

CHANGEMENT DE PRATIQUES ET D' ACTIONS À LA SUITE DE SÉANCES DE SENSIBILISATION SUR LES ENVIRONNEMENTS FAVORABLES AUX SAINES HABITUDES DE VIE

Sylvie NgopyaDjiki, Étudiante à la Maîtrise, UQTR, François Trudeau et Marie-Claude Rivard, professeurs, UQTR

Résumé: Les habitudes de vie sont un déterminant important des maladies chroniques. Pour leur part, les environnements influencent l'adoption de saines habitudes de vie (SHV). Cette recherche vise à : 1) évaluer l'impact des séances de sensibilisation portant sur les environnements favorables aux SHV sur les compétences et acquis des personnes-relais sensibilisées et 2) examiner l'impact de ces séances sur le transfert des acquis vers des actions pour aider les personnes-relais à développer des environnements favorables aux SHV. Des entretiens téléphoniques individuels du type semi-dirigé ont été réalisés chez 52 participants (41 femmes et 11 hommes). L'analyse des données a été réalisée selon une perspective qualitative et interprétative. Les participants ont indiqué une amélioration de leurs connaissances et compétences, et une compréhension accrue de l'importance des environnements favorables aux SHV. Ils ont aussi indiqué être en mesure d'utiliser ces nouvelles compétences et connaissances afin d'agir sur leurs environnements. En conclusion, les participants ont été incités par les séances à entreprendre de nouvelles initiatives et la mise en place d'infrastructures afin de rendre les environnements plus favorables aux SHV.

Abstract: Lifestyle habits are an important determinant of chronic diseases. The environments are decisive in the adoption of healthy lifestyles (HLS). This research aims to: 1) assess the impact of awareness sessions on environments favorable to HLS on the knowledges and skills of trained stakeholders and 2) to examine the impact of such sessions on the transfer from knowledge and skills learning into action to develop environments favorable to HLS. Individual telephone semi-structured interviews were conducted with 52 participants (41 women and 11 men). Data analysis was performed with a qualitative and interpretive perspective. Participants reported an improvement in their knowledges and skills, and an increased understanding of the importance of enabling environments to HLS. They also perceived becoming able to use their new knowledges and skills in order to influence their environments. In conclusion, the sessions have led to the development of stakeholders' capabilities to later develop infrastructure initiatives susceptible to make more environments favorable to HLS.

*Mots clés: Obésité, environnements favorables, sensibilisation, évaluation, saines habitudes de vie.
Keywords: Obesity, favorable environments, awareness, evaluation, healthy lifestyle*

Introduction

Le taux d'obésité et de maladies chroniques connaît depuis une trentaine d'années une montée grandissante et inquiétante. Dans plusieurs pays, notamment les plus industrialisés, les chiffres démontrent un taux élevé d'obésité. Au Canada, 25 % des adultes sont considérés comme étant obèses et au Québec ce taux est de 22,8 % (Bergeron & Reyburn, 2003). Malgré ces chiffres en constante augmentation, les différentes sociétés restent encore davantage en mode curatif que préventif (Bergeron & Reyburn, 2003).

Il est de plus en plus reconnu que les environnements physique, socioculturel, politique et économique sont des déterminants importants de l'obésité et des maladies chroniques et en particulier des habitudes de vie qui y sont associées (Richard, Gauvin, & Raine, 2011). Au Québec, une initiative conjointe de Québec en Forme et du Comité québécois de formation sur les saines habitudes de vie (SHV) a été créée en 2008. L'objectif de cette initiative est de favoriser et d'inciter le partage d'une vision commune visant à prévenir les problèmes liés à l'obésité et aux maladies chroniques et d'envisager des solutions en mettant l'accent sur la cohérence et la synergie des actions (Ministère de la Santé et des Services Sociaux [MSSS], 2010). Une des missions de ce comité est le développement d'environnements favorables aux saines habitudes de vie (EFSHV). Afin d'atteindre cette mission, des séances de sensibilisation ont été mises sur pied et dispensées par des personnes-ressources afin d'inciter les personnes-relais à rendre les environnements plus favorables aux SHV (Agence de la Santé et des Services Sociaux du Bas-St-Laurent, 2006). À ce jour, plus de 15 000 personnes-relais de tous les milieux (scolaires, de la santé, municipaux,

communautaires et territoriaux) ont été sensibilisées pour agir sur les différents environnements physique, socioculturel, politique et économique. Une démarche globale d'évaluation a été menée auprès d'environ 3 500 personnes-relais sondées par questionnaires et entrevues de groupe ; la présente étude se penche sur les résultats d'évaluation issus de 52 personnes-relais ayant été interrogées par entrevues individuelles.

