

Rapport méthodologique



Consultation des enfants de 4 à 5 ans
dans le cadre du portrait des saines
habitudes de vie des tout-petits
montréalais



C | MTL

Présenté par
Concertation Montréal à
Montréal physiquement active

Avril 2024

Rapport méthodologique

Consultation des enfants de 4 à 5 ans dans le cadre du portrait des saines habitudes de vie des tout-petits montréalais

Montréal physiquement active

Concertation Montréal (CMTL)

Avril 2024

Rédaction : Caroline Schindler - Agente de développement – Vie démocratique

Révision : Pascale Monier - Cheffe d'équipe – Vie démocratique et Carle Bernier-Genest - Directeur général

Révision linguistique : Denise Babin Communication

Couverture : Ariane O'Connor - Designer graphique

Crédit photo : CMTL

À propos de Concertation Montréal (CMTL)

Concertation Montréal (CMTL) est le réseau des réseaux par lequel les élu.e.s et les leaders socioéconomiques s'unissent pour développer Montréal à travers trois grandes familles de projets, lesquelles visent à renforcer la vie démocratique, à favoriser la parité, la diversité et l'inclusion, et à accélérer la transition écologique.

CMTL est reconnue par l'agglomération de Montréal comme son interlocutrice privilégiée en matière de concertation intersectorielle et de développement régional. Elle est également soutenue par l'agglomération grâce à la participation financière du gouvernement du Québec. Elle regroupe près de 150 organismes et élu.e.s membres et plus de 500 partenaires.

Pour en savoir +

[LinkedIn](#)

[Facebook](#)

[Instagram](#)

[X](#)

[YouTube](#)

concertationmtl.ca

TABLE DES MATIÈRES

QUI SOMMES-NOUS ?.....	3
MISE EN CONTEXTE.....	3
Pourquoi consulter les enfants ?	4
NATURE DU PROJET	5
Objectifs	5
Calendrier.....	5
Public cible	6
MÉTHODOLOGIE	6
Identification des secteurs.....	7
Élaboration des questions	8
Activité physique.....	8
Étape 1 : discussion avec prise de notes.....	8
Étape 2 : vote avec cartes	9
Étape 3 : vote avec déplacement.....	9
Alimentation	10
Étape 1 : discussion avec prise de notes.....	10
Étape 2 : dessins annotés.....	10
Nombre d'enfants consultés.....	10
CONCLUSION.....	12
ANNEXE 1 – questions activité physique	13
ANNEXE 2 – questions alimentation	14

QUI SOMMES-NOUS ?

Concertation Montréal (CMTL) connecte les leaders socioéconomiques et les élu.e.s municipaux de l'île de Montréal. Elle a pour mission de favoriser et d'animer le développement régional par la concertation ainsi que d'initier et soutenir des initiatives régionales innovantes et structurantes. Ainsi, CMTL est une organisation résolument tournée vers l'innovation, qui par ses réflexions et ses actions contribue au développement de l'agglomération.

CMTL considère les enfants comme des citoyens à part entière, capables de s'exprimer, de cibler des enjeux et de réfléchir à des solutions. C'est pourquoi notre équipe développe depuis 2021 une expertise en participation citoyenne des enfants de 4 à 12 ans. Nos services touchent différents domaines, car la vie des enfants recouvre une diversité de compétences et de sphères (parcs, mobilité, santé, éducation, logement, etc.).

Ainsi, CMTL accompagne et offre ses services à plusieurs municipalités et arrondissements de l'agglomération de Montréal, mais aussi à des acteurs de la santé publique et à d'autres institutions et décideurs montréalais. Nos consultations se font dans le respect de l'écosystème des milieux concernés. Notre méthodologie est adaptée à chaque consultation et à l'âge des enfants, en particulier aux plus jeunes.

MISE EN CONTEXTE

Les tout-petits de l'agglomération de Montréal ont été identifiés comme une population à risque d'être inactive dans le portrait¹ élaboré par le réseau de Montréal physiquement active (MPA). MPA a également découvert qu'il n'existait pas ou très peu de données montréalaises sur le niveau d'activité physique et l'alimentation chez les 0-5 ans, et a donc souhaité réaliser un projet de recherche de collecte de données sur les saines habitudes de vie des tout-petits montréalais. Dans le cadre de ce projet, un volet est consacré à la consultation des 4-5 ans, tant sur leur activité physique que sur leurs habitudes alimentaires, afin de tenir compte du savoir expérientiel des enfants.

Le projet est monté avec les membres de l'axe « Promotion du mode de vie physiquement actif et équilibré » de MPA, plus particulièrement avec la Direction régionale de santé publique de Montréal (DRSP).

¹ Gosselin V, Laberge S. (2020). Portrait des populations à risque d'être physiquement inactives et sédentaires à Montréal

CMTL fait partie du comité consultatif du projet et a mis en œuvre la consultation des enfants.

POURQUOI CONSULTER LES ENFANTS ?

La Convention relative aux droits de l'enfant² des Nations unies reconnaît les droits propres aux enfants³ et intègre dans la conception même de ces droits un public ou un auditoire adulte. Les droits des enfants ne peuvent pas exister sans les adultes. Par exemple, les enfants n'ont pas seulement le droit de s'exprimer, ils ont aussi le droit d'être entendus et d'être pris en considération dans les décisions qui les concernent. Comme les décisions touchant les enfants sont souvent, pour ne pas dire toujours, prises par des adultes, la réalisation des droits des enfants dépend de la volonté et de la participation des adultes. La Convention, dont le Canada est signataire, fait état de la multiplicité des manières dont les enfants ont le droit de s'exprimer et de partager des idées.

