant...

**Une voix :** ...

• (16 h 30) •

**M. Carrière :** ... — oui, effectivement — devant son iPad, devant son Xbox, ou «whatever»... puis je ne suis vraiment pas bon, je ne sais pas si c'est encore à la mode, le Xbox, là, ou s'il y a quelque chose qui la remplace, là, je ne le sais pas, mais, peu importe, comment on peut aider les parents, et les parents à s'aider aussi? Et souvent l'enfant est le modèle des parents. On le voit souvent au niveau environnemental. Mais pourquoi l'enfant ne pourrait pas l'être aussi au niveau de saines habitudes de vie, sportif, etc.? Donc, comment le parent peut, selon vous, venir en aide à ses enfants?

**Mme Payne (Corinne) :** Vous apportez un très bon point. Puis je pense que la communication entre l'école puis la maison, c'est plus important que jamais. Puis, Mme Deschamps, vous avez quelque chose à ajouter?

**Mme Deschamps (Lyne) :** Oui. Je vais peut-être faire un peu de pouce sur tout ce qui a été dit tantôt, parce que ce n'est pas le parent qui peut faire plus, c'est vraiment la société, parce que ça va prendre une approche sociétale. Quand même qu'on essaierait de dire : Le parent, qu'est-ce qu'il peut faire de plus, l'enseignant, qu'est-ce qu'il peut faire de plus, le réseau?, n'importe quoi, je pense que ça prend une approche sociétale, ça prend une campagne de sensibilisation globale qu'on va étaler sur plein, plein d'années. Parce que la santé, je pense que vous êtes les premiers à la savoir, puis nous autres, les contribuables, aussi, ça nous coûte cher, à tous et chacun. Puis ça passe par une éducation. Plus nous aurons des jeunes éduqués, sensibilisés à toutes les sphères de ce qui est important pour devenir un jeune autonome et responsable, puis que ce soit personnellement pour s'engager dans la société, mais aussi pour sa propre santé, on va tous y gagner.

Ça fait qu'on est beaucoup plus en amont d'une approche très globale, très systématique puis prendre cet élément-là de la santé puis en faire un enjeu. Mais, à ce moment-là, vous le savez, ça va prendre des tables nationales. Tout le monde devra faire un petit bout de chemin là-dessus. Puis, à une toute petite échelle, la Fédération des comités de parents peut faire de petits pas, au niveau de l'information, au niveau de la sensibilisation, au niveau, par exemple, du rôle que jouent les parents au conseil d'établissement quand il faut adopter le projet éducatif.

Puis là, quand Mme la présidente parle du projet éducatif, on parle bien de ce qui est le cœur de l'école, et non pas de certains projets qu'on peut mettre en place, le sport, le ci, le ça. Non, non, non! On parle vraiment du projet éducatif. Puis ça, c'est des petits gestes que nous, on peut poser au quotidien pour vraiment informer les gens, en tout cas les parents, s'assurer que l'information circule le plus. Mais on ne peut pas faire ça tout seul. Ça prend une approche systémique, ça prend vraiment une société qui se prend en main puis qui décide que la santé, ça passe aussi par l'éducation. Ce n'est pas moi qui l'invente, c'est des études, puis je fais juste faire le haut-parleur, là. Voilà. Est-ce que c'est plus clair?

**M. Carrière :** Oui, merci. Merci. Tout à fait. Je vais laisser la chance à...

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci. Oui. Alors, M. le député de D'Arcy-McGee, il vous reste sept minutes.

**M. Birnbaum :** Merci. Bonjour, Mme Payne, Mme Deschamps. J'ai eu le plaisir à plusieurs reprises de collaborer avec vous durant mes 10 ans comme directeur général de l'Association des commissions scolaires anglophones du Québec, et depuis, ici, à l'Assemblée nationale, d'être fier de voir que vous continuez de jouer un rôle absolument clé au sein de toutes nos délibérations qui touchent à l'éducation de nos jeunes. Si on parle des intervenants clés dans la formation de nos jeunes, il n'y a rien qui se passe sans l'implication des parents. Et, pour bonifier l'implication des parents, je comprends qu'il faut une fédération qui est là pour porter leurs voix de façon cohérente et structurée, structurante devant les intervenants parlementaires. Alors là, on a un autre exemple aujourd'hui de l'importance de votre rôle.

Deux questions. Dans un premier temps, je poursuis ma préoccupation, qui était celle du regroupement qui vous a précédé, c'est d'optimiser et de sauvegarder le rôle des profs d'éducation physique dans le développement, l'épanouissement de nos jeunes, y compris les enfants avec des défis devant eux en termes de poids, en termes de leur image de soi-même, en termes de la lutte contre l'intimidation. Il me frappe qu'on parle des intervenants clés comme les parents dans toute cette bataille-là. Et je vous suis quand, et il y en a plusieurs qui donnent écho à ça, vous parlez de vos préoccupations avec la question au cœur de nos discussions aujourd'hui, la pesée, les mesures du poids, et tout ça. Comment est-ce qu'on peut respecter cette préoccupation, en même temps assurer que les profs d'éducation ont tous les

outils dans leurs mains pour accompagner, avec les parents et tous les autres partenaires, nos enfants dans leur épanouissement, leur développement sain et propice?

**Mme Payne (Corinne) :** Vous permettez, je vais parler en anglais pour faire changement.

M. Birnbaum, je pense... I think it's very important that we realize that the research shows clearly, whether you look at the American Pediatric Society, you look at the Canadian Paediatric Society, that IMC is... there's chances that it will be more dangerous to a child's development than it will be to their health, and that's not something that I created, that's something that's very well documented. I've been really amazed this week at how much interest there is in the media by this subject. It's quite interesting. I've done just as many interviews on this subject in the past week as I've done on project... law n° 86, I think, OK, believe it or not, maybe just because it went on a bit longer. But you know what? It's not to remove anything from our physical education teachers. If there was a «commission parlementaire» to come in here and say: Do we need more physical activity in our school?, I'd be the first one here saying: Yes, let's do it, let's make sure they're equipped to support our children, and to be as active as possible, and to live as healthy a life as possible. I'll let them say what they need to make sure that they can do their jobs, but it's not weighing our children in the schools that's going to make the difference in their lives.

**M. Birnbaum :** Now, your mandate is clearly to support and represent parents at the... au niveau primaire et secondaire, mais je vais vous inviter d'offrir un commentaire sur la nuance apportée par le regroupement des profs qui vous a précédés. Est-ce que vous voyez une distinction quand on parle des jeunes cégépiens qui ont... quand même, ça peut être des mineurs de 17 ans, mais, bon, plusieurs jeunes adultes et, bon, adolescents d'un certain âge? Quand on parle d'assurer que la pesée serait faite seulement avec le consentement de l'élève et de façon confidentielle au niveau cégep, est-ce que vous êtes... vous aurez tendance à comprendre que ça risque d'être pertinent et correct, ou est-ce que vos mêmes commentaires s'appliqueraient?

**Mme Payne (Corinne) :** C'est sûr, les commentaires, c'est pour représenter les fédérations, mais maintenant je peux parler dans mon propre nom parce que ma fille est rendue au cégep, puis je peux vous dire que, si c'est fait dans un système systématique puis encadré, puis on peut prouver, j'ai quand même des mises en garde, mais j'ai un petit peu plus d'ouverture parce que c'est un enfant qui est rendu dans un autre niveau de développement. Mais, comme quelqu'un a dit autour de la table tantôt, entre le secondaire V puis le cégep, là, la fille qui a 16 ans, il n'y a pas si de changements que ça, ou le jeune athlète qui n'a pas fait sa poussée de croissance ou il est en retard avec sa poussée de croissance, il n'y a pas énormément de changements que ça. Alors, j'ai une mise en garde, mais, dans le bon contexte, dans le bon encadrement, peut-être, ça peut avoir sa place. Voilà.

**M. Birnbaum :** Merci.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Ça va, M. le député? Parfait. Y a-t-il d'autres questions? Alors, on va passer du côté de l'opposition officielle, et, M. le député de Lac-Saint-Jean, vous disposez de 10 minutes.

**M. Cloutier :** Merci, Mme la Présidente. Alors, merci de cette présentation surprenante, mais nous avoir partagé...

**Mme Payne (Corinne) :** La prochaine fois, on va l'écouter ensemble!

**M. Cloutier :** Oui, oui.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** ...défi, M. le député.

**Une voix :** ...

**M. Cloutier :** Oui, mais ça m'a...

**Mme Payne (Corinne) :** Excuse-moi, Mme la Présidente!

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** On voit votre enthousiasme, Mme Payne!