Le rôle des environnements favorables

Un environnement favorable est défini comme l'ensemble des éléments de nature physique, économique, socioculturelle, politique exerçant une influence positive sur l'activité physique et la saine alimentation (Swinburn, Egger & Raza, 1999). On entend par activité physique les mouvements engendrés par les muscles squelettiques et associés à une augmentation de la dépense énergétique et par saine alimentation, les comportements alimentaires qui favorisent le maintien ou l'amélioration de la santé (Organisation Mondiale de la Santé [OMS], 2015; Taylor, Evers & Mckenna, 2005). Ces éléments environnementaux sont reliés entre eux et s'influencent mutuellement (Morissette, 2015).

Les types d'environnements

L'environnement physique comprend les éléments de la nature et des infrastructures. Il inclut les supermarchés, restaurants, lieux de travail, de loisirs ou de pratique du sport, mais aussi l'aménagement du territoire, des transports et des parcs (Morissette, 2015). Par exemple, un quartier ayant un fort potentiel piétonnier, une présence de trottoirs et de pistes cyclables, d'infrastructures récréatives et sportives favorise la pratique de l'activité physique.

L'environnement économique se réfère aux coûts associés à l'alimentation et à l'activité physique, aux activités de production de consommation et à l'utilisation des richesses (MSSS, 2012).

L'environnement politique fait référence aux réglementations, aux lois, aux politiques et aux règles institutionnelles s'appliquant aux secteurs de l'agroalimentaire et de l'activité physique. Ces environnements ont un effet direct sur les comportements de santé des individus et des organisations (Swinburn *et al.*, 1999).

L'environnement socioculturel fait référence aux croyances, aux valeurs de la communauté qui sont influencées par le sexe, l'ethnicité, la religion et les traditions. Il comprend les éléments relatifs aux structures et aux modes de fonctionnement des individus ou des groupes d'individus (MSSS, 2012).

Problématique

La littérature s'intéresse de plus en plus à la relation entre les quatre types d'environnements, à savoir physique, économique, socioculturel et politique, l'obésité et les maladies chroniques. L'augmentation du taux d'obésité et des maladies chroniques des populations est due à des facteurs environnementaux qui interagissent avec la génétique (Hill, Wyatt, Reed & Peters, 2003). Au Canada et au Québec, un nombre important d'interventions, d'initiatives, de plans d'action gouvernementaux, de programmes et de politiques ont été mis en place dans une perspective d'interactions entre les environnements et les habitudes de vie. Les interventions, de nature individuelle ou populationnelle (Institut National de Santé Publique du Québec [INSPQ], 2006), sont menées à plusieurs paliers par des intervenants (personnes-relais) en provenance de divers milieux (scolaires, de la santé, municipaux, communautaires et territoriaux) qui agissent, par l'entremise de leurs fonctions, à favoriser l'adoption et le maintien des saines habitudes de vie des citoyens dans leur milieu. C'est dans ce contexte que les séances de sensibilisation des EFHV ont été déployées. Les personnes-relais sensibilisées jouent un rôle majeur souvent associé aux décisions politiques dans les milieux de vie des communautés. Cependant, la notion et l'importance des saines habitudes de vie dans leur communauté ne leur apparaissent pas toujours naturelles faute de connaissances et d'expériences en santé publique (MSSS, 2012).

L'intérêt de cette recherche réside dans l'ampleur de l'initiative qui touche un large éventail d'acteurs sur tout le territoire québécois. L'évaluation des impacts à la suite de la séance de sensibilisation est très pertinente étant donné l'importance de modifier les environnements jugés influents sur l'état de santé de la population. Le cadre de l'évaluation d'une formation de Kirkpatrick et Kirkpatrick (2006),

retrouvé dans *Evaluating Training Programs : The Four Levels*, apparaît tout indiqué pour examiner les impacts des séances de sensibilisation.

Cette recherche vise à : 1) évaluer l'impact de séances de sensibilisation portant sur les environnements favorables aux SHV sur les compétences et acquis des personnes-relais sensibilisées et 2) examiner l'impact de ces séances sur le transfert des acquis vers des actions pour aider les personnes-relais à développer des environnements favorables aux SHV.

Cadre méthodologique d'analyse

L'étude évalue l'acquisition des compétences et des connaissances de même que le transfert des acquis chez des personnes-relais dans leurs actions pour développer un contexte favorable aux SHV. Ce sont les points de vue de personnes-relais ayant suivi les séances de sensibilisation qui font l'objet de la présente étude. Trois niveaux du cadre d'évaluation de la formation de Kirkpatrick et Kirkpatrick (2006) ont permis de catégoriser les contenus qualitatifs émis par les participants. Il s'agit de l'acquisition ou l'apprentissage (niveau deux), du transfert (niveau trois) et des impacts ou résultats (niveau quatre).

