



Consultation au sujet de la Politique québécoise de la jeunesse

Recommandations

**Septembre 2015
Par : Julie Moffet**



Présentation de l'auteure

Julie Moffet est une citoyenne et une mère engagée de 28 ans qui a grandi à Québec. Elle a fait ses études collégiales en sciences humaines au Cégep Champlain St-Lawrence et ses études universitaires en relations publiques à l'Université Laval (profil entrepreneurial). Elle travaille, depuis 2012, comme chargée de projets et agente en communications pour la Fondation Monique-Fitz-Back qui a pour mission l'éducation relative à l'environnement et à un milieu sain dans une perspective de développement durable. Passionnée d'arts, d'entrepreneuriat, d'éducation et d'environnement, elle participe à plusieurs projets :

- Fondatrice du [Club Nature des familles de la région de Québec](#)
- Fondatrice du groupe des [Supers mamans de Limoilou](#)
- Bénévole et ambassadrice pour la [Fondation David Suzuki](#)
- Membre du conseil d'administration du [Moulin des Jésuites de Charlesbourg](#)
- Fondatrice et blogueuse du site [Natura Fabula](#) offrant ressources et informations pour aider à reconnecter les enfants avec la nature
- Membre active du [Children and Nature Network](#)



Julie s'intéresse depuis plusieurs années aux liens entre l'environnement, la santé et l'éducation chez les enfants. Elle s'informe, écrit et resaute sur les liens santé-environnement en lisant, en participant à des tables rondes, à des rencontres et à des groupes en ligne.

Je dépose mes recommandations car la santé des enfants est un enjeu qui me préoccupe beaucoup. Ma force je crois est de pouvoir faire des liens entre différentes sphères de l'environnement, de la santé et de l'éducation grâce à ma participation dans de nombreux réseaux et aux lectures et discussions que j'entretiens régulièrement à ce sujet.

Profil LinkedIn : <https://ca.linkedin.com/in/juliemoffet>



Question 1

Les priorités d'intervention déterminées par le gouvernement au sein de cet axe d'intervention sont-elles celles sur lesquelles la prochaine Politique jeunesse doit s'attarder, au cours des quinze prochaines années ?

Actuellement, les priorités ciblées par le gouvernement pour l'axe d'intervention «Saines habitudes de vie» sont les habitudes alimentaires, la pratique d'activités physiques et sportives, la santé mentale, les comportements à risque, les relations interpersonnelles harmonieuses et les rapports égalitaires. L'intervention que je suggère d'ajouter s'insère très bien dans cet axe mais aussi dans les axes 2 et 4, soit «Un milieu favorable à la persévérance et la réussite scolaires» et «Une citoyenneté active et plurielle». Il s'agit en effet d'une priorité qui aurait des impacts positifs multiples ce qui la rend difficile à classer dans un seul axe.

La prochaine Politique jeunesse devrait ajouter cette priorité d'intervention : le contact avec la nature. Cette intervention ciblerait une série de mesures visant à encourager les jeunes (et, par le fait même leur famille) à passer plus de temps à l'extérieur, particulièrement en nature. Cette priorité d'intervention aurait des impacts positifs autant sur la santé physique que mentale des jeunes – mais aussi des familles.



Une dizaine d'organisations canadiennes ont partagées, à l'été 2015, un [énoncé de position](#) sur le jeu actif à l'extérieur, faisant un tour d'horizon des résultats des dernières recherches sur les bienfaits du jeu actif à l'extérieur sur les enfants et offrant plusieurs recommandations. Également cet été, le gouvernement américain lançait la passe «[Every kid in a park](#)» qui permet à tous les enfants américains de 4^e année d'obtenir l'entrée gratuite, ainsi que pour leur famille, à tous les parcs fédéraux pendant un an. Le gouvernement australien [annonçait](#), en septembre, un programme d'aide de 6 millions pour aider les enfants d'âge préscolaire à se reconnecter avec la nature. En Grande-Bretagne, le «[Project Wild Thing](#)» et de très nombreux organismes s'affairent à combattre le «déficit nature» chez les jeunes.

