



Direction de santé publique du  
Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval



EQSJS

## COMMENT LES JEUNES DU SECONDAIRE SE PORTENT-ILS À LAVAL?

Volet 1 : Habitudes de vie, consommation  
d'alcool, de drogues et comportements sexuels



Québec 



EQSJS

# Mise en contexte et caractéristiques des élèves



Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec 

# Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire

## + Réalisée par l'Institut de la statistique du Québec (ISQ)

- Première édition : 2010-2011
- Deuxième édition : 2016-2017

## + Objectifs


- Comblar les besoins d'information prioritaires en matière de surveillance de l'état de santé des jeunes et de ses déterminants à l'échelle provinciale et régionale
- Dresser un portrait de l'état de santé et de bien-être des jeunes et suivre son évolution

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval


Québec 

# Collecte de données 2016-2017

- De novembre 2016 à mai 2017
- Questionnaire d'une durée d'environ 30 minutes
- Un grand nombre de questions sur des thèmes touchant :
  - ✓ La santé physique
  - ✓ Les habitudes de vie
  - ✓ L'adaptation sociale
  - ✓ La santé mentale



	Nombre d'écoles participantes	Nombre de classes participantes	Nombre d'élèves répondants
Laval	16	156	3 691
Ensemble du Québec	465	2 899	62 277

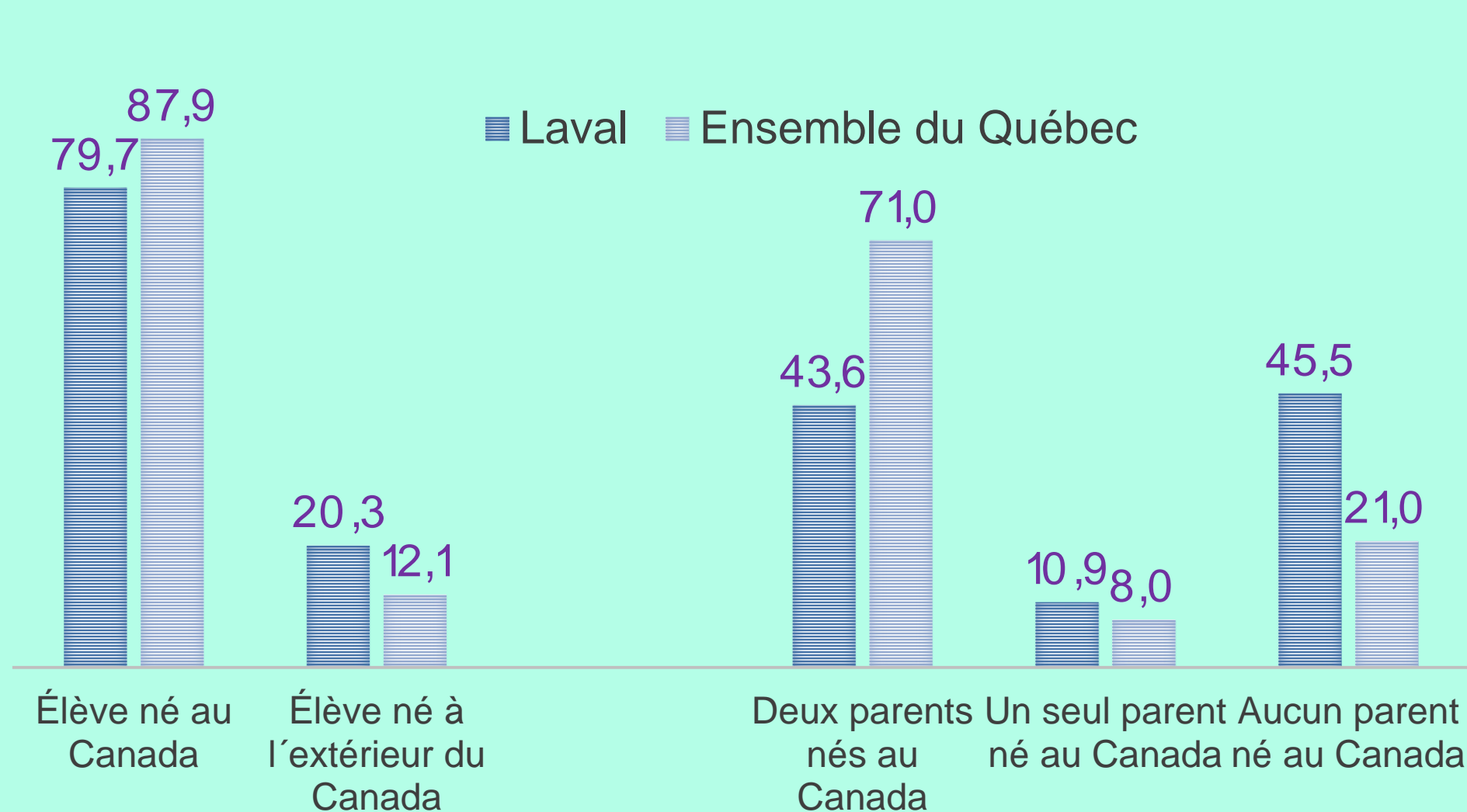


Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec 

# Caractéristiques des élèves

Répartition (%) selon le lieu de naissance de l'élève et de ses parents, Laval et ensemble du Québec, 2016-2017



- 1 élève lavallois sur 5 est né à l'extérieur du Canada
- Plus de la moitié (56 %) des élèves ont au moins 1 parent né à l'extérieur du Canada, environ 2 fois plus qu'au Québec (29 %)

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

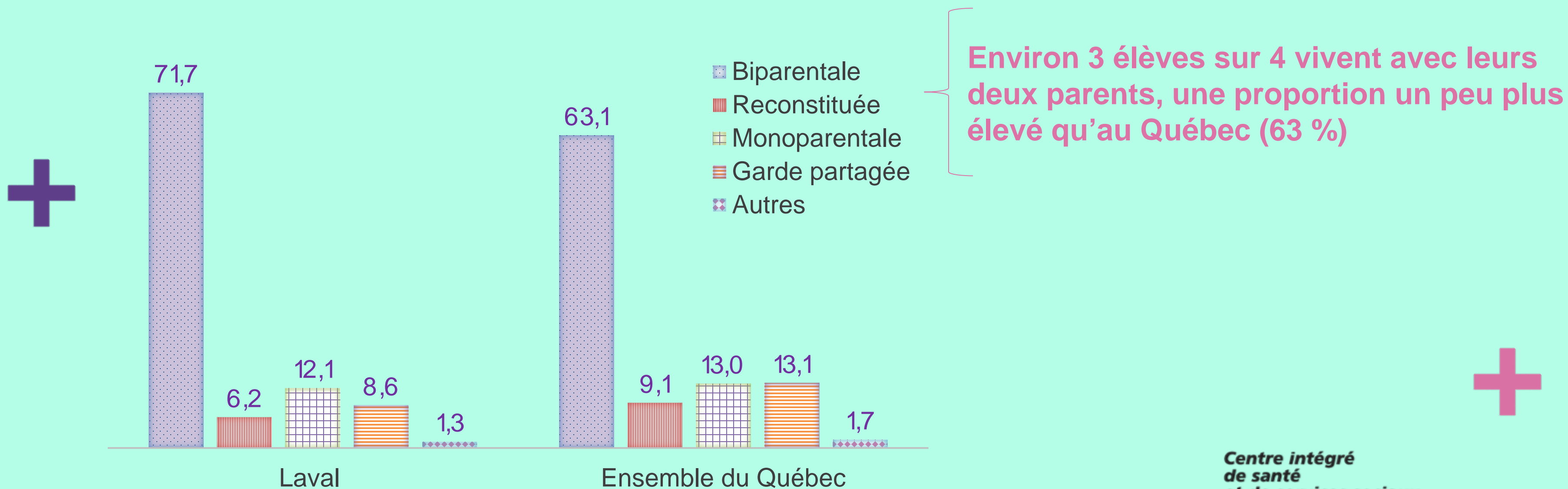
Québec





# Caractéristiques des élèves

Répartition (%) selon la situation familiale, Laval et ensemble du Québec, 2016-2017



Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec



EQSJS

# Habitudes de vie



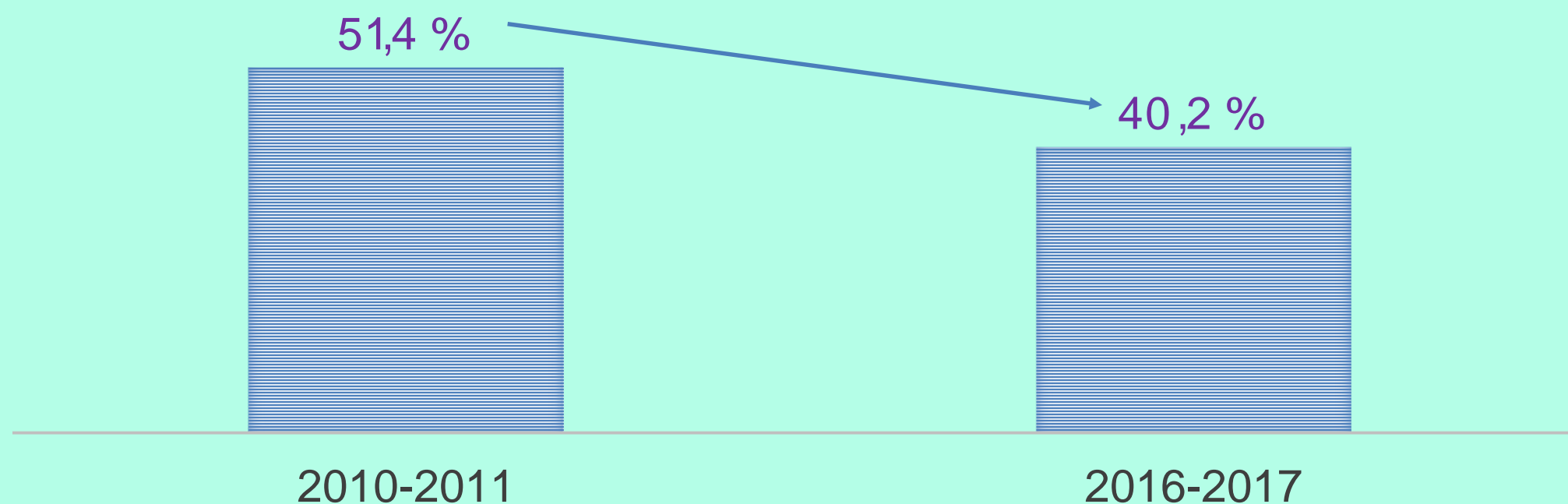
Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec 

# Alimentation

La majorité des jeunes ne consomment pas suffisamment de fruits et légumes

Proportion (%) d'élèves du secondaire consommant au moins cinq portions de fruits et légumes par jour selon le cycle d'enquête, Laval



- 40,2 % des élèves consomment au moins 5 portions de fruits et légumes par jour
- Pas de différence selon le sexe ou le niveau scolaire
- Diminution importante par rapport à 2010-2011 (51,3 %)

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec





# Alimentation

Les mauvaises habitudes sont fréquentes

## + Déjeuner

- En 2016-2017, près d'un élève sur 5 (17 %) commencent chaque journée d'école sans avoir déjeuné : 13,7 % des garçons et 20,7 % des filles

## + Boissons sucrées

- En 2016-2017, 16,1 % des élèves consomment des boissons sucrées au moins 1 fois par jour

## + Malbouffe (au restaurant ou au casse-croûte)

- En 2016-2017, 1 élève sur 10 a consommé de la malbouffe pour le dîner au moins 3 fois durant la dernière semaine d'école
  - + fréquent chez les garçons que chez les filles
  - + fréquent que dans le reste du Québec
  - Diminution par rapport à 2010-2011

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec 

# Niveau d'activité physique de loisir et de transport

## Définitions

### Activités physiques de loisir :

Incluent la pratique durant les temps libres, à la maison, à l'école, ou ailleurs. La pratique d'activité physique durant le cours d'éducation physique est exclut car c'est une activité obligatoire, donc non pratiquée durant les temps libres

### Activités physiques de transport :

Réfèrent aux modes de transport actif (marche, bicyclette, etc.) pour se rendre à l'école, au travail, chez un(e) ami(e) ou ailleurs

→ Les niveaux d'activité physique sont calculés en considérant à la fois la fréquence, la durée et l'intensité de l'activité

### Niveau actif (niveau recommandé) :

Équivalent de 1 heure de marche rapide/jour ou 35 minutes de jogging 5 fois/semaine

Source : Institut national de santé publique du Québec, Portail de l'Infocentre

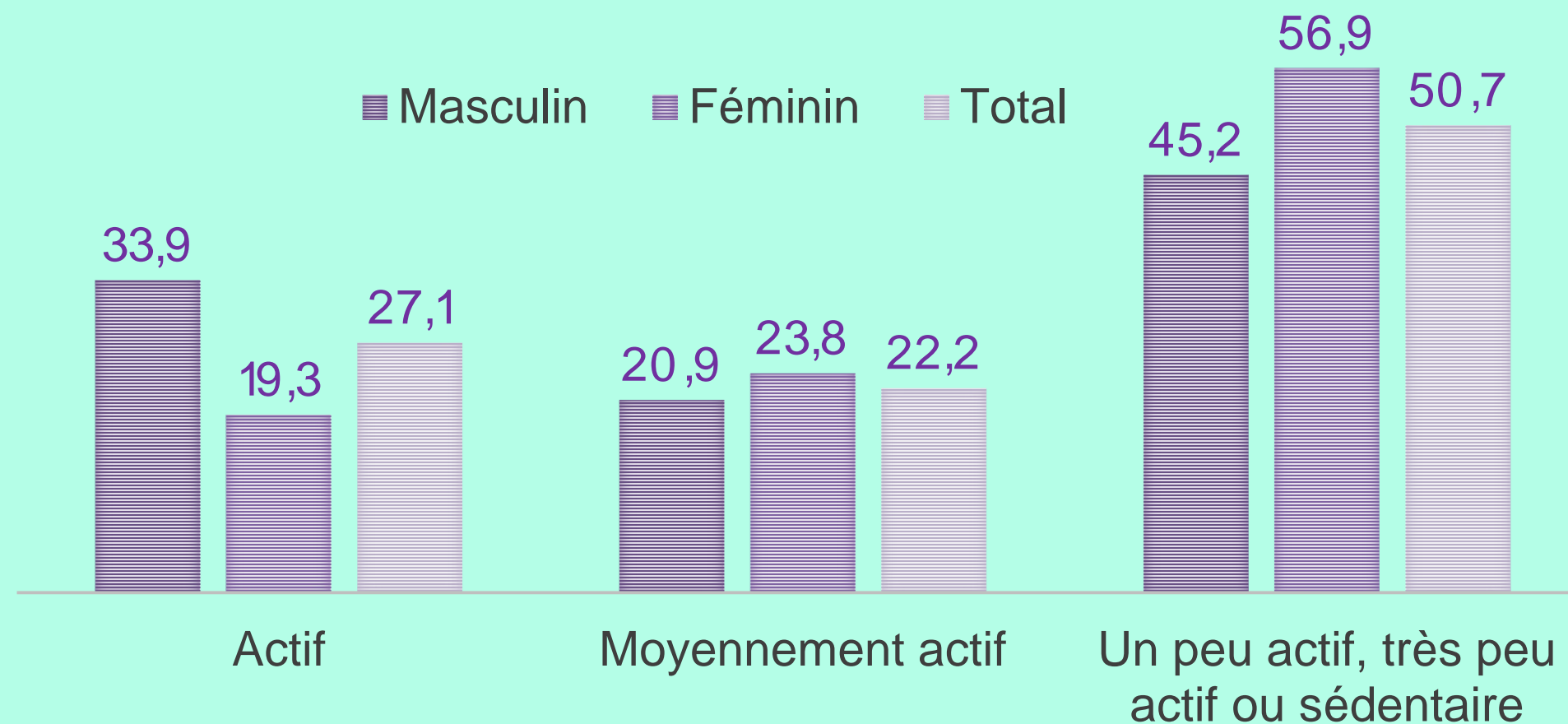
Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec 