**M. Cloutier :** Mais je suis content, comme ça nous serons deux à arriver un petit peu en retard à la commission parlementaire, ensemble, puis c'est de là que j'arrivais. Alors, puisque nous sommes dans les confidences, vous et moi, moi aussi, je m'entraîne pour mon premier marathon, alors je vais essayer de m'inspirer de vous.

Ceci étant dit, je comprends que vous avez fait un formulaire. Vous avez fait une consultation auprès de vos membres, c'est ça? Est-ce que je comprends qu'il y a 60 personnes... il y a 60 parents qui ont répondu, ou vous avez pondéré, ou...

**Mme Payne (Corinne) :** Quand on a été convoqués pour la commission parlementaire, on est toujours très rigoureux dans nos processus, alors on représente 62 commissions scolaires, on a envoyé le sondage éclair à tous nos délégués puis on a eu 61 réponses. Alors, on trouve qu'on a un taux de participation quand même raisonnable, puis là-dessus vous pouvez constater que 84 %, ils sont contre la pesée. Alors, la voix des parents est très claire là-dessus.

**M. Cloutier :** Effectivement, ça laisse... Est-ce que vous étiez surpris de ces résultats-là? Est-ce que c'est ce à quoi vous vous attendiez ou...

• (16 h 40) •

**Mme Payne (Corinne) :** Non, je vous dis, je n'étais pas surprise. Je pense... Pour mettre ça en contexte, je pense que les parents qui sont impliqués, ils réalisent le global aussi. C'est sûr qu'il y a certains parents qui ont besoin d'accompagnement dans leurs compétences parentales, puis on ne se cache pas ça, mais, en gros, les parents qui sont impliqués au niveau qu'on est impliqués, qui sont délégués à la fédération, ils réalisent l'importance de la santé globale de leurs enfants, puis je pense que ça paraît dans notre sondage aussi.

**M. Cloutier :** Vous avez parlé tout à l'heure des problèmes d'accessibilité après les heures de classe. On a l'impression qu'on tourne en rond. Moi, j'avais l'impression qu'on avait cheminé. Est-ce que réellement il y a encore des problèmes partage commissions scolaires-municipalités pour l'accès aux infrastructures sportives? Il me semblait... Je pensais que c'était réglé, ça.

**Mme Payne (Corinne) :** Globalement, peut-être, mais, quand tu vas dans les détails de chacune des commissions scolaires puis chaque école, il reste des choses à désirer, je pense. Quand j'entends que, oui, il y a une entente, mais la commission scolaire ou les cinq écoles dans cette ville-là ont accès juste les vendredis matin, entre 9 heures puis 11 heures, à la piscine, puis ils sont cinq écoles primaires, bien, ça veut dire que chaque classe dans chaque école peut aller une fois par année, genre? Puis si le cours d'éducation physique, il ne tombe pas le vendredi matin, bien, «just too bad».

Alors, oui, c'est sûr qu'il y a une amélioration. Il y a beaucoup de projets qui sont faits avec les villes, avec les écoles, ensemble, etc. Mais, quand une école est à côté de la piscine, puis tu ne peux aller dans la piscine pendant les heures de classe, après les classes, moi...

**M. Cloutier :** Alors que la piscine est libre.

**Mme Payne (Corinne) :** La piscine est libre. Il n'y a personne là, là. Le stationnement est vide.

**M. Cloutier :** Effectivement, c'est évident que... Très bien. Je vous remercie.

**Mme Payne (Corinne) :** Oh! je peux juste ajouter une petite chose, Mme la Présidente.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Oui. Mme Payne, oui.

**Mme Payne (Corinne) :** Même, quand j'ai monté à Alma, deux semaines passées, parce qu'on a donné une formation, en montant, j'ai dit : En descendant avec le défi Pierre-Lavoie, ça doit être pas si pire que ça. Alors, peut-être, ça va être le prochain défi, un jour, si je peux avoir une place.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** ...descendre la côte. Il faut la monter aussi, par exemple.

**M. Cloutier :** On est contents de vous entendre. Mais là vous m'amenez, par contre, sur une autre voie, qui est celle du Défi Pierre-Lavoie, qui est quand même une initiative privée. Il y a de quoi d'assez incroyable que ça soit un individu, en fait, de son initiative, qui a réussi au fil du temps à accroître la participation, puis là, maintenant, bien, que c'est non seulement au Québec, à travers le Canada, même aux États-Unis puis en France maintenant. Comment les parents... Comment on conjugue, dans le fond, cette initiative-là, qui est extrêmement favorable pour la participation de nos jeunes, mais à l'intérieur des activités scolaires? Est-ce que vous avez des... Est-ce qu'on vous interpelle par rapport à ça, aux fameux cubes puis à la participation des parents après les...

**Mme Payne (Corinne) :** C'est sûr que c'est un mouvement puis un événement, une organisation assez extraordinaire. On ne peut pas passer à côté de ça. Sur l'autre côté, j'entends des parents qui, rendu le mois de mai puis avril, là, ils sont tannés avec les cubes d'énergie, parce qu'après la fin de journée ils réalisent qu'il faut comptabiliser les cubes d'énergie puis ils sont tannés de remplir des petits papiers. Mais ça, c'est un autre côté.

Mais je pense que ça retourne à la première question que j'ai été posée au début : il faut continuer à rayonner plus globalement, puis, dans notre société, que d'avoir une vie active, c'est important. Est-ce que ça va être par le défi Pierre-Lavoie? Est-ce que ça va être par une autre organisation? Est-ce que ça va être par les Fillactive? Est-ce que ça va être par quelque chose d'autre? Il faut que chaque personne trouve leur place pour accrocher, pour trouver une façon d'avoir une vie active.

**M. Cloutier :** Très bien. Merci.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci. On va passer du côté de... le deuxième groupe de l'opposition, et je cède la parole à M. le député de Chambly pour six minutes.

**M. Roberge :** Merci. Vous avez plusieurs «quotes of the day» aujourd'hui. Vous êtes en feu! Chaque personne a trouvé son outil pour avoir une vie active, c'est très vrai. Ça peut partir des cubes énergie, ça peut être une initiative d'un



prof d'éducation physique ou d'un prof qui n'est pas un prof d'éducation physique, qui est un titulaire de classe qui prend une initiative. Après, l'initiative est finie, mais parfois le bon comportement continue. La famille est embarquée, puis le défi est terminé, mais eux, ils ont changé leur façon, leur routine, puis ça continue, puis c'est ça qui est formidable. Donc, il faut rester ouvert à ces initiatives-là qui viennent nous bousculer un petit peu. Je dis «nous» parce que vous êtes des gens des comités de parents, mais, bon, je ne suis pas le seul ici, je suis député, mais je suis père aussi, donc on fait partie du même groupe, d'une certaine manière.

Je trouvais intéressant que vous arriviez avec un sondage comme ça, parce que vous êtes porte-parole nationale, mais vous n'avez pas reposé une seule question. C'est riche. On peut voir qu'il y a beaucoup d'interactions. Moi, j'aime bien le fait de voir aussi que, dans «activités les plus appropriées», il y a «l'enseignement de saines habitudes de vie» ciblé par les gens qui ont répondu. Ils ont dit, bon, qu'en majorité ils ne voulaient pas la pesée, mais ils ont dit aussi ce qu'ils voulaient. Ça, c'est intéressant aussi, parce que c'est facile de rejeter des mesures, mais il faut en trouver des plus porteuses. Et vos membres qui ont répondu disent : «L'enseignement de saines habitudes de vie, exemple la pratique régulière, l'activité physique», etc. Mais c'est n'est pas juste la pratique régulière, l'activité physique, c'est l'enseignement de saines habitudes. Ça va plus loin que faire bouger les jeunes. Ça, je trouve ça intéressant.

Puis, pour que ça arrive, par exemple, il va peut-être falloir trouver un élastique assez extraordinaire pour étirer les heures à l'école, parce qu'on n'a pas le goût de couper dans les quelques minutes où les élèves bougent pour les asseoir sur une chaise pour leur expliquer pourquoi il faut bouger. Parce que, hein — on a dit non — il y a assez peu de temps d'éducation physique, on veut qu'ils bougent. Mais en même temps on veut qu'il y ait aussi «à la santé».

Donc, je veux poser à vous la question que mon collègue a posée à d'autres précédemment. Est-ce que vous, vous plaidez pour une augmentation des heures d'éducation physique à l'école? Si oui, est-ce une augmentation des heures de classe ou un réaménagement des heures de classe?