Méthodologie

Nous avons utilisé l'approche qualitative pour cette étude et la collecte des données a été réalisée à l'aide d'entretiens individuels du type semi-dirigé. Les entretiens se sont faits par téléphone à cause de l'éloignement géographique des participants répartis dans plusieurs régions du Québec. Cette approche méthodologique est pertinente dans la mesure où la parole est donnée aux acteurs afin de mieux comprendre les savoirs pratiques mobilisés dans le contexte de la séance de sensibilisation qu'ils ont reçue. Cette méthode contribue à faciliter la libre expression des acteurs interrogés tout en permettant au chercheur de cadrer le discours et le circonscrire à la recherche (Guignon & Morissette, 2006). Nous émettons l'hypothèse que les séances de sensibilisation fournissent aux acteurs sensibilisés, et donc à nos participants (personnes-relais), des connaissances qui rendent crédibles leurs opinions en lien avec nos questions de recherche (Lamoureux, Lavoie, Mayer & Panet-Raymond, 2008).

Participants

Le groupe de référence est constitué des 52 participants (F=41, H=11) ayant participé aux séances de sensibilisation sur les environnements favorables aux saines habitudes de vie et ayant répondu préalablement à un questionnaire en ligne et accepté d'être recontactés pour un entretien individuel. Le seul critère d'inclusion était d'avoir participé à une séance de sensibilisation. Les 52 participants de l'étude sont des personnes-relais de différents milieux professionnels dont la majorité provient des milieux scolaire, communautaire, municipal et de la santé. Le tableau 1 résume les informations générales des participants.

Tableau 1 : Renseignements sur les participants

Catégories	Renseignements
Sexe	Femme (n=41) Homme (n=11)
Moyenne d'âge	43 ans, *S=9,25
Catégorie d'employeur**	Communautaire (n=11) Municipal (n=7) CSSS (n=12) Petite enfance (n=2) Direction Santé Publique (n=2) Scolaire (n=6) SHV/ Québec en Forme (n=8) Gouvernemental (n=4)
Secteur d'activités**	Aménagement (n=1) SHV/Québec en Forme (n=9) Municipal (n=6) Famille (n=3) Loisir (n=5)

	Emploi (n=1) Santé (n=17) Scolaire (n=8) Autres (n=2)
Région	Bas St-Laurent (n=3) Saguenay/Lac-St-Jean (n=4) Capitale Nationale (n=5) Mauricie/Centre-du-Québec (n=2) Estrie (n=2) Montréal (n=6) Gatineau (n=7) Abitibi-Témiscamingue (n=2) Côte-Nord (n=2) Nord-du-Québec (n=4) Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine (n=3) Chaudière Appalaches (n=1) Laval (n=4) Lanaudière (n=1) Laurentides (n=4) Montérégie (n=2)
Statut d'emploi	Employés (n=48) Gestionnaires, décideurs (n=3) Bénévole, stagiaire (n=1)

*S=Écart-type

**** Les participants avaient le choix de répondre ou non à la catégorie d'employeur, et ils avaient le choix de répondre à plus d'un secteur d'activités**

Stratégies de recrutement

Nous avons envoyé un courriel de sollicitation laissé par les participants ayant répondu au préalable à un questionnaire en ligne et accepté d'être recontactés pour un entretien individuel. Nous nous sommes assurés d'avoir une représentativité (régions du Québec, secteurs d'activités, catégorie d'employeur) de l'ensemble des répondants.

Instrument de collecte de données

Les entretiens semi-dirigés permettent de générer de nombreuses données et ouvrent plusieurs angles de discussions (Geoffrion, 2003). Le contenu de l'entrevue a été élaboré de façon à évaluer l'impact engendré par la séance de sensibilisation sur les connaissances et les habiletés des personnes-relais et sur le transfert de celles-ci dans leur milieu de travail. Cette évaluation a été possible grâce à l'utilisation du modèle de l'évaluation de la formation à quatre niveaux de Kirkpatrick et Kirkpatrick (2006). Ce modèle a servi de base afin d'élaborer le canevas de l'entretien individuel. Deux prétests avec deux participants ont été effectués avant la réalisation des entretiens individuels afin de valider le contenu du canevas et d'apporter les ajustements nécessaires. Au final, le canevas d'entrevue comportait les questions suivantes : (1) Suite à la séance, votre niveau de compétences et de compréhension de votre travail a-t-il changé? De quelle manière? (2) Comment les notions acquises lors de la séance ont-elles été utiles dans le cadre de votre fonction? Donner des exemples. (3) Les actions entreprises, ultérieures à la séance ou en cours actuellement, ont-elles pris en considération la séance suivie? Expliquer. (4) La séance vous a-t-elle plus porté à sensibiliser votre entourage sur les EFSHV? Comment?

Collecte et analyse des données

La durée moyenne des entretiens individuels était de 17 minutes, enregistrés en audio, transcrits et analysés à l'aide du logiciel NVivo 8. Les données ont été intercodées par deux analystes avec une concordance de 98 %. Le contenu, catégorisé selon le modèle de Kirkpatrick et Kirkpatrick (2006), est organisé selon la

méthode développée par L'Écuyer (1990) qui se décline ainsi : Étape 1 – *Lecture des données et identification des énoncés* ; Étape 2 – *Découpage des unités de sens et identification du ou des thèmes du cadre méthodologique auxquels les unités de sens sont rattachées* ; Étape 3 – *Processus de catégorisation et de classification* ; Étape 4 – *Processus de triangulation/corroboration* ; Étape 5 – *Quantification et traitement des statistiques* ; Étape 6 – *Interprétation des résultats*. Un indice de corrélation (C) vérifié par un test binomial a été calculé, indiquant un degré de concordance ou de discordance entre les différentes catégorisations, variant entre -1 et +1 respectivement (Laurencelle, 2007).