# Activité physique de loisir et de transport

3 élèves sur 4 n'atteint pas les recommandations

Répartition (%) des élèves du secondaire selon leur niveau d'activité physique de loisir et de transport, Laval, 2016-2017



- Environ 27 % des élèves sont actifs, 22 % moyennement actifs et la moitié des élèves sont un peu, très peu actifs ou sédentaires
- Les garçons sont plus souvent actifs que les filles
- Les élèves de Laval sont moins actifs que ceux du reste du Québec
- Pas d'amélioration par rapport à 2010-2011

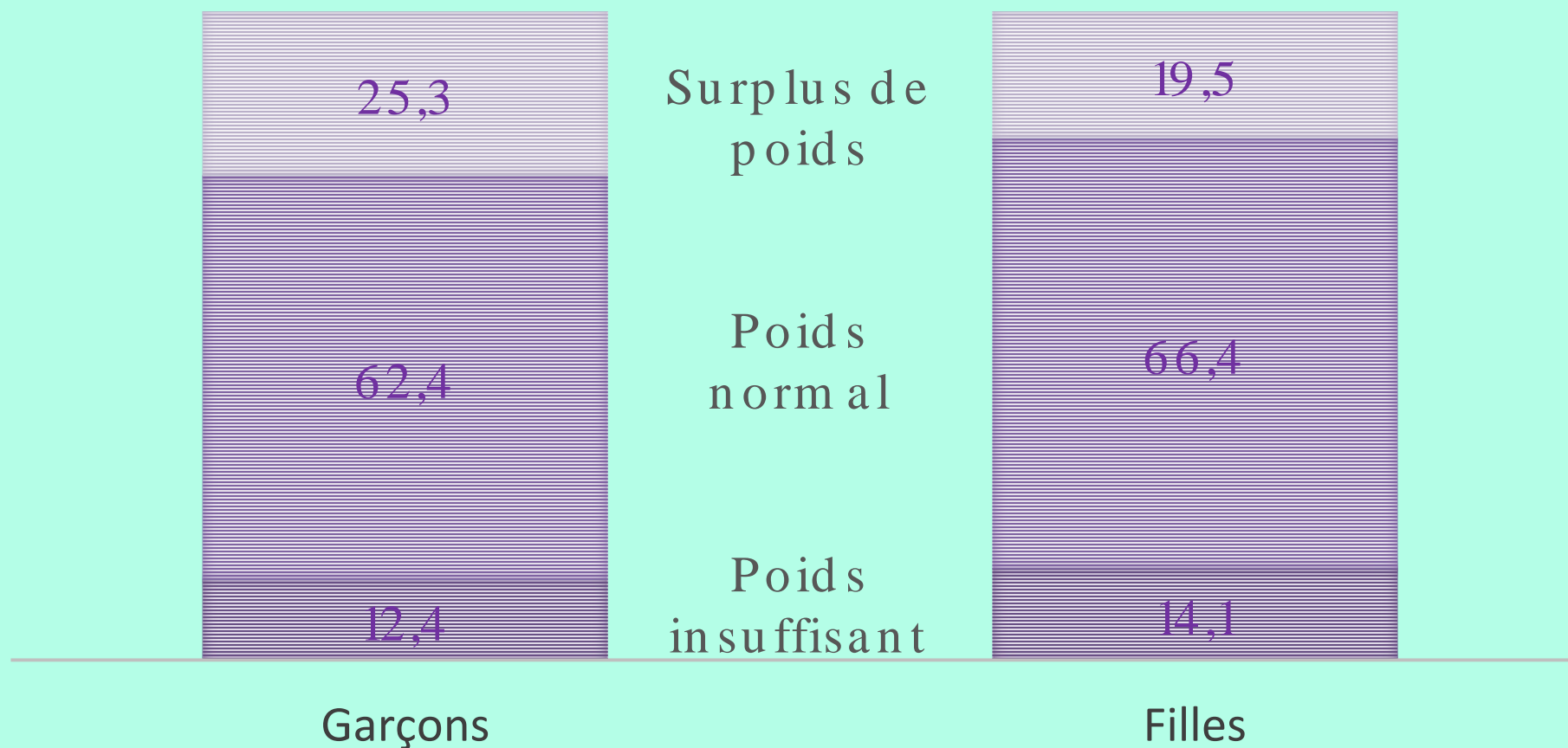
Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec

# Statut pondéral

1 élève sur 4 (23 %) est en surplus de poids  
(en embonpoint ou obèse)

Répartition (%) des élèves du secondaire  
selon leur statut pondéral et selon le sexe,  
Laval, 2016-2017