**Mme Payne (Corinne) :** Oh! c'est beaucoup de questions dans une, dans le fond.

**M. Roberge :** Oui? Oh! vous êtes capable, vous êtes capable.

**Mme Payne (Corinne) :** Alors, j'ai pris deux notes, puis je ne vais pas oublier les notes. Premièrement, il y a des façons, même si une école ne fait aucun changement présentement, il y a du monde que nos enfants peuvent bouger plus dans l'école. Je connais une école que, les journées de pluie puis de grand froid, les enfants ne peuvent pas aller dehors. Alors, qu'est-ce qu'il fait? C'est que toute l'école, il marche tout le corridor. Il monte les marches, il descend les marches, il fait le tour. C'est très convivial, il peut marcher à la vitesse qu'il veut. Mais c'est quelque chose de formidable. Il bouge quand même pendant 15 minutes. Même, il bouge peut-être plus que quand il va dehors, parce qu'il n'y a pas de temps perdu à mettre la tuque, puis les mitaines, puis trouver mes bottes, puis jaser dans le corridor, puis faire le rang, puis etc. Alors, ça, c'est une chose très simple.

Là, comme j'ai parlé tantôt, si on prend nos projets éducatifs, qui sont passés à nos conseils d'établissement, puis on fait l'analyse de notre milieu, puis c'est quoi, les besoins de notre milieu, puis on réalise que nos enfants, ils ont besoin de bouger plus, on peut décider, dans chacune de nos écoles ou les écoles concernées, qui ont besoin d'ajouter des minutes d'éducation physique ou ont besoin d'arrimer notre horaire autrement...

Moi, j'ai une soeur qui enseigne en Ontario. Dans son école, ils font 30 minutes de récré le matin puis 30 minutes de récré l'après-midi justement pour faire bouger les enfants dehors. Alors, 15 minutes, ce n'est pas long quand c'est une récré. Vous savez que, juste le temps de mettre des bottes, des souliers, puis tout ça, oup! c'est le temps de rentrer. Mais 30 minutes, il y a quelque chose qui commence à te stimuler, qui commence à faire battre le coeur un petit peu plus.

Alors, est-ce que c'est des changements comme ça qu'on peut faire dans nos écoles? Est-ce que ça prend nécessairement un gros changement dans notre planification pédagogique? Peut-être pas. Mais il y a des changements qu'on peut faire, chacun. Mais c'est dans nos écoles qu'on a besoin de travailler ensemble pour trouver les solutions un petit peu magiques, qu'on peut faire la différence pour nos jeunes, s'assurer qu'ils remplissent leur 60 minutes d'activités par jour.

**M. Roberge :** Vous savez que je suis un grand partisan de l'autonomie des écoles en partenariat avec les directions d'école, hein, le trio, là, prof, parent, direction d'école. Mais on pourrait quand même avoir des standards, des minimums, s'assurer qu'au primaire il y ait au moins deux récréations par jour. Parce qu'il y a quand même encore, au Québec... je vous le dis si vous ne le savez pas, il y a quelques écoles primaires qu'il y a pas de récré, des fois, l'après-midi. Donc, ils pourraient avoir ce standard-là, cette obligation-là, et peut-être l'étirer un peu jusqu'à 20 minutes. Enfin, c'est ce que nos membres ont voté, nous, à notre dernier congrès. On trouve que ça serait intéressant qu'il y ait deux périodes de 20 minutes obligatoires tous les jours, donc un minimum de 40 minutes de récré tous les jours. Ça rajouterait déjà plusieurs minutes. Qu'est-ce que vous en pensez?

**Mme Payne (Corinne) :** Oui, tout à fait, tout à fait. C'est des choses... Ça n'a pas besoin d'être un changement drastique qui va faire la différence. Il existe aussi la Trottribus, les enfants qui marchent à l'école. Moi, je suis une des... Bien, dans ma commission scolaire, je suis... la seule école, c'est une école de marcheurs. Alors, tous les enfants, ils marchent. Vous comprenez qu'on est tous très proches de l'école. Tous les enfants marchent. Puis les maternelles qui sont même dépassées les 500 mètres, que, techniquement, ils doivent être en autobus, il y a un programme qui est mis en place, qu'il y a un plus grand qui va aller les chercher à la maison puis marcher avec eux autres jusqu'à l'école. Alors, c'est des petites choses comme ça qu'on peut mettre dans chacune de nos écoles qui vont faire la différence.

**M. Roberge :** Je vous remercie beaucoup.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Alors, merci beaucoup, Mme Deschamps, Mme Payne, pour votre contribution à notre commission.

Alors, je suspends les travaux quelques instants afin de permettre aux représentants d'ÉquiLibre de s'installer. Merci.

*(Suspension de la séance à 16 h 50)*

*(Reprise à 16 h 52)*

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Alors, je souhaite la bienvenue aux représentants de l'organisme ÉquiLibre. Merci d'être parmi nous cet après-midi. Je vous rappelle que vous disposez de 10 minutes pour faire votre présentation, et par la suite on passera à une période d'échange entre les élus. Alors, je vous demanderais de vous identifier ainsi que les gens qui vous accompagnent, et vous pouvez tout de suite passer à votre exposé. Alors, la parole est à vous.

### ÉquiLibre

**Mme Léonard (Roxanne) :** Bonjour. Merci à vous aussi de nous recevoir aujourd'hui. Je suis Roxanne Léonard, la directrice de l'organisme. Je suis accompagnée de mes collègues Anouck Senécal, nutritionniste et chef de projets, Andrée-Ann Dufour-Bouchard, également nutritionniste et chef de projets.

Je vais faire une brève présentation de notre organisme. Donc, ÉquiLibre est l'organisme expert sur la question de l'image corporelle au Québec. L'organisme a pour mission de prévenir et diminuer les problèmes liés au poids et à l'image corporelle dans la population par des actions encourageant et facilitant le développement d'une image corporelle positive et l'adoption de saines habitudes de vie. Parmi ces actions, on compte la formation des professionnels de la santé et de l'éducation. En effet, l'organisme travaille depuis de nombreuses années à sensibiliser, éduquer et à outiller les intervenants jeunesse afin qu'ils puissent adapter leurs interventions.

ÉquiLibre est d'avis que le débat autour de la pesée et du calcul de l'IMC en contexte scolaire est nécessaire et vraiment ravi d'y participer. Je laisse mes collègues professionnels de la santé vous exposer notre position et recommandation sur ce sujet.

**Mme Senécal (Anouck) :** Alors, bonjour à tous. Évidemment, certaines idées ont déjà été mentionnées plus tôt par d'autres groupes. Les répétitions démontreront la pertinence de ces informations-là. J'espère quand même amener des nouveaux éléments de réflexion.

Alors, avant d'entrer dans le vif du sujet, voici une brève présentation de la double problématique liée au poids : celle de l'obésité mais aussi celle de l'insatisfaction corporelle. Depuis quelques décennies, on assiste à une augmentation de la prévalence de l'obésité partout dans le monde. Cette épidémie d'obésité est un phénomène inquiétant parce qu'elle a de graves conséquences sur la santé et sur la qualité de vie des gens atteints. Les jeunes sont également touchés. On l'a déjà dit, au Québec, chez les six à 17 ans, c'est environ un jeune sur quatre qui souffre d'embonpoint ou d'obésité. Parallèlement au problème de surpoids, on fait également face à un autre problème de santé publique tout aussi inquiétant, soit la préoccupation excessive à l'égard du poids, qu'on peut aussi appeler l'insatisfaction corporelle. Ce phénomène touche toutes les tranches de la population comme l'obésité le fait. Vous vous en doutez bien, les jeunes vivent, eux aussi, de l'insatisfaction à l'égard de leurs corps. Les dernières enquêtes québécoises révèlent qu'environ un jeune sur deux est insatisfait de sa silhouette, et ce, dès l'âge de neuf ans.

Pour plusieurs, il semble clair que, devant l'épidémie d'obésité, c'est une bonne chose que les gens se préoccupent de leurs poids et vivent de l'insatisfaction par rapport à leurs corps. En fait, non, ce n'est pas une bonne chose. L'insatisfaction corporelle pousse les jeunes, avec ou sans surplus de poids, non pas à améliorer leurs habitudes de vie, mais, au contraire, à adopter des comportements qui mettent leur santé à risque, aussi bien sur le plan physique que sur le plan psychologique. Bref, il va sans dire que l'obésité chez les jeunes est un problème dont il faut se préoccuper. Elle touche un jeune sur quatre et a de graves conséquences. D'un autre côté, l'insatisfaction corporelle que les jeunes vivent est également une situation préoccupante. Elle touche un jeune sur deux et a aussi de graves conséquences. Quant vient le temps d'intervenir sur la question du poids, il est capital d'avoir en tête les deux facettes de la problématique parce qu'il est risqué qu'en voulant prévenir ou diminuer l'obésité on amplifie l'insatisfaction corporelle, ce qui n'aide en rien la santé et le bien-être de nos jeunes.