Résultats

Les résultats de l'étude seront présentés selon ses deux objectifs. Le premier objectif visait à évaluer l'impact des séances de sensibilisation portant sur les environnements favorables aux SHV sur les compétences et acquis des personnes-relais sensibilisées. L'objectif #2 visait à examiner l'impact de ces séances sur le transfert des acquis vers des actions pour aider des personnes-relais à développer des environnements favorables aux SHV. De manière à préserver l'anonymat, chaque participant est identifié avec un code chiffré précédé de la lettre P. Ainsi, le participant P1 est le premier à avoir été interviewé.

Acquisitions : Compétences et compréhension

Les questions et propos des participants (personnes-relais) traitent de l'influence des séances, sous l'angle de l'acquisition de nouvelles habiletés, connaissances et compétences. Les participants ont évoqué des changements positifs au niveau de leurs compétences et une compréhension accrue suite à la séance. P6 commente :

« Mes compétences c'est que je vais avoir une meilleure analyse de la situation. Puis quand ça va être le temps de réfléchir à des pistes de solution ou des façons de procéder, de proposer des solutions aux gens, je vais être capable de mieux cerner tout ce qui entoure les personnes, de mieux cibler les interventions à proposer [...] ».

La moitié des participants (n=26) ont confirmé que la séance de sensibilisation leur a permis de consolider leurs acquis, leur compréhension et leur niveau de compétences, et ce en clarifiant et précisant les concepts concernant les EFSHV. P7 mentionne :

« [...] je dirais que oui cela a changé beaucoup de choses. C'est comme un dossier dans mon travail, cela me permet d'être mieux préparée aux rencontres, à la préparation des projets que j'ai à faire et quand on en discute, j'ai une meilleure compréhension et un meilleur langage ».

Les participants ont aussi constaté qu'au retour sur leur lieu de travail, ils étaient plus conscients des quatre environnements qui les entouraient et ils étaient plus en mesure de distinguer les environnements favorables. Cependant, plusieurs participants (n=18) qui travaillaient déjà dans l'optique des EFSHV ont mentionné qu'ils travaillaient de la même façon et que la séance n'a pas changé leur niveau de compétences ou de compréhension. Le participant 13 (P13) rapporte d'ailleurs :

« Non je savais pas mal qu'est-ce que c'était un environnement favorable alors ce n'est pas mal resté stable je dirais ».

Habiletés et connaissances

À la question portant sur les notions acquises et leur utilité, nombreux sont les participants (n=36) qui ont appris l'existence des quatre environnements favorables lors de la séance. Celle-ci aura permis une meilleure compréhension des concepts des EFSHV et l'apprentissage d'un vocabulaire commun utile dans le cadre de leur travail, notamment dans les comités de concertation. Les notions qui leur ont été communiquées lors de la séance leur ont apporté une connaissance plus fine de la notion des environnements favorables. Les exemples concrets mentionnés lors des séances leur ont permis de mieux comprendre les EFSHV et l'importance de leur rôle. Ainsi un participant (P11) explique :

« En fait cela a changé de savoir les quatre environnements. Cela m'a aidé à identifier les environnements qui étaient présents et les choses que je

pouvais changer. Dans le fond on est plus alerte à l'amélioration qu'on peut faire, on est capable de trouver les environnements qui sont favorables et ceux qui seraient défavorables. Ça a facilité d'avoir l'information, après on a l'œil plus alerte ».

D'un autre côté, quelques-uns (n=5) ont mentionné qu'ils n'avaient acquis aucune nouvelle connaissance, ces participants connaissaient déjà les termes des quatre environnements et les diverses connaissances reliées à ceux-ci selon cet extrait :

« J'avais déjà, avant d'arriver à cette séance de formation là, je pense, beaucoup de connaissances dans ce domaine-là. Mon objectif moi n'était pas de nécessairement apprendre des choses, mais plutôt de prendre contact avec les gens de la communauté » (P10).

Transfert et impacts : Intégration

Les propos des participants abordent le transfert des acquis et l'impact des séances sous l'angle de leurs actions dans la promotion des EFSHV dans leur communauté. Plusieurs participants (n=17) estiment difficile de mettre en place divers projets à la suite de la séance et à appliquer les notions sur le terrain. Ils ont mentionné qu'ils ne pensaient pas que ces notions acquises serviraient dans l'immédiat, mais davantage dans le futur. C'est ce que racontent P1 et P3 respectivement :

« Peut-être pas dans l'immédiat, mais probablement dans le futur que cela peut amener parce que moi c'est une banque alimentaire. C'est sûr que tout ce qui touche un peu l'alimentation puis les saines habitudes de vie, donc une meilleure alimentation, ça vient nous chercher un peu ».