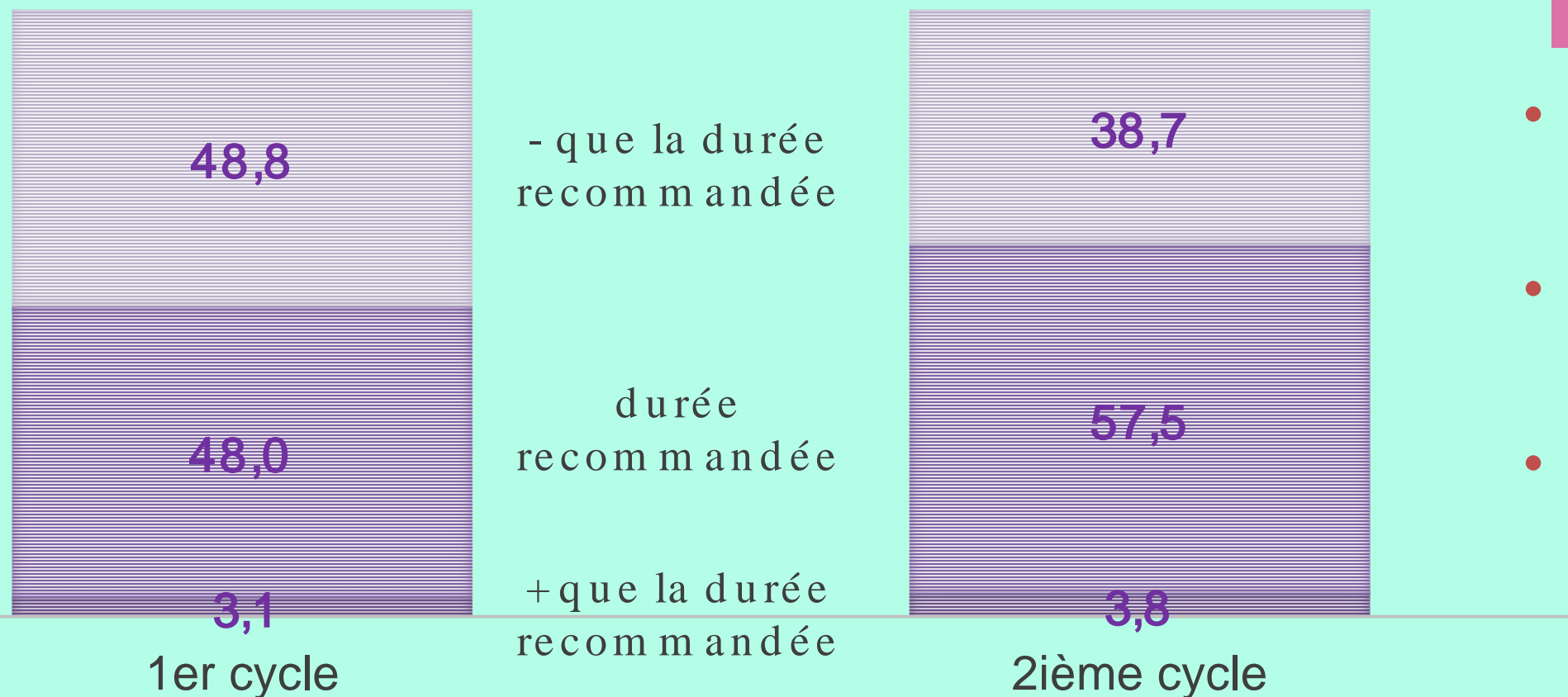


- Les garçons sont plus nombreux à être en surplus de poids
- La fréquence du surplus de poids est plus élevée que dans le reste du Québec
- Pas d'amélioration depuis 2010-2011

# Sommeil pendant la semaine d'école

Près de la moitié des élèves dorment moins d'heures que la durée recommandée

Répartition (%) des élèves du secondaire selon les recommandations sur la durée du sommeil durant la semaine d'école, Laval, 2016-2017



Recommandations en matière de sommeil durant la semaine d'école :

- 13 ans et moins : Entre 9 et 11 h
- 14 à 17 ans : Entre 8 et 10 h
- 18 ans et plus : Entre 7 et 9 h

- Les filles sont plus nombreuses à ne pas dormir suffisamment
- Les élèves du 1<sup>er</sup> cycle sont plus nombreux que ceux du 2<sup>ième</sup> cycle à ne pas dormir suffisamment
- Plus d'élèves ne dorment pas suffisamment comparativement à ceux du reste du Québec

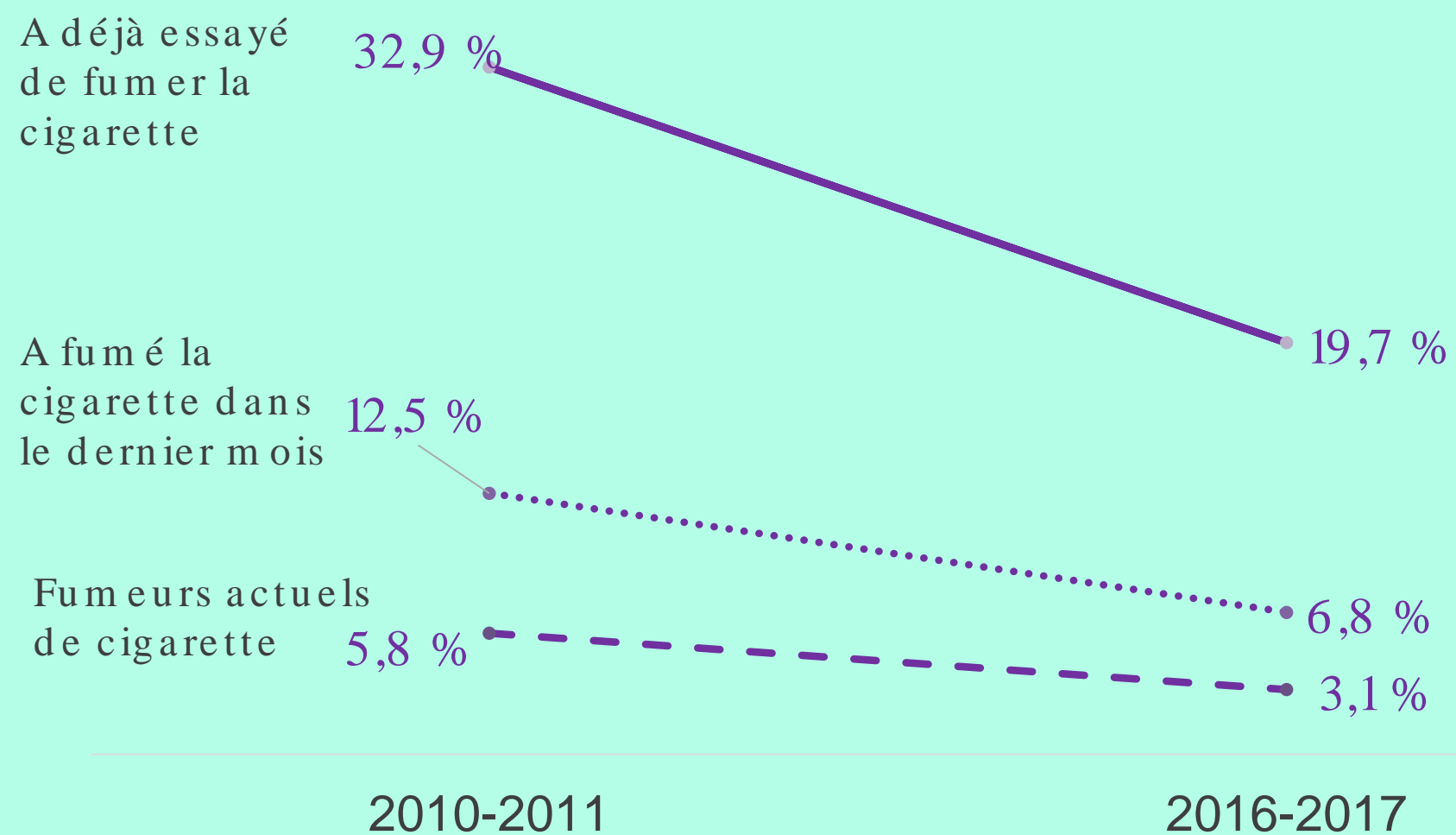
Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec

# Cigarette régulière

Moins populaire qu'en 2010-2011

Proportion (%) des élèves du secondaire fumant la cigarette selon le cycle d'enquête, Laval



## Fumeur actuel

Avoir fumé au cours du dernier mois ET avoir fumé 100 cigarettes au cours de sa vie.