Venons-en maintenant au sujet de la pesée. Ayant collaboré dans les dernières années avec des éducateurs physiques, l'organisme ÉquiLibre est à même de constater que ces intervenants souhaitent adopter les meilleures pratiques pour favoriser leur bien-être. Évidemment, les éducateurs physiques qui ont utilisé ou qui utilisent toujours la pesée dans leurs cours ne le font pas avec des mauvaises intentions. Le fait de peser des jeunes et de les aider à calculer leur IMC peut sembler, à première vue, une bonne façon de les aider à prendre conscience du risque associé au surpoids. Or, il est bien démontré que, d'une part, l'utilisation du poids et de l'IMC comme mesure unique de l'obésité ou de la santé n'est pas recommandée, tout particulièrement chez les jeunes. D'une autre part, la littérature scientifique démontre clairement que le fait de peser les jeunes ou de calculer leur IMC en contexte scolaire comporte des risques importants pour leur santé et pour leur bien-être.

Je vais élaborer chacun de ces deux points plus en détail avant d'en venir à nos recommandations. Pourquoi l'utilisation du poids et de l'IMC comme mesure unique de l'obésité ou de la santé n'est pas recommandée particulièrement chez les jeunes? Revenons à la base, à quoi sert l'indice de masse corporelle ou IMC? C'est une mesure qui est couramment utilisée pour suivre l'évolution du poids des populations dans le temps. Chez l'adulte, on peut aussi utiliser cette mesure pour évaluer le risque pour la santé que le poids représente. Cependant, l'Organisation mondiale de la santé est claire à ce sujet, elle mentionne que cette mesure est grossière et simpliste et qu'elle doit être combinée à plusieurs autres paramètres pour avoir un portrait global des risques pour la santé.

Si on se penche maintenant du côté des jeunes, le portrait est encore plus compliqué. Toujours selon l'Organisation mondiale de la santé, il est impossible d'évaluer le surpoids et l'obésité chez l'enfant avec la simple mesure de l'IMC. Il faut plutôt mettre cette mesure en relation avec l'âge et la comparer à des mesures de référence, soit les fameuses courbes de croissance. Donc, pour résumer, chez toute personne âgée de 19 ans et moins, le chiffre obtenu par le calcul conventionnel de l'IMC n'a aucune signification. Allons encore un peu plus loin, même lorsqu'on fait les choses correctement et qu'on transpose la valeur de l'IMC sur les courbes de croissance, les experts affirment qu'on ne peut pas évaluer le risque que représente le poids d'un enfant ou d'un adolescent sur sa santé. Selon eux, on doit jumeler cette mesure à plein d'autres informations telles que les plis cutanés, la circonférence de la taille, la pression artérielle, les habitudes alimentaires, le niveau d'activité physique, les possibles comorbidités, l'historique familial et le profil médical complet du jeune.

Bref, ce n'est pas chose simple, et il semble clair que, pour que l'évaluation soit juste et complète, pour que les recommandations qui émergent soient personnalisées et appropriées, ça nécessite l'expertise et les connaissances d'un professionnel de la santé spécifiquement formé pour travailler sur la question du poids. Le contexte clinique est donc le seul lieu où cette évaluation devrait être faite. D'ailleurs, un document de principes conjoints des diététistes du Canada, de la Société canadienne de pédiatrie, du Collège des médecins de famille du Canada et des infirmières en santé communautaire du Canada stipule que les courbes de croissance, recommandées pour évaluer l'IMC des jeunes, devraient être utilisées par ces gens : les médecins de famille, les pédiatres, les diététistes dans les domaines clinique, communautaire et de la santé publique, les infirmières et les autres professionnels de la santé dans les milieux de soins primaires, communautaires et hospitaliers. Le contexte scolaire n'apparaît pas dans cette liste.

Le deuxième point que j'ai nommé plus tôt pour justifier que le pesée à l'école nuit aux jeunes plus qu'elle n'aide était que la littérature scientifique démontre clairement que le fait de peser les jeunes ou de calculer leur IMC en contexte scolaire comporte des risques importants pour leur santé et leur bien-être. En effet, il est documenté que ces pratiques peuvent induire ou amplifier l'insatisfaction corporelle et donc conduire à l'adoption de comportements dangereux qui visent le contrôle du poids. On peut penser à des comportements alimentaires, comme on l'a dit plus tôt, comme l'effet de se restreindre, de suivre des régimes ou même de jeûner. Et, en plus d'augmenter le risque de développer un trouble alimentaire, ces comportements rendent les jeunes plus susceptibles d'avoir un surplus de poids en vieillissant, comparativement à ceux qui n'ont pas restreint leur alimentation dans le but de maigrir étant plus jeunes.

• (17 heures) •

On peut également nommer des comportements risqués en lien avec l'activité physique. Certains jeunes qui vivent de l'insatisfaction corporelle vont abandonner le sport à cause de l'inconfort ou de l'insécurité qu'ils vivent face à leurs corps, alors que d'autres vont s'investir dans une pratique excessive et malsaine d'activité physique. Bref, pour tous ces jeunes, faire du sport peut être perçu comme une activité dénuée de plaisir, contraignante, désagréable et qui sert uniquement à contrôler leurs poids.

La revue de la littérature a aussi démontré que la pesée à l'école pouvait alimenter la stigmatisation et l'intimidation de certains jeunes, particulièrement ceux en surpoids.

À la lumière de ces informations, voici les recommandations de l'organisme ÉquiLibre sur la pratique de la pesée dans les cours d'éducation physique.

La première recommandation. Considérant que l'insatisfaction corporelle est un problème répandu chez les jeunes de tous les âges et de tous les poids et qu'elle a des conséquences négatives sur la santé physique, mentale et le bien-être des jeunes au même titre que l'obésité; considérant que l'utilisation du poids ou de l'IMC comme mesure unique de l'obésité ou de la santé chez les jeunes n'est pas recommandée et que l'interprétation de ces mesures, couplée à une multitude d'autres paramètres, devrait être réservée aux professionnels de la santé en contexte clinique; et, finalement, considérant que la majorité des éducateurs physiques enseignants considèrent eux-mêmes ne pas avoir été suffisamment informés dans le cadre de leur formation universitaire sur les problèmes d'image corporelle et de gestion du poids — ce sont des données d'un sondage — ÉquiLibre recommande que l'utilisation de la pesée et le calcul de l'IMC dans les cours d'éducation physique ne devraient pas être encouragés au primaire, au secondaire ni au collégial.

Deuxième recommandation. Considérant qu'il y a nécessité de fournir de l'information crédible, fiable et juste aux jeunes sur la saine gestion du poids et la santé; et considérant que les éducateurs physiques enseignants sont des acteurs clés du bien-être et du développement des jeunes et qu'ils ont l'opportunité de les suivre tout au long de leur cursus scolaire, ÉquiLibre recommande également que la formation universitaire des éducateurs physiques, de même que leurs formations de perfectionnement, une fois sur le marché du travail, soient revues pour inclure suffisamment d'heures d'apprentissage sur la complexité des problèmes de poids et d'image corporelle chez les jeunes.

Par ailleurs, après avoir survolé les composantes de la formation générale au cégep, on en vient, chez ÉquiLibre, à la conclusion qu'il est possible de rencontrer les exigences du programme du cours d'éducation physique à tous les niveaux scolaires par des moyens qui n'incluent pas la pesée ni le calcul de l'IMC. En offrant davantage de formation aux éducateurs physiques sur la question du poids, tel que mentionné en deuxième recommandation, ceux-ci seraient mieux outillés pour connaître et comprendre les risques associés à l'utilisation de ces mesures et ainsi prévoir par eux-mêmes d'autres façons d'atteindre leurs intentions pédagogiques et de travailler les compétences de leur programme pour bien intervenir, sans risquer de nuire au bien-être des jeunes.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** En terminant.