« Et quand ce temps arrivera, je vais me sentir plus outillée pour mettre les choses en place. On dirait qu'il y a des graines qui ont été semées et qu'elles commencent à pousser tranquillement ».

Cependant, la grande majorité des participants (n=32) ont pu agir sur leurs environnements à des échelles plus ou moins grandes. Par exemple, dans les cafétérias des milieux professionnels, dans les menus de cantines des écoles, dans la mise sur pied de clubs de marche, ces propos sont illustrés ainsi :

« Ils ont mis en place des combos santé, moins chers que juste acheter du chocolat, donc ils ont vraiment pris le concept d'offrir un environnement économique favorable » (P5).

« J'essaye d'axer mon travail davantage sur le mode actif, je suis en train d'élaborer un plan de transport qui favorise le déplacement autre que la voiture, donc soit à pied, soit en vélo, à la limite utiliser les transports en commun, ce qui fait que tu vas avoir à marcher une petite distance. J'essaye d'axer mon discours sur les saines habitudes de vie » (P23).

Partage des apprentissages « Potentiel de changement selon le type d'environnements »

Selon les résultats suivants, l'environnement physique reste le plus influençable, c'est-à-dire le plus facile à modifier. Des 52 participants, 21 ont mis en place des actions face à cet environnement. Certains ont instauré de nouvelles activités sportives et sensibilisé leur entourage sur les SHV, d'autres ont amélioré les infrastructures déjà en place. Le partage des apprentissages s'est fait dans leur milieu professionnel lorsque les participants ont transféré les connaissances acquises à d'autres collègues en partageant les contenus des séances.

L'environnement économique affiche un certain potentiel de changement (n=5). Les résultats révèlent que le changement des menus en cafétéria et la diminution du prix des denrées alimentaires des produits sains ont été réalisés en milieu de travail ou dans des écoles ou Centres de la Petite Enfance. L'environnement socioculturel a aussi été abordé (n=5). À titre illustratif :

« Pour nous autres à l'école, on a 52 nationalités alors c'est sûr que si on parle d'environnement socioculturel [...] il y a souvent des valeurs qui se confrontent et l'école doit s'affirmer dans ça. [...]. Aussi au niveau de la nourriture c'est très différent. Par exemple, les immigrants qui arrivent ici, souvent ils n'ont pas connu les nourritures minute qu'on a ici alors ils sont très entichés de ça » (P21).

L'environnement politique mentionné par 10 participants semble être le plus difficile à modifier et à influencer tel qu'explique P22 :

« [...] je ne pouvais pas appliquer quoi que ce soit à ma profession parce que, premièrement comme attaché politique j'étais vraiment un simple exécutant, je n'avais pas beaucoup de pouvoir de décision. J'étais simple exécutant et mon patron le député avec une façon très rigide de voir les choses, je n'ai rien pu changer vraiment » (P22).

Coefficients de corrélations

Afin d'établir s'il existait une concordance entre les différentes catégorisations présentées dans les deux volets à l'étude, nous avons calculé un indice de corrélation entre ces catégorisations. Les résultats sont résumés dans le tableau 2. Le test utilisé est un test unilatéral. Nous avons calculé la relation entre les trois catégorisations, « A » (concordance entre Compétences et Compréhension vs Habiletés et Connaissances), « B » (concordance entre Compétences et Compréhension vs Intégration et Partage des apprentissages) et « C » (concordance entre Habiletés et Connaissances vs Intégration et Partage des apprentissages) en calculant l'indice de concordance « C » (variant entre -1 et +1 indiquant une concordance ou une discordance respectivement) et son test de significativité « z » ainsi qu'une probabilité rattachée à ce test unilatéral « uni » selon la méthode de Laurencelle (2007).

Il existe une concordance positive entre toutes les catégorisations puisque l'indice de corrélation, $C > 0$. Pour les catégorisations A et C, le degré de concordance est moyen et peu significatif ($C = 0,385$, $P_{uni} = 1,845$, $Z = 1,042$ et $C = 0,412$, $P_{uni} = 0,339$ et $Z = 0,414$). Cela signifie qu'en règle générale à la suite des séances, l'acquisition de compétences et l'amélioration de la compréhension des EFSHV concorde, mais de façon peu significative, avec celle de l'affinement des habiletés et connaissances des participants. En effet, comme mentionné plus haut, un tiers des participants ($n = 18$) déclarent ne pas avoir acquis une meilleure compréhension ou de nouvelles compétences ou aptitudes, en particulier ceux œuvrant déjà en promotion de la santé. C'est aussi le cas de la corrélation entre l'acquisition de connaissances/habiletés et l'intégration/partage des apprentissages. Effectivement, 17 participants déclarent ne pas avoir entrepris d'actions visant la mise en place d'EFSHV à la suite des séances bien qu'ayant acquis de nouvelles habiletés et connaissances.