- Environ 20 % des élèves ont déjà essayé de fumer la cigarette, tandis que 3 % des élèves sont fumeurs
- Les garçons sont plus nombreux à fumer que les filles
- Le taux de fumeurs augmente avec le niveau scolaire
- Moins de fumeurs à Laval que dans le reste du Québec
- Diminution importante depuis 2010-2011

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec

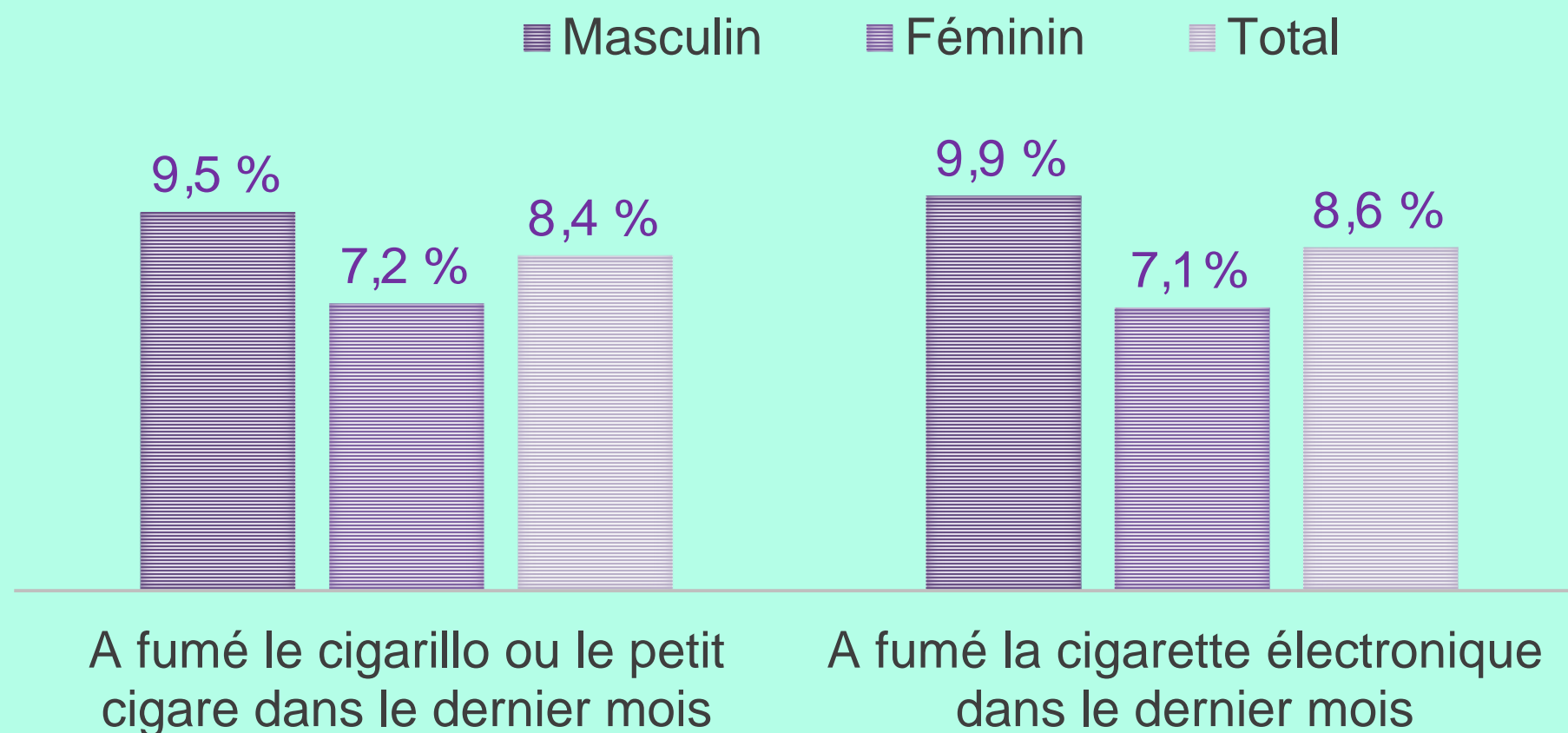




# Cigarillo, petit cigare et cigarette électronique

Plus populaires que la cigarette régulière

Proportion (%) des élèves du secondaire ayant fumé le cigarillo, petit cigare ou cigarette électronique selon le sexe, Laval, 2016-2017



- 8 % des élèves ont fumé un cigarillo ou un petit cigare dans le dernier mois tandis que 9 % ont fumé la cigarette électronique
- Les garçons sont de plus grands consommateurs que les filles
- Le taux de fumeurs augmente avec le niveau scolaire
- Moins de fumeurs à Laval que dans le reste du Québec

Note : En 2010-2011, ces indicateurs n'avaient pas été mesurés

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec

# Exemples d'actions lavalloises dans les écoles secondaires

Visant la promotion de la saine alimentation

## + Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif « Pour un virage santé à l'école »

Politique du MEES ayant pour but de soutenir les milieux scolaires dans le développement d'environnement favorable aux saines habitudes alimentaires et au mode de vie physiquement actif, ainsi que dans le développement des compétences personnelles des élèves à cet égard

[www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site\\_web/documents/dpse/adaptation\\_serv\\_compl/virageSanteEcole\\_PolCadre.pdf](http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/adaptation_serv_compl/virageSanteEcole_PolCadre.pdf)



## + Brigades culinaires de la Tablee des chefs

Programme ayant pour objectif de développer chez les adolescents l'autonomie alimentaire par l'apprentissage de techniques culinaires lors d'ateliers de cuisine

<http://e-learning.tableedeschefs.org/nos-programmes/brigade/>

## + Ateliers sur la saine alimentation

Misent sur l'importance de manger trois repas par jour et des collations et lunchs santé faciles à emporter à l'école. Les jeunes ont aussi la chance de cuisiner lors de ces ateliers

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec 

# Exemples d'actions lavalloises dans les écoles secondaires

Visant la promotion de l'activité physique et l'abandon du tabac

## + La Course du Grand défi Pierre Lavoie

Dans le cadre du Grand défi Pierre Lavoie, les jeunes inscrits à cette course à relais parcourent la distance entre Québec et Montréal, (environ 270 km) sans arrêt, de jour comme de nuit

[www.legdpl.com/la-course-au-secondaire](http://www.legdpl.com/la-course-au-secondaire)



## + Équipes sportives dans toutes les écoles

## + Implantation du Modèle d'Ottawa pour l'abandon du tabac (MOAT) dans les écoles

Vise la systématisation du statut tabagique et de l'offre d'aide à cesser ou diminuer la consommation de tabac chez tous les jeunes qui rencontrent l'infirmière scolaire



## + Programme Fille active

Vise à amener les adolescentes à être physiquement actives. S'adresse particulièrement aux filles, car à la puberté, 1 fille sur 2 abandonne le sport et au terme du secondaire, elles deviennent 9 sur 10 à ne pas faire suffisamment d'activité physique