**Mme Senécal (Anouck) :** Un petit 30 secondes.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Allez-y.

**Mme Senécal (Anouck) :** Finalement, ÉquiLibre émet deux autres recommandations secondaires. Premièrement, procéder à une évaluation complète et, possiblement, une révision des programmes scolaires des cours d'éducation physique au primaire, au secondaire et au collégial afin d'éviter toute confusion quant à l'interprétation de la nécessité d'utiliser la pesée à des fins d'éducation, mais également pour y ajouter des compétences en lien avec le développement d'une image corporelle positive.

Et finalement ÉquiLibre suggère, comme d'autres membres l'ont fait, qu'un groupe de travail soit mis sur pied pour poursuivre les réflexions sur le sujet et vérifier de quelle façon les recommandations faites précédemment pourraient être mises en place sur le terrain. ÉquiLibre mentionne évidemment son intérêt à faire partie de ce groupe de travail, avec d'autres acteurs clés qui seront identifiés. Et finalement ÉquiLibre souhaite souligner que ses collaborations précédentes avec la Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec, la FEEPEQ, ont été riches, positives et porteuses de changements et souhaite évidemment que la FEEPEQ fasse partie de ce groupe de travail.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci beaucoup. On va passer du côté du gouvernement, et je cède la parole à M. le député de Chapleau.

**M. Carrière :** Merci beaucoup, mesdames, d'être ici aujourd'hui. C'est fort intéressant. J'ai lu votre mémoire, je salue la collaboration que vous avez avec la fédération des éducateurs physiques. Il est clair — puis je pense que vous êtes le dernier groupe qui est ici aujourd'hui — qu'il faut faire quelque chose, puis ce n'est pas une réalité seulement québécoise, canadienne, je pense que c'est mondial. Il y avait un article, là, dans *Le Soleil* il y a quelques mois, et c'est le Dr Arruda, le directeur national de la Santé publique, qui disait : Quand je vois un jeune de 15, 16 ans atteint de diabète de type 2, c'est un drame. Notre société a créé, à travers son environnement alimentaire et autres conditions propices au développement de l'obésité... Il disait également qu'habituellement c'est des gens entre 45, 50, 55 ans, à l'époque, qui développaient des diabètes de type 2. Donc, on voit qu'il y a effectivement quelque chose à faire.

J'aimerais vous amener sur le... Dans votre mémoire, vous parlez d'un sondage que vous avez fait auprès de 700 éducateurs physiques enseignant au primaire, secondaire et collégial, et, dans les résultats, vous dites que «96 % des répondants ont déjà été témoins de situations problématiques concernant le poids et l'image corporelle des jeunes dans le cadre du cours d'éducation physique et à la santé». Et j'ai bien compris, là, qu'il y a deux éléments : l'obésité et l'insatisfaction de l'image corporelle, ce que nous, on pense de soi-même et de notre corps, etc. Donc, quand vous dites ça, 96 % des répondants qui ont... est-ce que vous voulez dire qu'ils ont constaté... pas grâce à la pesée, mais vraiment qu'ils ont constaté dans le cadre de leur formation, qu'ils ont déjà vu des jeunes avec cette problématique-là? Est-ce que je comprends bien?

**Mme Senécal (Anouck) :** Bien, en fait, la question qui était posée dans le sondage aux 700 répondants... certaines situations en lien avec des problèmes de poids ou d'image corporelle telles qu'entendre deux étudiants se chamailler, ou un être victime de commentaires ou d'intimidation en lien avec le poids, certains jeunes qui refusent de participer au cours clairement pour des raisons d'insécurité par rapport à leurs corps ou d'insatisfaction corporelle. Donc, il y avait certaines situations qui étaient énoncées. Et on leur demandait : Est-ce que vous avez déjà rencontré l'une ou l'autre de ces situations? Et presque la totalité en fait en avait au moins rencontré une, ce qui expose que c'est une réalité, que ces problèmes-là sont bien présents à l'école, particulièrement dans le cours d'éducation physique.

**M. Carrière :** O.K. Tout de suite après, l'autre fait saillant de votre sondage, vous dites : «92 % des répondants considèrent que les éducateurs physiques enseignants ont un rôle à jouer.» Donc, moi, je suis content de voir ça. C'est qu'eux, ils se sentent interpellés et ils veulent intervenir et être une partie de la solution.

**Mme Senécal (Anouck) :** Absolument. Et on en est très contents aussi. Une statistique plus basse aurait été troublante. Donc, effectivement, c'est leur rôle et c'est tant mieux qu'ils souhaitent s'impliquer sur ces problèmes-là.

J'attire votre attention aussi sur l'autre statistique qui dit qu'eux-mêmes expliquent qu'ils manquent de formation sur la question des problèmes d'image corporelle et de gestion du poids chez les jeunes, à hauteur de 83 % pour l'image corporelle et, je crois, 77 % sur les problèmes de gestion de poids. Donc, ça explique qu'effectivement ils ont un rôle à jouer, mais ils ne se sentent pas suffisamment outillés, de par leur formation universitaire, pour le faire.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Oui, allez-y. Allez-y, Mme Dufour.

**Mme Dufour-Bouchard (Andrée-Ann) :** Vous parlez du rôle, tout à l'heure, que les éducateurs physiques jouent. J'étais très contente d'entendre tout à l'heure, aussi, que la FEEPEQ mentionnait, entre autres, démystifier certaines fausses croyances par rapport à l'amaigrissement. On a besoin d'en parler, de ces sujets-là, avec les jeunes. Et, quand on parle de ne pas peser les jeunes, on ne veut pas non plus faire du poids un sujet tabou, parce qu'on sait que les jeunes vont lire dans des revues des quiz quelconques, vont pouvoir calculer leur IMC autrement, comme on a dit tout

à l'heure, mais ce qu'on a besoin, c'est de les amener justement à faire le point sur le fait que leur santé ne dépend pas uniquement de leurs poids, sur le fait qu'ils ne sont pas obligés d'être minces nécessairement, non plus, pour être acceptés.

On vit dans une société où il y a une très forte norme. On parlait tout à l'heure de l'environnement obésogène, mais on fait aussi... on vit aussi dans une société où l'environnement renvoie une norme de minceur très forte. Il y a une grosse pression sur les jeunes pour maigrir pour plusieurs raisons, d'une part pour les risques qu'on connaît de l'obésité sur la santé, aussi parce qu'il y a plusieurs préjugés. Il y a l'industrie de l'amaigrissement qui fait miroiter que c'est donc facile de perdre du poids, qu'on a le plein contrôle sur notre poids, alors que ce n'est pas toujours le cas. Il y a des facteurs sur lesquels on n'a pas de contrôle. Notre hérédité, si on vit dans un environnement, justement, où les choix malsains sont plus faciles que les choix sains, bien, ça va influencer notre poids aussi.

Donc, le fait d'aborder ces questions-là avec les jeunes, de démystifier tout ça, c'est un rôle très important que les éducateurs peuvent jouer et, justement, sans nécessairement avoir à peser les jeunes, mais c'est important de continuer de parler du poids pour vraiment défaire ces tabous-là et... pas défaire les tabous, mais défaire les fausses croyances et ne pas en faire un tabou.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci. M. le député de D'Arcy-McGee.

**M. Birnbaum :** Merci, Mme la Présidente. Merci, Mmes Léonard, Senécal et Dufour-Bouchard, pour votre présentation et votre implication. Très intéressant et très, très pertinent.

Deux questions. Vous parlez de l'importance peut-être de bonifier la formation des profs. À quelle fin? Pour les sensibiliser à ces réalités dont vous nous parlez? Ça prendrait quelle forme? Comment vous envisagez ça?

• (17 h 10) •

**Mme Senécal (Anouck) :** Je crois qu'une réflexion devrait être faite sur quelle forme ça peut prendre. Je crois que ça doit faire partie de la formation universitaire. Dans les dernières années, depuis les travaux qu'on a amorcés avec la FEEPEQ, bon, il y a eu publication d'un guide conjoint de recommandations, mais il y a également eu plusieurs occasions de formation, justement, offerte par ÉquiLibre à des éducateurs enseignants, notamment dans leur congrès annuel, et également à des étudiants universitaires. Et c'est le genre de formation que nous, on offre à tous les intervenants jeunesse. Donc, n'importe quel adulte, professionnel de la santé, ou de l'éducation, ou dans le milieu communautaire, qui travaille auprès des jeunes doit être sensibilisé à la double problématique, comme je l'ai exposé tantôt, par rapport au poids et à comment bien intervenir sans nuire sur la question du poids et de l'image corporelle. Donc, c'est une formation assez générale qu'on a adaptée, si on veut, pour la rendre vraiment plus spécifique aux éducateurs physiques enseignants.