La corrélation la plus significative se situe dans la catégorie B, ($C = 0,444$, $P_{uni} = 0,038$ et $Z = 1,773$). Les nouvelles compétences acquises et l'amélioration de la compréhension concordent de façon significative avec les changements de pratiques et d'actions des participants vers la mise en place d'EFSHV.

Tableau 2 : Corrélations entre les catégorisations

	Habiletés / Connaissances		Intégration / Partage des apprentissages		Habiletés / Connaissances		Intégration / Partage des apprentissages	
Compétences, Compréhension	23	2	Compétences, Compréhensions	20	2	Habiletés/ Connaissances	22	8
	10	4		8	6		2	2
Résultats	Catégorisation A C= 0,385 z= 1,042 P _{uni} = 0,184 5		Catégorisation B C= 0,444 z=1 773 P _{uni} = 0,038		Catégorisation C C=0,412 z= 0,414 P _{uni} = 0,339			

De nombreux participants (n= 32) déclarent avoir pris plus d'initiatives quant à la mise en place d'infrastructures conduisant aux saines habitudes de vies ou avoir eu des changements de comportements qui engendrent des résultats positifs ou un avancement à la suite des séances.

Recommandations des participants

En plus de notre entretien prédéterminé, certains participants ont émis des recommandations. Les propos suivants illustrent ces recommandations.

Lors de nos entretiens individuels, il a été mentionné nombre de fois (¹m=22) par les participants le désir, mais aussi le besoin d'un suivi et la mise en place d'une deuxième phase plus concrète. Les participants ont aussi exprimé que le transfert des acquis aurait été plus important s'il y avait eu plus de documentations fournies à rapporter dans leur milieu de travail. Un des freins majeurs à la mise en place des EFSHV mentionnés plusieurs fois par les participants comme étant un problème rencontré régulièrement est le manque voire l'absence de concertation entre les intervenants concernés. Ce passage de P2 illustre la pensée générale :

« Après la séance on avait besoin d'un petit suivi pour concrétiser tout cela. On se bute à quelques défis, plusieurs défis même et on ne sait pas toujours comme prendre ça et on se sent seul alors ça serait le fun d'avoir de l'aide. Ça serait bien d'avoir une phase 2, mais une phase 2 plus terrain, plus concrète. J'ai senti qu'on s'en allait prendre une formation et c'était ça aussi, mais après ça on s'en retourne tous chez nous et oui j'ai ça à intégrer chez les différents partenaires et c'est difficile, donc cela serait bien d'avoir des ressources pour nous aider » (P2).

D'autres participants (m=33) recommandent que les séances soient plus spécifiquement ciblées aux décideurs ayant des pouvoirs d'exécution, tels que les décideurs des municipalités, les élus municipaux et les intervenants travaillant au gouvernement. En ciblant ces personnes influentes, en les sensibilisant particulièrement en adaptant les séances à leurs milieux, l'impact sur la transformation de leur environnement respectif est susceptible de le rendre plus favorable aux saines habitudes de vie. P28 et P22 ont rapporté :

« Suite à la formation, j'ai bien compris que si on voulait faire un changement, c'était beaucoup aussi au niveau des élus municipaux, pour commencer il faut que la municipalité adopte des changements pour que la population suive aussi ».
« Je ne pouvais pas vraiment appliquer quoi que ce soit à ma profession parce que premièrement comme attaché politique, j'étais vraiment un simple exécutant, je n'avais pas beaucoup de pouvoir décision. Mon patron le député avait une façon rigide de voir les choses ».

Discussion

Acquisitions : Compétences et compréhension, habiletés et connaissances

Nous nous sommes penchés sur la question de l'utilité à court terme des connaissances et des habiletés acquises au cours de la séance de sensibilisation sur les EFSHV. Selon les participants, le concept des quatre environnements favorables a été bien véhiculé par les personnes-ressources, et ce, dans la majorité des cas. Les exemples concrets utilisés au cours de la séance leur ont permis de les réinvestir dans leur travail professionnel et par la même occasion de mieux saisir les EFSHV, d'envisager et de conceptualiser des actions visant à rendre les environnements plus favorables. La séance leur a permis d'élargir leur répertoire d'actions. Les résultats des entretiens individuels révèlent que les notions acquises par les participants leur ont été généralement utiles. De fait, ceux qui évoluaient depuis longtemps dans des domaines liés de près aux saines habitudes de vie ont affirmé ne rien avoir acquis de plus. Ce constat inciterait à prendre en compte le niveau de connaissances des participants au sujet des SHV lors de futurs

¹m Nombre de fois que la recommandation a été mentionnée.

déploiements de séances de sensibilisation sur les EFSHV. Cela limiterait les pertes en temps, argent et énergie, dû au manque de précision dans le choix des cibles à qui sont adressées les séances. Il importe de canaliser les efforts sur des cibles pour qui une prise de conscience, un apprentissage et un changement de pratiques dans le cadre de leur travail sont susceptibles de faire avancer la mise en place des EFSHV (Pharmabio Développement, 2006).