[www.fillactive.ca](http://www.fillactive.ca)

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec



EQSJS

# Consommation d'alcool et de drogues et comportements sexuels +

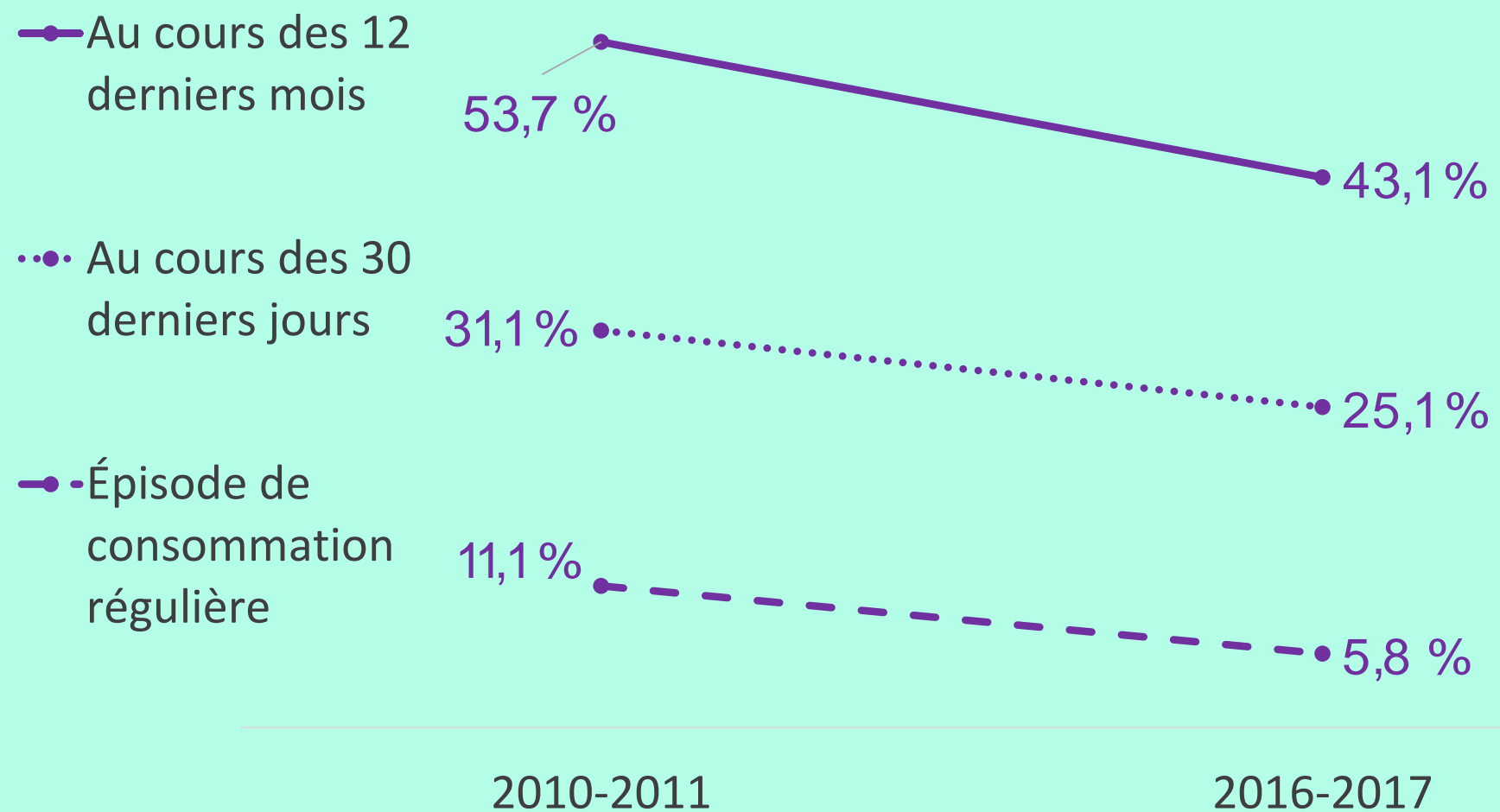
Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec 

# Consommation d'alcool

Importante diminution depuis 2010-2011

Proportion (%) des élèves du secondaire consommant de l'alcool selon le cycle d'enquête, Laval



## Consommation régulière d'alcool

- Au moins 1 fois par semaine pendant une période d'au moins 1 mois.
- 43 % des élèves ont consommé de l'alcool dans la dernière année tandis que le quart en a consommé dans le dernier mois et 6 % en ont consommé régulièrement
- Pas de différence selon le sexe
- Augmente avec le niveau scolaire
- Moins fréquent à Laval que dans le reste du Québec

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec





# Consommation excessive d'alcool

## Définition

**La consommation excessive d'alcool** est définie comme étant le fait d'avoir pris cinq consommations ou plus d'alcool en une même occasion au moins une fois au cours d'une période de douze mois

**Une consommation correspond à** : un verre de vin (120 à 150 ml), une petite bière (341 ml) un verre de boisson forte ou un verre de « shooter » (30 à 40 ml)