Ça pourrait être une des solutions, mais il pourrait y en avoir d'autres. J'ai l'impression que ça prendrait plus que cette formation de trois, quatre heures pour vraiment faire de la formation universitaire un endroit où les notions sur les... toute la complexité des problèmes liés au poids et à l'image corporelle chez les jeunes de façon plus complète en fait, donc plus d'heures d'enseignement. Et là, évidemment, ce n'est pas quelque chose qui se tranchera cet après-midi, ça demande une plus grande réflexion, mais je crois que c'est nécessaire.

**M. Birnbaum :** C'est que, là, il y a un consensus sur la question de la pesée, de toute évidence. Vous n'êtes pas, ni les autres groupes qui ont intervenu aujourd'hui, en train de nous dire de se débarrasser de notre responsabilité, évidemment, d'accompagner chaque jeune, y compris les jeunes avec pas juste des problèmes en termes d'image de soi-même, mais qui ne sont pas en santé. Vous n'êtes pas en train d'évacuer notre responsabilité, qu'on prend très au sérieux, d'accompagner tous ces jeunes-là. Je vous invite donc de nous parler un petit peu des mesures positives et inclusives pour assurer que les jeunes... Ce n'est pas juste des problèmes psychologiques, il y a des suites physiques, évidemment. Si on pèse beaucoup trop et si on a des problèmes psychologiques de boulimie ou anorexie, et tout ça, c'est des phénomènes, je n'ai pas à vous convaincre, très, très, très sérieux. Et l'école, j'imagine, a son rôle complémentaire quand ces nécessaires. Il y a des interventions psychologiques et médicales, mais l'école a son rôle à jouer. On est en train ensemble de comprendre qu'il y a une mesure qui n'est peut-être pas efficace, et à mettre de côté.

Mais je vous invite de parler un petit peu des mesures positives pour assurer à la fois une approche ciblée aux gens qui risquent d'avoir des problèmes et qui risquent d'impliquer tous les autres élèves qui sont... je ne vais pas le dire de façon péjorative, mais qui n'ont pas de problème. Je vous invite d'en parler.

**Mme Senécal (Anouck) :** Je vais laisser ma collègue y répondre, mais, juste avant, je voulais amener le point que ce qui est très positif et, je dirais, rassurant, c'est que, quand on regarde qu'est-ce qu'il faut faire au niveau de la prévention des problèmes liés au surpoids et qu'est-ce qu'il faut faire au niveau de la prévention des problèmes liés à l'insatisfaction corporelle, ce sont des facteurs de protection qui sont communs aux deux facettes de la problématique, donc on n'a pas à doubler le travail, et, de cette façon, en intervenant sur les deux fronts, on s'assure de ne pas exacerber une problématique au profit de l'autre, en fait.

Donc, vous l'avez dit, ça prend des changements qui ne visent pas que des messages qu'on transmet aux jeunes ou des connaissances qu'on transmet aux jeunes, il faut que ça soit plus systémique que ça. Ça prend quelque chose... une concertation, en fait, au niveau des messages véhiculés par tous les intervenants qui gravitent autour des jeunes. Ça commence à l'école, mais ça va aussi plus tôt, dans les services de garde et, on l'a dit également, chez les parents. Donc, je vais laisser ma collègue en nommer quelques-uns.

**Mme Dufour-Bouchard (Andrée-Ann) :** On a beaucoup parlé de l'importance d'adopter de saines habitudes de vie, mais je rajouterais vraiment le volet qui nous distingue, ÉquiLibre, souvent dans notre expertise, c'est le volet Favoriser

le développement d'une image corporelle positive. Parce que, si, au contraire, le fait de peser les jeunes, ça peut les amener à se mettre au régime, à abandonner l'activité physique, comme ma collègue disait, le fait de les aider à être bien dans leur peau, le fait de reconnaître que leur valeur n'est pas uniquement basée sur le chiffre sur la balance ou parce qu'ils correspondent ou non au modèle qui est projeté dans les médias, bien, le fait de développer cette image corporelle positive là, d'être bien dans leur peau, de reconnaître leur valeur, ça va leur donner envie après ça, aussi, de faire des changements qui vont être durables, de graduellement intégrer des nouvelles activités physiques parce qu'ils le font pour le plaisir, mais pas juste dans l'optique de perdre du poids, d'avoir du plaisir à manger, mais pas nécessairement de toujours contrôler, se priver des aliments qu'ils aiment, mais d'avoir vraiment une alimentation équilibrée. Alors, le fait de développer une image corporelle positive chez les jeunes, ça va servir autant aux jeunes qui ont un surplus de poids pour les amener à être mieux dans leur peau et à faire graduellement des petits changements, mais autant aux jeunes qui peuvent être minces mais qui peuvent avoir une insatisfaction corporelle aussi, qui peuvent vivre ça parce que, justement, on est exposés à une société où la pression est très forte pour correspondre à cet idéal-là, soit très mince chez les jeunes filles, soit très musclé chez les jeunes garçons.

Comment on s'y prend pour développer cette image corporelle positive là? Il y a différentes façons dont on peut s'y prendre. On peut amener les jeunes à développer leur esprit critique sur ce modèle-là, parce que, souvent, ils ne sont pas nécessairement toujours conscients que les photos sont retouchées, ils ne sont pas toujours conscients que ce n'est pas le seul et unique modèle à atteindre. Si on changeait de société et qu'on allait en Afrique demain matin, ou dans un pays où les courbes sont plus valorisées qu'ici le modèle de minceur, la relation avec le corps serait complètement différente. Donc, d'amener les jeunes à réaliser d'abord ça, qu'il y a un esprit critique à développer par rapport à ça, par rapport aussi à tout le marketing de l'industrie de l'amaigrissement, parce qu'il y a beaucoup d'argent qui est investi, évidemment, pour convaincre que ça va être facile, qu'on a juste une petite pilule à prendre, que ça ne demandera pas trop d'efforts, mais de sensibiliser les jeunes, justement, à l'effet pervers de ce régime-là, de leur exposer les risques puis de leur montrer, justement, qu'en adoptant des saines habitudes de vie on peut être en santé sans nécessairement devoir faire un régime, qui va mener, après ça, à tout un enchaînement de problèmes.

Les préjugés à l'égard du poids, aussi. On en fait tous partie, de cette société-là. On en a chacun un peu aussi, des fois, sans s'en rendre compte, sans nécessairement vouloir mal faire, mais on transmet des préjugés aux jeunes. D'amener les jeunes aussi à se rendre compte des préjugés qu'on véhicule dans notre société, ça aussi, ça peut aider à faire que, peu importe sa taille, peu importe sa silhouette, on va faire partie de la société, on va se sentir inclus aussi. Et, justement, d'amener les jeunes à réaliser qu'il n'y a pas une silhouette unique dans la nature. Il y a une variété d'espèces de plantes, d'arbres. Normalement, les gens sont situés entre... de très minces à plus enrobés. C'est normal, c'est naturel. Il y a la génétique. On n'est pas tous petits, grands, avec les cheveux uniformes. On est différents. Donc, c'est la même chose pour le poids aussi. Donc, amener les jeunes à développer aussi toute cette connaissance-là.

Et finalement les amener à apprendre à bouger pour le plaisir et manger pour le plaisir aussi, pas seulement dans l'optique de maigrir, justement, parce que ça va être un gage de succès à plus long terme. Donc, ça, c'est des activités ou des connaissances qui peuvent être transmises aussi par les professeurs aux élèves.

C'est aussi important d'avoir le rôle de modèle, aussi, et d'être conscient soi-même, en tant que professeur, c'est quoi, la relation qu'on entretient avec notre corps, avec la nourriture, avec l'activité physique. Parce que, des fois, même si on a l'intention d'éduquer les jeunes sur certains aspects, on peut transmettre ou faire un commentaire sur le poids. «T'as-tu vu, telle actrice a perdu du poids?» C'est un commentaire banal qu'on peut faire, qu'on pense qui n'a pas de conséquence, mais ça peut renvoyer aussi aux jeunes l'idée qu'il faut être mince puis qu'on encourage aussi ce genre de modèle là.

Donc, c'est toutes des façons dont on peut intervenir pour aider les jeunes, vraiment, à adopter des saines habitudes de vie, à être bien dans leur peau et à être critiques par rapport au modèle unique et à l'industrie de l'amaigrissement.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci beaucoup. On va passer du côté de l'opposition officielle, et je cède la parole à M. le député du Lac-Saint-Jean pour 10 minutes.