Les bienfaits du contact avec la nature sont de mieux en mieux connus grâce aux nombreuses recherches qui sont faites sur le domaine depuis plusieurs années. L'organisme [Children and Nature Network](#) recense plusieurs recherches sur les bienfaits du contact des enfants avec la nature. Parmi les plus connues, notons les bienfaits sur le développement moteur et sensoriel



(réduit les risques d'obésité, réduit la myopie, renforcer le système immunitaire, réduit le stress et l'anxiété, etc.), l'amélioration des habiletés sociales (communication, partage, empathie), une meilleure compréhension du monde, une meilleure concentration, plus de créativité et même de meilleurs résultats scolaires (d'où le lien avec l'axe 4 «Un milieu favorable à la persévérance et la réussite scolaires»).

Les ouvrages en anglais pour reconnecter les jeunes à la nature débordent alors que le mouvement commence à peine à faire parler en France et dans le Canada francophone. Il est plus que temps que le gouvernement y prête attention.

Question 2

Comment le gouvernement du Québec et ses partenaires peuvent-ils influencer les habitudes des jeunes en ce qui concerne l'alimentation, l'activité physique, les comportements à risque ou les problèmes de santé mentale ?

Bien que la question de reconnecter les jeunes avec la nature ne soit pas encore implicitement abordée par le gouvernement du Québec, plusieurs organisations travaillent déjà sur le sujet et il existe de nombreuses initiatives qui mériteraient d'être encouragées.

Voici les actions que le gouvernement pourrait mener et que j'ai identifiées :

- Établir un comité composé de plusieurs organisations désirant reconnecter les jeunes avec la nature afin dresser la liste des initiatives en cours et les priorités pour les prochaines années;
- Établir un partenariat avec le réseau de la SÉPAQ afin de les aider à augmenter leur fréquentation, notamment celle des familles, en s'inspirant de l'initiative américaine «[Every Kid in a Park](#)» - par exemple en offrant dans les bibliothèques des passes familiales «Empruntez un parc», calquées sur le modèle des passes «Empruntez un musée»;
- Travailler avec des organismes pour créer des documents s'adressant aux villes, municipalités et écoles afin de les outiller pour [rendre la nature plus accessible](#);
- Réserver du [financement](#) pour les projets citoyens, les projets d'écoles ou les projets municipaux qui ont pour but le jeu actif extérieur ou de connecter les jeunes à la nature;





- Étudier les «[forest schools](#)» (écoles et garderies en nature) en partenariat avec des organismes en santé et développer des projets pilotes dans les écoles du Québec pour tester des formules dans lesquelles les élèves passent plus

de temps dehors (classes extérieures, temps libre en nature, etc.)

- Travailler en collaboration avec les [villes](#) et des organismes pour identifier les endroits naturels (parcs, boisés, etc.) qui sont plus difficiles d'accès et trouver des solutions pour les rendre plus accessibles, en collaboration avec les citoyens;
- S'inspirer de Paris et de leur «[Permis pour végétaliser](#)» permettant aux citoyens de verdir des lieux publics après avoir obtenu auprès de la Ville l'approbation;
- Financer la [formation](#) dispensée aux enseignant(e)s et éducatrices en lien avec l'enseignement à l'extérieur ou les projets faits à l'extérieur (ex : jardinage);
- Créer des ressources pour les parents et les enseignant(s) et éducatrices sur les bienfaits du jeu actif à l'extérieur et les ressources disponibles;
- Revoir les normes entourant la création de parcs pour enfants et favoriser les [installations naturelles](#) (natural playgrounds) plutôt que artificielles (éviter le plastique) et permettant la prise de risques;
- Faire une vaste campagne à l'échelle provinciale, notamment sur les médias sociaux, des risques pour la santé de la sédentarité et des bienfaits du jeu actif à l'extérieur. Travailler en partenariat avec des organismes permettant de faire de l'éducation à l'environnement dans les écoles et dans les communautés;
- Continuer les recherches pour mieux se documenter sur les liens entre l'exposition à la nature et les bienfaits sur la santé physique et mentale des jeunes;
- Encourager les transports actifs chez les jeunes, notamment pour se rendre à l'école, en partageant les meilleures pratiques et en finançant les organismes qui y travaillent;
- Financer les [bibliothèques](#) pour qu'elles aménagement des «Jardins de lecture» sur leurs terrains extérieurs;
- Utiliser la naturalisation des villes comme [stratégie](#) de promotion de la santé auprès des jeunes