Source : Institut national de santé publique du Québec, Portail de l'Infocentre

**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval**

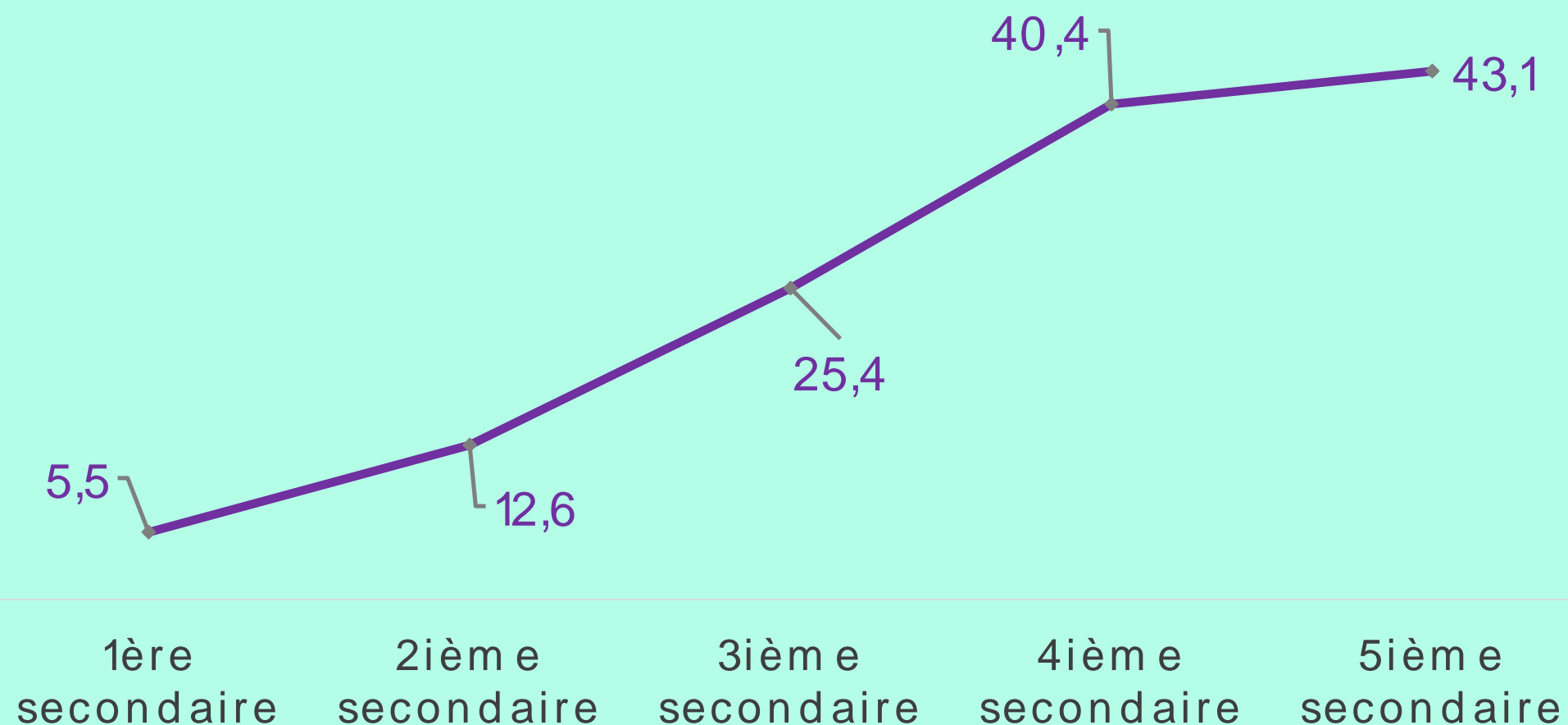
**Québec** 



# Consommation excessive d'alcool

Environ 1 élève sur 4 à eu au moins un épisode dans l'année

Proportion (%) des élèves du secondaire ayant pris cinq consommations dans une même occasion dans la dernière année selon le niveau scolaire, Laval, 2016-2017



- Pas de différence selon le sexe
- Nette augmentation de la consommation excessive d'alcool avec le niveau scolaire
- Moins fréquent à Laval que dans le reste du Québec
- Importante diminution : de 33,5 % à 24,7 %

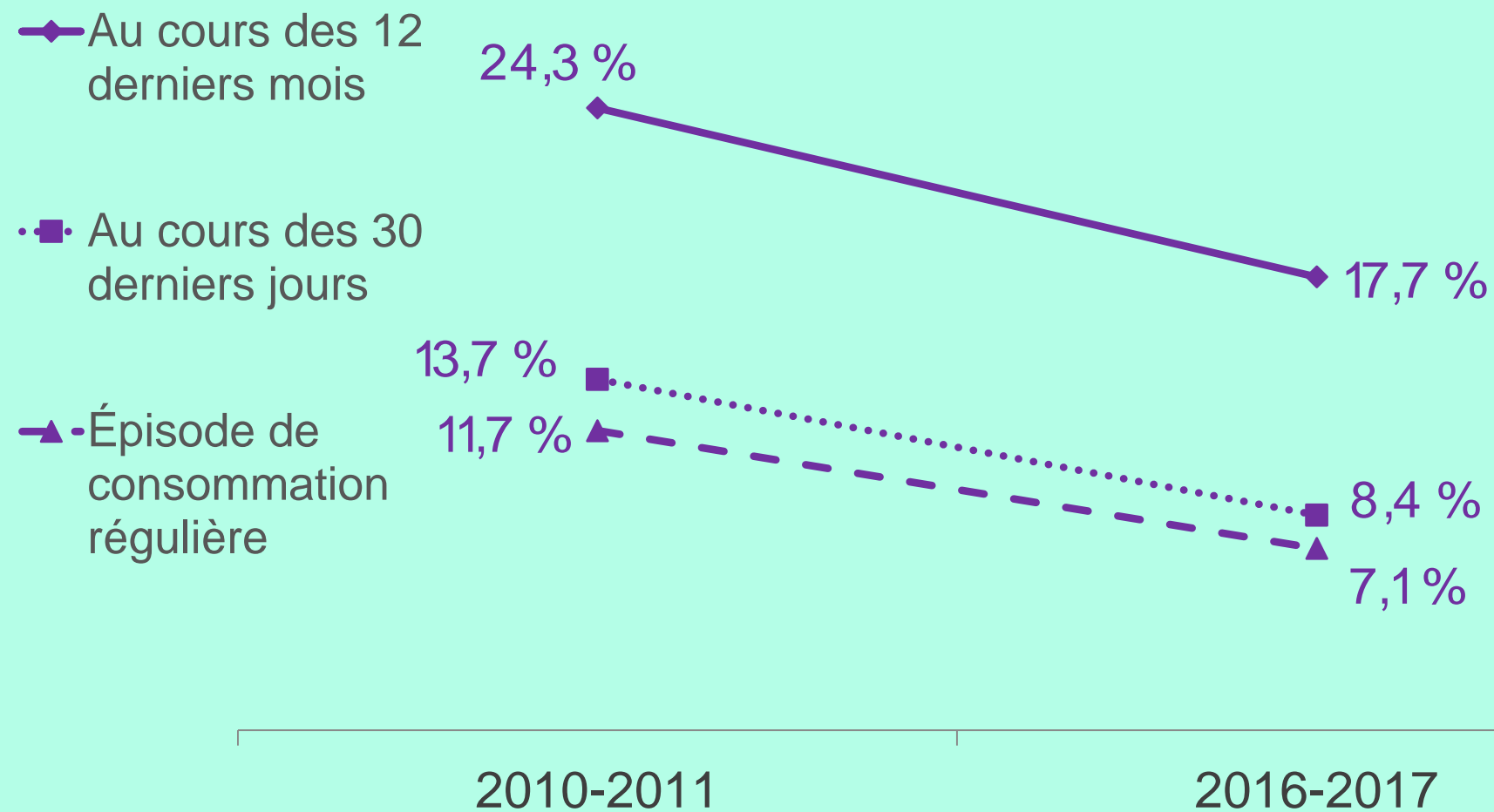
Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec

# Consommation de drogues

Importante diminution depuis 2010-2011

Proportion (%) d'élèves du secondaire ayant consommé de la drogue selon le cycle d'enquête, Laval



## Consommation régulière de drogues

- Au moins 1 fois par semaine pendant une période d'au moins 1 mois.