**M. Cloutier :** Je vous remercie. Alors, est-ce que vous avez l'impression que les problématiques liées à l'image corporelle s'amplifient dans notre société? Est-ce que c'est une problématique qui prend de plus en plus de place? L'obésité chez les jeunes, c'est documenté, on est capable de bien l'identifier. Est-ce que c'est la même chose pour les préoccupations d'ordre... de nature plus psychologique?

**Mme Dufour-Bouchard (Andrée-Ann) :** Bien, effectivement, on voit qu'en parallèle avec l'obésité il y a toujours l'insatisfaction corporelle, un peu pour les raisons dont je parlais tout à l'heure. On vit dans un environnement qui est très axé sur l'apparence. On véhicule toutes les valeurs liées à la performance. On voit de la discrimination dans plusieurs milieux à ce sujet-là. Ce qui est difficile, des fois, c'est de documenter aussi bien que l'obésité, parce que c'est une perception. Toutes les données de santé mentale, c'est un peu moins objectif qu'un chiffre sur une balance. Donc, ça, c'est quand même quelque chose qui est plus difficile à démontrer.

Mais on voit que, quand les fillettes de neuf ans font des régimes... Il y a des données qui montrent que 35 % des fillettes de neuf ans suivent des régimes. C'est des données qui datent quand même des années 90. Dans les années actuelles, avec toute l'industrie des jouets, les vidéoclips, les jeunes sont beaucoup exposés aussi à ce modèle-là, de toutes parts. Donc, c'est certain que l'insatisfaction corporelle est encore très, très présente et qu'il faut essayer d'intervenir pour aider les jeunes à ce niveau-là.

**Mme Senécal (Anouck) :** Si je peux amener un complément, avec toute l'ère du numérique dans la dernière décennie, si on veut, en fait, les jeunes sont vraiment plus exposés qu'avant aux images, et, bien, c'est bien documenté

aussi dans la littérature que le simple fait d'être exposé à un idéal de minceur, donc à des photos qui présentent des images de corps dits parfaits, donc soit retouchés ou encore qui représentent un modèle unique de beauté, a comme conséquence de créer de l'insatisfaction corporelle. C'est vrai chez les jeunes filles, mais également chez les femmes adultes.

Et ce qui est nouveau également, qui était peut-être moins présent et moins documenté il y a quelques années, voire quelques décennies, c'est l'insatisfaction chez les jeunes garçons. On pense beaucoup aux jeunes filles quand on parle d'insatisfaction, on pense beaucoup aux femmes également, mais les hommes ne sont pas en reste. Au contraire, la problématique se vit vraiment différemment, mais elle est tout aussi présente et préoccupante. Puis les façons d'intervenir, tant qu'on parle des garçons... des adolescents que les hommes, est quand même différente qu'avec les femmes. Donc, c'est important aussi de considérer ces deux publics cibles là quand vient le temps de trouver des alternatives pour parler de poids et pour développer une image corporelle positive chez les jeunes.

**Mme Dufour-Bouchard (Andrée-Ann) :** Je dirais que la bonne nouvelle dans ça, par contre, c'est que, travaillant sur la question de l'image corporelle depuis plusieurs années, on voit que... De plus en plus, des questions comme aujourd'hui, sur la pesée, ou quand il y a des concours de mini-miss qui s'organisent, ou des genres d'initiatives comme ça, on voit que la population, collectivement, réagit de plus en plus en défaveur de ce genre d'actions là. Alors, ça laisse présager quand même une amélioration à long terme si tout le monde se mobilise pour faire en sorte que l'environnement socioculturel soit plus favorable à une image corporelle positive.

• (17 h 20) •

**M. Cloutier :** J'apprécie que vous apportiez une note un peu plus... une note d'espoir, parce qu'on dirait que mes constats plus personnels m'amènent parfois... en tout cas, j'ai l'impression que la pression s'amplifie et que ça ne va pas dans le sens inverse. Et, quand je vois que le problème d'obésité chez les jeunes augmente de façon importante, quand je vois la pression de l'image, la pression médiatique, ce qu'on valorise dans notre société, ça m'inquiète. Alors, je fais partie des inquiets. Maintenant, espérons que les saines habitudes de vie, que les politiques qu'on mettra de l'avant nous aideront à défaire ça.

Mais il y a une pression aussi qui vient des États-Unis, il faut le dire, qui est très, très forte dans la culture américaine. On le voit dans les vidéos, toute la cinématographie, ce qui est valorisé, et j'ai l'impression que ça prend une place extrêmement importante dans la vie de nos jeunes.

Est-ce que vos services sont de plus en plus sollicités?

**Mme Senécal (Anouck) :** ...de plus en plus. Ils l'ont toujours été.

**Une voix :** ...

**Mme Senécal (Anouck) :** Oui, effectivement. Je mets votre question de côté, on pourra y revenir, mais, si on peut continuer avec un autre point positif, le vent de changement qu'il y a sur le Québec par rapport aux initiatives positives en matière de diversité corporelle ou d'une représentation plus saine du corps a beaucoup à voir avec l'instauration de la Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée qui a été instaurée par le gouvernement québécois en 2009. Et depuis, évidemment, ÉquiLibre travaille aussi... Quand on parlait, tantôt, de faire des changements systémiques, ce n'est pas juste parler aux jeunes, mais aux gens autour de lui. Oui, mais c'est aussi viser l'environnement indirect du jeune, donc le macrosystème, si on veut, et, dans ce macrosystème-là, il y a toute l'industrie, l'industrie de l'image, donc l'industrie de la mode, des médias, de la publicité, du jeu, de la musique, du vidéoclip, et là on pourrait en nommer encore. Et, chez ÉquiLibre, on a notamment une initiative qui cible cette industrie-là. On s'est donné comme mission de travailler en partenariat avec l'industrie pour les inciter à participer au changement des normes sociales, à l'évolution des normes sociales de minceur, et il y a une très belle réponse de l'industrie, ce qui est très positif, à notre sens. Donc, en ce sens-là, oui, je trouve ça positif.

Avec les années, on voit que leur responsabilité sociale... ils sont de plus en plus conscients de leur responsabilité sociale, ils sont de plus en plus conscients que ça peut avoir des effets délétères chez les jeunes. Et, pour revenir à nos jeunes, on peut également, eux, les impliquer dans ces messages-là lancés à l'industrie. C'est important de faire réaliser aux jeunes qu'ils ont un pouvoir d'influence sur qu'est-ce que l'industrie leur présente, en achetant, en n'achetant pas, et il y a plein d'autres façons de le faire. Et c'est le genre d'initiative qu'on développe chez ÉquiLibre et qu'on met à la disposition des intervenants jeunesse, des genres d'ateliers qu'ils peuvent animer auprès des jeunes pour les faire participer au changement des normes sociales.

Et là j'ai oublié votre question initiale.

**Mme Dufour-Bouchard (Andrée-Ann) :** Moi, je pourrais rajouter sur la question initiale, par rapport à nos services, s'ils sont plus en demande. On a développé dernièrement, grâce à la Fondation Medavie pour la santé, qui nous a soutenus pour ce projet-là, des nouvelles activités pour l'école primaire. Parce qu'on intervenait beaucoup au niveau secondaire, mais on trouvait important d'intervenir aussi en amont. Donc, on voit qu'il y a eu un grand intérêt et un grand téléchargement de ces activités-là, qui sont sur notre site Internet, là, par les professeurs au primaire. Donc, on sent que ça répond vraiment à un besoin et à une demande.

**M. Cloutier :** Merci.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Merci. Alors, on va passer du côté du deuxième groupe d'opposition, et je cède la parole à M. le député de Chambly pour six minutes.

**M. Roberge :** Merci. Donc, juste pour continuer sur ce que vous disiez à la fin, vous disiez : Il y a des espèces de cahiers, de trousseaux qui sont téléchargés par les enseignants du primaire, on ne parle pas d'enseignants, nécessairement, qui sont des enseignants d'éducation physique et à la santé.

**Mme Senécal (Anouck) :** En fait, il était question d'un programme qui s'appelle Bien dans sa tête, bien dans sa peau. Il y a plusieurs ateliers, sur différents sujets, pour différents publics cibles, et certains, oui, peuvent être utilisés par les éducateurs physiques enseignants, certains sont clairement destinés à eux, notamment un qui a été créé en même temps que le guide créé avec la FEEPEQ, qui les amène à inviter les jeunes à écouter davantage leurs signaux de faim et de satiété, dans le cadre du cours d'éducation physique.