Transfert et impacts :Intégration

Dans le cadre de cette étude, nous nous sommes intéressés à l'impact sur les changements de pratiques et d'actions. Selon Gérard (2003), des réponses positives ne garantissent pas de la réalité du transfert, mais des réponses négatives indiquent l'existence d'un obstacle. Par exemple, les participants qui ont vu leur compréhension sur les EFSHV se clarifier sont plus aptes à long terme d'être porteurs de changements sur la mise en place des EFSHV. La séance a permis d'améliorer la vision qu'ils avaient des EFSHV, la clarifier, la préciser davantage et consolider leur compréhension, leurs acquis et leurs compétences. Les notions qu'ils ont acquises leur ont permis non seulement d'être conscientisés sur l'existence des quatre environnements dans le cadre de leur travail, mais aussi sur la manière d'agir et de poser des actions afin de rendre ces environnements plus favorables. Ils ont acquis un vocabulaire commun permettant de travailler plus facilement en concertation. En contrepartie, quelques participants ont affirmé n'avoir rien appris et n'avoir rien changé une fois retournés devant leur poste de travail, ce qui peut constituer un obstacle, car dans le but d'obtenir un impact, le transfert des acquis doit bénéficier aux participants et influencer leurs pratiques professionnelles (Programme National Nutrition-Santé, 2010).

Partage des apprentissages « Potentiel de changement selon le type d'environnement »

Nous avons constaté que des environnements étaient plus accessibles et plus modifiables que d'autres, en l'occurrence l'environnement physique jugé le plus accessible au transfert et aux changements potentiels (McCreedy & Leslie, 2009). Selon les participants pour lesquels la séance a eu un impact, leur répertoire d'actions en vue de rendre les environnements plus favorables s'est élargi, et cela pour la plupart du temps en effectuant de petits changements n'ayant pas recours nécessairement ou pas du tout à des moyens financiers d'envergure ou à de grands projets nécessitant l'implication des environnements politique et socioculturel. L'environnement économique est aussi, selon les participants, un peu plus modulable du fait que de petits changements peuvent être effectués. Mais en ce qui concerne les supermarchés et autres points de vente alimentaires, l'environnement politique a la main mise sur les décisions, ce qui rend difficile de baisser les prix des aliments sains sans avoir recours à des changements de politiques concernant l'offre alimentaire. Pourtant, de tels changements apporteraient une meilleure adhésion aux recommandations alimentaires et diminueraient l'obésité, selon Jetter et Cassady (2006), tout comme l'environnement socioculturel influencerait les comportements de santé sans pour autant changer les croyances (Cohen, Scribner, & Farley, 2000). Les politiques publiques sont importantes en tant que créatrices d'environnements favorables à la saine alimentation (Gérard, 2003). En règle générale, il était quasiment impossible pour la majorité des personnes ayant reçu la séance d'apporter un changement sur l'environnement politique. Premièrement, à cause d'une absence de pouvoir de décision. Deuxièmement, à cause d'un manque de volonté des intervenants et des détenteurs de pouvoir en place.

Limites de l'étude

Lorsqu'il s'agit d'observer la mise en pratique des acquis, l'évaluation ne soulève pas trop de difficulté en soi (Gérard, 2003). La limite qui se pose dans cette étude quant à l'évaluation est que l'impact attendu sur le terrain n'est pas prédéfini, et donc connaître ce qui se faisait avant la séance aurait été éclairant. Il est donc difficile de prédéterminer en début de projet quels seront les impacts de la séance et après le projet, si ces impacts sont uniquement liés à la séance.

Conclusion

La majorité des participants attestent un changement de pratiques dû à l'amélioration de leurs aptitudes et connaissances. Les séances apportent une conscientisation générale sur la manière dont les quatre

environnements peuvent interagir afin d'améliorer les SHV. Les séances ont incité à de nouvelles initiatives et à la mise en place d'infrastructures afin de rendre les environnements plus favorables aux SHV.

Dans le cadre de cette étude, nous n'évaluons pas l'impact direct sur le terrain, mais celui des changements de pratiques et d'actions tels que perçus par les participants interrogés. Une deuxième phase d'évaluation auprès de ces mêmes acteurs, par exemple dans un an, permettrait de mesurer les impacts concrets sur le terrain. Étant donné que nous avons constaté que certains environnements étaient plus accessibles et plus modifiables que d'autres, il serait intéressant de cibler les décideurs de divers secteurs d'influence, comme les politiciens et les élus municipaux, et d'offrir des séances de formation cette fois-ci adaptées à leur profil, et ce, tel que recommandé par certains participants. Il serait aussi intéressant de suivre ces décideurs sur une base longitudinale afin d'observer les impacts réels sur le terrain qu'ils auront permis d'engendrer à long terme.