- Environ 18 % des élèves ont consommé de la drogue au cours de la dernière année
- Les garçons sont des plus grands consommateurs que les filles
- La consommation de drogues augmente avec le niveau scolaire
- Moins de consommateurs à Laval que dans le reste du Québec
- Diminution de la consommation par rapport à 2010-2011

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

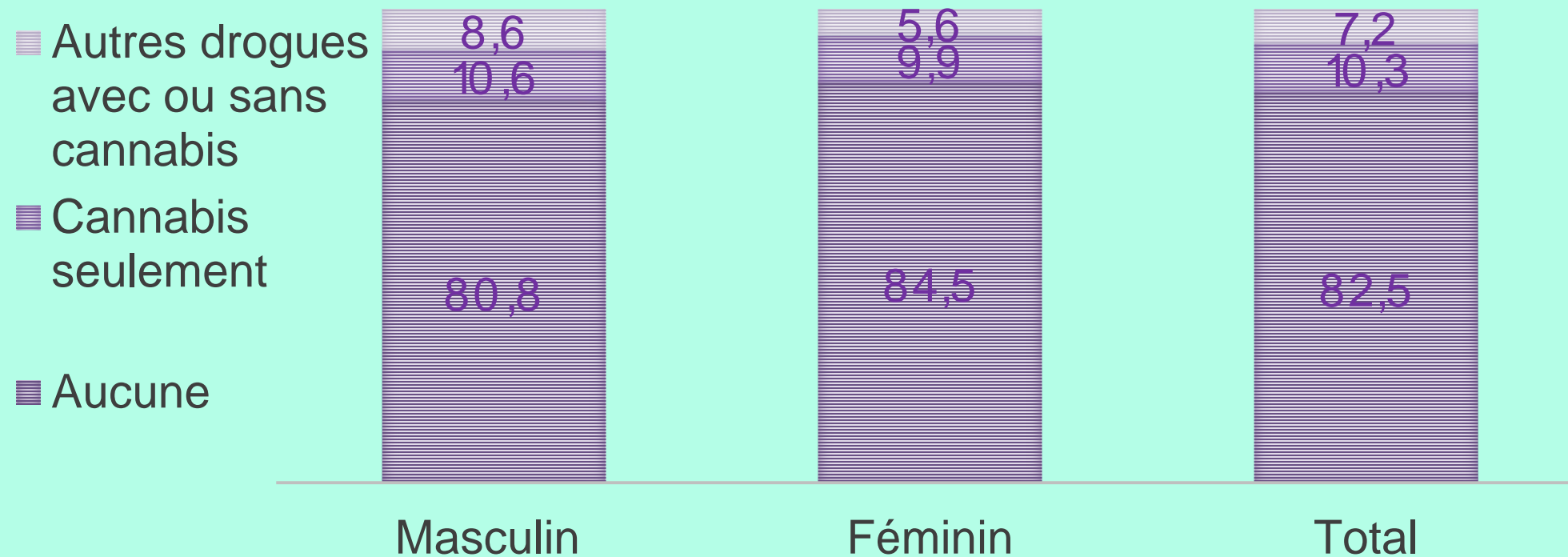
Québec



# Consommation de drogues

Moins d'1 élève sur 10 consomme d'autres drogues que le cannabis

Répartition (%) des élèves du secondaire selon le type de drogues consommées au cours des 12 derniers mois selon le sexe, Laval, 2016-2017



- Environ 7 % des élèves ont consommé des drogues autres que le cannabis dans la dernière année, une proportion plus élevée chez les garçons que chez les filles
- Le cannabis est la drogue la plus consommée : parmi les consommateurs de drogues, la majorité (60%) consomme uniquement du cannabis

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec



# Comportements sexuels

Moins d'élèves actifs sexuellement,  
mais + de relations à risque

En 2016-2017, 1 élève sur 4 (26,7 %) de 14 ans et plus a déjà eu une relation sexuelle

- Augmente avec le niveau scolaire (atteint 38,8 % en 5<sup>e</sup> secondaire)
- Moins de jeunes actifs sexuellement que dans le reste du Québec
- Diminution par rapport à 2010-2011

En 2016-2017, parmi les élèves actifs sexuellement :

- 61,4 % ont utilisé le condom lors de leur dernière relation vaginale :  
une diminution par rapport à 2010-2011
- Parmi les filles actives sexuellement, **plus de 1 sur 5 (22,9 %) ont utilisé la  
contraception orale d'urgence** dans la dernière année

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec 

# Exemples d'actions lavalloises dans les écoles secondaires

Visant la prévention de la consommation de drogues et d'alcool et des comportements sexuels à risque

## + Atelier *Mon indépendance, j'y tiens*

Programme de la Maison Jean-Lapointe visant à sensibiliser les jeunes aux risques associés à la consommation d'alcool et de drogues [www.monindependance.ca/index.html](http://www.monindependance.ca/index.html)



## + Campagne de prévention des ITSS *Risque stupide*

S'adresse aux jeunes de 15 à 24 ans. Des kiosques de dépistage sont disponibles, en fonction d'un calendrier établi, dans les écoles secondaires, au Collège Montmorency et au Campus Laval de l'Université de Montréal. La campagne est supportée par un site web et une page Facebook [www.risquestupide.ca](http://www.risquestupide.ca)



## + Soirées d'information pour les parents portant sur la consommation chez les adolescents

## + *Le pouvoir de tout changer*

Animations sur le sexting ainsi que sur la prévention des accidents de la route liés à la consommation de drogues, d'alcool ou de la fatigue. Sont offertes au secondaire par le Service de Police de Laval



Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec



# Exemples d'actions lavalloises dans les écoles secondaires

Visant la prévention de la consommation de drogues et d'alcool et des comportements sexuels à risque



+ Ateliers portant sur la contraception et la prévention des ITSS animés par les infirmières scolaires

+ As-tu mon numéro? Got my info?

- Site Web interactif et page Facebook
- Vise à faire connaître aux jeunes et à leurs parents les ressources communautaires et institutionnelles en lien avec diverses problématiques (ex. : sécurité alimentaire, dépendance, santé mentale) ainsi que les organismes offrant des services d'animation et d'intervention auprès des jeunes (ex. : maisons des jeunes, Club 4H du Québec, Unité d'intervention mobile Oasis, TRIL)  
<https://astumonnumero.com>

+ Mon ado au secondaire

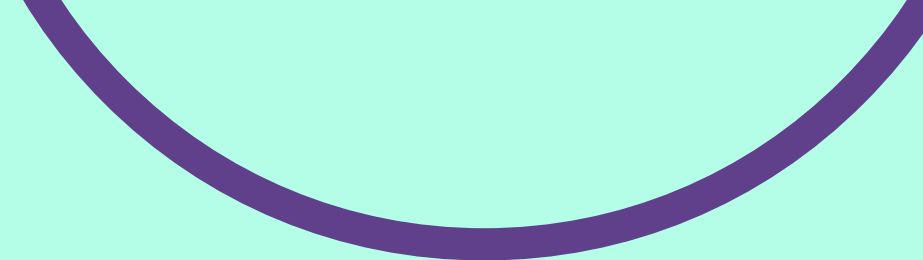
- Initiative régionale qui s'adresse aux jeunes et à leurs parents
- Vise à favoriser une transition harmonieuse entre le primaire et le secondaire et l'enfance et l'adolescence
- Ateliers portant sur différents sujets (consommation, sexualité, réseaux sociaux, encadrement scolaire, passage primaire-secondaire) et accès à de l'information sur les services offerts par les réseaux de la santé, de l'éducation, du municipal et du communautaire  
[www.monadoausecondaire.com](http://www.monadoausecondaire.com)



Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec





**Une réalisation de l'équipe de surveillance de l'état de santé de la population de la Direction de santé publique**

**Réalisation des travaux**

Émilie Blais  
Céline Dufour  
Pierre-Yves Tremblay

**Source des données**

Institut de la statistique du Québec. Enquête sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) 2010-2011 et 2016-2017

**Consultez les tableaux synthèse ci-dessous sur notre site Web [lavalensante.com](http://lavalensante.com), section Documentation, rubrique Santé publique**

Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 - Principaux résultats pour la région de Laval et comparaisons avec le Québec

Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 - Principaux résultats pour la région de Laval - Disparités entre les sexes et les niveaux de scolarité

**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval**

**Québec** 