**M. Roberge :** J'ai amené cette question-là parce qu'on a débordé du cœur de la simple pesée et puis on a parlé des médias, de la pression sociale, de ce qui se passe dans les magazines, etc., puis il me semblait que l'espèce d'éducation aux médias, ça débordait du cours, peut-être, d'éducation physique et à la santé, là, l'esprit critique par rapport aux images qui nous sont présentées au cinéma, dans les magazines, tout ça. Bien honnêtement, je ne savais pas trop à qui le confier dans l'école, à quel prof ou dans quel cours. Est-ce que vous avez des pistes?

**Mme Dufour-Bouchard (Andrée-Ann) :** Souvent, dans les cours d'éthique. Éthique et cultures religieuses, au secondaire, entre autres, c'est souvent là que c'est abordé. On a même eu un beau partenariat avec le Musée des beaux-arts, où on a combiné des œuvres où on... un peintre peignait une œuvre, puis là on discute de tout le regard de la personne sur son œuvre du peintre, sur la personne qu'il peint. Donc, on a différents leviers pour vraiment aborder ces sujets-là, mais c'est sûr que le cours d'éthique est intéressant. Encore là, il y a des activités qui se font dans les cours de français, où les jeunes doivent rédiger des débats ou des textes d'opinion sur la place qu'occupe le modèle unique de beauté dans notre société. Donc, les activités sont ciblées parfois en fonction de certaines compétences du programme de formation continue, de l'école québécoise, en fait, mais les professeurs sont libres aussi, ensuite, de l'adapter et de l'utiliser dans le contexte qui leur plaît.

**M. Roberge :** Merci. Je n'avais pas pensé à ça, mais c'est une très bonne idée de le rentrer dans le cours d'éthique, effectivement.

Je pense que c'est à la page 15, vous parlez du fameux calcul de l'IMC, de la pesée, vous dites : Pas au primaire, pas au secondaire. Puis vous dites : Bien, même au collégial, là, ça demeure non souhaitable. Et ça me ramène à ce qui a été dit précédemment, aujourd'hui, où on disait : Au collégial, c'est acceptable parce que — je dis «on», c'est ce qui a été dit ici — un jeune qui est mal à l'aise va le dire, s'il ne veut pas. Moi, j'ai l'impression qu'il est possible aussi que d'autres personnes soient mal à l'aise avec le fait de dire qu'ils sont mal à l'aise. Qu'est-ce que vous en pensez?

**Mme Dufour-Bouchard (Andrée-Ann) :** On peut juste être d'accord avec ça. Il y a quand même un tabou aussi par rapport au poids. Des fois, on peut dire qu'on est mal à l'aise, on en parle de façon très ouverte, mais souvent c'est vécu aussi intérieurement. Les gens, des fois, savent qu'ils n'ont pas nécessairement de surplus de poids puis que ça ne serait pas si justifié de dire qu'ils sont mal à l'aise avec leurs poids ou, à l'inverse, se sentir mal de dire qu'ils sont mal à l'aise parce que ça va être justement parce qu'ils ont un surplus de poids qu'ils sont étiquetés mal à l'aise. Donc, toute cette notion-là, c'est quand même quelque chose qui est, encore une fois, assez tabou et qui peut faire effectivement que les jeunes ne seront pas à l'aise de le dire ou, comme il a été dit tout à l'heure, que peut-être que, sur le coup, ils ne réagiront pas tant que ça, mais après c'est quand ils vont entrer à la maison qu'ils vont sauter des repas ou qu'ils vont s'engager dans des pratiques d'activités physiques plus à risque.

Puis je rajouterais aussi sur ce qui a été dit tout à l'heure par la FEEPEQ. Même si l'intention derrière le fait de mesurer l'IMC, ce n'est pas de mettre les jeunes au régime ou de ne pas nécessairement faire qu'ils vont perdre du poids, ça n'a pas besoin d'être ça, l'intention, mais souvent c'est ça, l'intention qui va arriver dans la tête des gens, parce qu'automatiquement on associe surplus de poids à obligation de perdre du poids et obligation de perdre du poids à faire un régime ou s'entraîner intensivement en faisant quelque chose qu'on n'aime pas parce qu'il faut maigrir. Donc, tout ça, ça vient teinter la relation avec les saines habitudes de vie, puis, à long terme, ce n'est pas gagnant parce qu'on risque d'abandonner ces pratiques-là. Si on bouge beaucoup mais qu'on ne voit pas le chiffre sur la balance diminuer, on risque de dire : Je n'aime pas ça de toute façon, je retourne à mes anciennes habitudes, tandis que, si on fait ça graduellement, plus pour le bien-être, pour le plaisir, pour sa santé, qu'on apprend justement grâce au professeur d'éducation physique qu'il existe une multitude de sports, qu'on apprend à développer nos compétences là-dedans, qu'on est encouragé selon nos différentes forces, mais qu'on n'est pas obligé de réussir notre 500 mètres à la course... On peut être très bon, on est flexible ou avoir beaucoup de coordination. Mais c'est ça, le rôle aussi, entre autres, des éducateurs physiques, de les encourager là-dedans, mais aussi sur tout le volet éducation à la santé, puis je ne veux pas restreindre ça juste à la pratique d'activité physique. C'est parce qu'il y a d'autres notions très importantes aussi qu'ils peuvent transmettre mais... Voilà.

**M. Roberge :** Et une petite dernière, parce qu'il me reste... j'ai peu de temps. Vous parlez même d'adapter la formation et d'avoir du perfectionnement pour les profs d'éducation physique, parce que, bon, on peut bien changer la formation initiale, mais il y a pas mal d'enseignants qui sont déjà là. Et, ces perfectionnements-là, êtes-vous confiants que, nécessairement, les profs les prendraient? Est-ce qu'il faudrait que ça soit obligatoire? Comment vous voyez ça et qui les offriraient, ces perfectionnements?



**Mme Senécal (Anouck) :** Je pense que clairement la FEEPEQ doit faire partie de cette réflexion-là qui... Est-ce qu'on rend ça obligatoire? De quelle façon on diffuse? Comment on reconnaît qui l'a fait et qui peut le faire? Bien, je crois qu'on a entendu bon nombre d'interlocuteurs très informés sur la question. Chez ÉquiLibre, on a une vocation de formation, donc ça pourrait être une place. J'imagine qu'il y en a beaucoup d'autres.

• (17 h 30) •

**Mme Dufour-Bouchard (Andrée-Ann) :** On développe aussi beaucoup de formations en ligne, de plus en plus, sachant que ce n'est pas toujours facile pour les gens, dans leurs horaires, dans leur contexte de travail, de se déplacer pour être formés. Et on a une formation, entre autres, qui est vraiment sur toute cette approche-là, un peu, le discours qu'on a tenu aujourd'hui, toute la journée, mais les risques associés à la pesée, la complexité des problèmes de poids, le fait que le poids, ce n'est pas le seul déterminant de la santé, comment on peut intervenir, justement, pour favoriser le bien-être, la santé chez toute la population.

Cette formation-là, c'est un peu notre approche de base, et dernièrement on l'a fait accréditer par la Fédération des kinésiologues du Québec, donc c'est des gens qui sont dans le domaine, quand même, de l'activité physique, et il y a un grand intérêt, il y en a beaucoup qui se sont inscrits. Donc, je pense que c'est un sujet qui intéresse beaucoup les gens aussi en activité physique. Des fois, c'est un sujet qu'on aurait pu penser réserver plus aux nutritionnistes ou aux gens dans le domaine de la santé, mais, au contraire, c'est important de l'ouvrir à tous les professionnels pour que, justement, le discours devienne commun et que ça soit un discours qui va être plus cohérent pour les jeunes. Donc, je pense qu'il y a vraiment un intérêt de la part de ce milieu-là aussi.

**Mme Senécal (Anouck) :** Étant donné les statistiques qu'on a vues dans le sondage de leurs intérêts à être mieux formés et leurs sentiments de ne pas l'être suffisamment sur ces questions, on peut deviner que, oui, il y aurait un intérêt, un intérêt de se former et de bien faire justement pour améliorer les pratiques auprès des jeunes, intervenir adéquatement quand il y a des situations problématiques qui ont lieu en lien avec le poids et l'image corporelle.

**M. Roberge :** Merci.

**La Présidente (Mme Rotiroti) :** Alors, merci beaucoup, Mme Senécal, Mme Léonard et Mme Dufour-Bouchard, pour votre contribution à nos travaux. Et je remercie également tous les organismes ayant témoigné aujourd'hui pour leur contribution à nos travaux parlementaires.

J'ajourne les travaux de la commission sine die. Merci et bon retour.

(Fin de la séance à 17 h 31)