Remerciements

Les auteurs remercient tout particulièrement Québec en Forme pour son soutien financier sans lequel cette étude n'aurait pu être réalisée.

RÉFÉRENCES

- Agence de la santé et des services sociaux du Bas-Saint-Laurent (2006). *Session de sensibilisation aux environnements favorables aux saines habitudes de vie*. En ligne : <http://www.agencessbsl.gouv.qc.ca/index.php?id=216>
- Bergeron, P., & Reyburn, S. (2010). *L'impact de l'environnement bâti sur l'activité physique, l'alimentation et le poids*. Direction du développement des individus et des communautés. En ligne : <http://www.inspq.qc.ca>
- Cohen, D. A., Scribner, R. A., & Farley, T. A. (2000). A structural model of health behavior: a pragmatic approach to explain and influence health behaviors at the population level. *Preventive Medicine, 30*(2), 146-154.
- Geoffrion, P. (2003). Le groupe de discussion. In B. Gauthier (Ed.), *Recherche sociale : de la problématique à la collecte des données* (5^e éd., pp. 303-328). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Gérard, F. M. (2003). *L'évaluation de l'efficacité d'une formation*. En ligne : <http://fmgerard.be/textes/Outil.pdf>
- Guignon, S., & Morissette, J. (2006). Quand les acteurs mettent en mots leur expérience. *Recherches qualitatives, 26*(2), 19-38.
- Hill, J. O., Wyatt, H. R., Reed, G. W., & Peters, J. C. (2003). Obesity and the environment: where do we go from here? *Science, 299*(5608), 853-855.
- Institut national de santé publique du Québec (2006). *Prévenir l'obésité : un aperçu des programmes, plans d'action, stratégies et politiques sur l'alimentation et la nutrition*. Gouvernement du Québec. En ligne : http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/542PrevenirObesite_ApercuProgramme.pdf
- Jetter, K. M., & Cassady, D. L. (2006). The availability and cost of healthier food alternatives. *American Journal of Preventive Medicine, 30*(1), 38-44.
- Kirkpatrick, D. L., & Kirkpatrick J. D. (2006). *Evaluating Training Programs: The Four Levels*. San Francisco, CA: Berett-Koehler Publications Ltd.
- L'Écuyer, R. (1990). *Méthodologie de l'analyse développementale de contenu Méthodes GPS et concept de soi*. Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Lamoureux, H., Lavoie, J., Mayer, R., & Panet-Raymond, J. (2008). *La pratique de l'action communautaire* (2^e éd.). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Laurencelle, L. (2007). Les tableaux de fréquences 2 × 2 et leur traitement statistique. *Tutorials in Quantitative Methods for Psychology, 3*(1), 14-25.
- Mccreeedy, M., & Leslie, J. G. (2009). Get Active Orlando: changing the built environment to increase physical activity. *American Journal of Preventive Medicine, 37*(6), S395-S402.

- Ministère de la santé et des services sociaux. (2010). *Vision de la saine alimentation pour la création d'environnements alimentaires favorables à la santé*. (Publication n°10-289-06F). En ligne : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2010/10-289-06F.pdf>
- Ministère de la santé et des services sociaux. (2012). *Pour une vision commune des environnements favorables à la saine alimentation et à la prévention des problèmes reliés aux poids*. (Publication # 12-289-03 F). En ligne : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2012/12-289-03.pdf>
- Morissette, C. (2015). *Un environnement favorable à une saine alimentation : pourquoi et comment?* Québec en Forme. En ligne : <http://veilleaction.org>
- Organisation mondiale de la santé. (2004). *Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé*. En ligne : <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/fr/>
- Organisation mondiale de la santé. (2015). *Journée mondiale de la Santé 2015 : la sécurité sanitaire des aliments*. En ligne : <http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2015/event/fr/>
- Pharmabio Développement. (2006). *Guide pour mesurer l'efficacité de la formation*. En ligne : http://www.pharmabio.qc.ca/Content/Documents/pdf/OutilsGRH/guide_mesurer_efficacite%20version%20finale.pdf
- Programme national nutrition santé (2010). *Evaluation du programme national nutrition santé PNNS2 2006-2010*. Inspection générale des affaires sociales, Conseil général de l'alimentation, de l'agriculture et des espaces ruraux RM2010-057P N° 2016. République Française. En ligne : <http://www.ladocumentationfrancaise.fr/var/storage/rapports-publics/104000214.pdf>
- Richard, L., Gauvin, L., & Raine, K. (2011). Ecological models revisited: their uses and evolution in health promotion over two decades. *Annual Review of Public Health*, 32, 307-326.
- Swinburn, B., Egger, G., & Raza, F. (1999). Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. *Preventive Medicine*, 29(6), 563-570.
- Taylor, J. P., Evers, S., & McKenna, M. (2005). Les déterminants de la saine alimentation chez les enfants et les jeunes. *Canadian Journal of Public Health/Revue canadienne de santé publique*, 96 (suppl 3), S22-S29.