Les perspectives des adultes sont issues de connaissances et d'expériences partielles⁴. Les enfants vivent dans la même société que les adultes, mais ont des expériences de vie distinctes (notamment en raison de leur statut de mineur, de leur expérience de différentes phases de développement en un court laps de temps et de leur absence de toutes les tables décisionnelles). S'adresser à ces nouveaux jeunes publics et susciter leur engagement a le potentiel d'enrichir ces connaissances partielles et de réduire les angles morts des personnes qui porteront les projets.

Enfin, inclure les enfants et les jeunes dans des démarches de participation publique contribue à s'éloigner de la représentation des enfants comme des êtres essentiellement vulnérables ayant besoin de protection. Ces démarches peuvent permettre de les représenter comme des êtres compétents capables de cerner des enjeux ainsi que de

² ONU. Convention relative aux droits de l'enfant. Adoptée le 20 novembre 1989. <https://www.ohchr.org/fr/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child>. Consulté le 30 janvier 2023.

³ Par enfant, nous entendons toute personne âgée de 0 à 17 ans.

⁴ Nicholson, Julie, Priya Mariana Shimpi, Jean Kurnik, Christine Carducci et Maja Jevgovicj (2014). « Listening to children's perspectives on play across the lifespan: children's right to inform adults' discussions of contemporary play », *International Journal of Play*, 3(2), pp. 136-56, DOI: 10.1080/21594937.2014.937963

s'exprimer et de réfléchir à des solutions, même des solutions à des enjeux qui ne leur sont pas propres⁵.

NATURE DU PROJET

Comme cela est exposé dans la mise en contexte, le projet préparé par les partenaires du réseau de MPA comporte trois volets :

- Un questionnaire à destination des services de garde éducatifs à l'enfance (SGEE) portant sur la saine alimentation et le mode de vie physiquement actif, ainsi que sur la protection de la santé par rapport aux contaminants et à la salubrité, au sein des SGEE.
- Un questionnaire à destination des parents permettant de mieux connaître les habitudes de vie des 0-5 ans montréalais dans leur famille.
- Une consultation des enfants de 4 à 5 ans sur leurs habitudes de vie (alimentation et activité physique) dans les SGEE.

Le présent rapport porte sur la méthodologie de ce dernier volet. Les résultats seront diffusés en même temps que les autres volets, d'ici la fin de l'année 2024.

OBJECTIFS

L'objectif du projet global est de dresser un portrait des saines habitudes de vie des tout-petits de l'agglomération montréalaise, tant sur le plan alimentaire que sur celui de l'activité physique.

L'objectif de la consultation des enfants est de recueillir leurs perceptions de leur alimentation et de leur activité physique.

CALENDRIER

- Automne 2023 : élaboration des questionnaires destinés aux adultes
- Janvier 2024 : méthodologie de la consultation auprès des enfants
- Février 2024 : consultation auprès des enfants
- Mars-avril 2024 : analyse et rédaction du rapport
- Avril 2024 : diffusion du rapport méthodologique

⁵ Nicholson, Julie, Priya Mariana Shimpi, Jean Kurnik, Christine Carducci et Maja Jevgiovikj (2014). « Listening to children's perspectives on play across the lifespan: children's right to inform adults" discussions of contemporary play », *International Journal of Play*, 3(2), pp. 136-56, DOI: 10.1080/21594937.2014.937963

- Fin 2024 : diffusion des résultats

PUBLIC CIBLE

Enfants de 4 et 5 ans en SGEE.

Avant cet âge, sauf exception, le développement de la sphère langagière ne permet pas encore de consulter les enfants directement avec justesse.

MÉTHODOLOGIE

L'équipe de CMTL est formée pour adopter une posture d'écoute active, qui encourage les enfants et les jeunes à s'exprimer sans jugement ni anticipation des réponses attendues par les adultes.

Des formulaires de consentement ont été dûment signés par les parents, et l'équipe s'est assurée du consentement libre, éclairé et continu des enfants.

Il a été convenu de consulter six groupes d'enfants de 4 à 5 ans, dans trois SGEE. Cela a représenté deux interventions dans chaque SGEE : l'une auprès d'un groupe consulté sur l'activité physique, l'autre auprès d'un groupe consulté sur l'alimentation.

Rappelons que ce projet visait à inclure la parole des enfants dans le projet global. Cela nécessitait une cohérence, dont CMTL s'est assurée en faisant des suivis réguliers auprès de Véronique Gosselin, PhD en sciences de l'activité physique et chargée de la vision globale du projet. Ces suivis ont eu lieu à chaque étape clé : adaptation des questions, méthodologie, validation des outils de collecte, analyse.

Deux personnes étaient présentes pour rencontrer les enfants : une pour l'animation, en interaction directe avec le groupe, l'autre pour l'observation et la prise de notes.

Le fait d'avoir une méthodologie diversifiée permet à plus d'enfants de s'exprimer. Par exemple, les enfants qui sont moins à l'aise de parler en grand groupe ont souvent des choses à dire au moment de l'annotation de leur dessin.

Comme nous allions poser des questions aux enfants sur leurs habitudes à la maison et à la garderie, nous avons demandé aux SGEE de faire dessiner aux enfants leur maison, avant notre arrivée, pour faciliter la distinction entre les deux milieux et pour qu'ils l'aient sous les yeux lorsque viendrait le moment de parler de la maison. Seul un groupe avait

dessiné sa maison avant notre intervention. En l'absence de dessins, nous avons adapté notre animation en faisant une petite pause de méditation avec visualisation pour que les enfants se transportent à la maison entre les deux séries de questions.

IDENTIFICATION DES SECTEURS

L'identification des secteurs a été faite en collaboration avec la Direction régionale de santé publique, membre du comité consultatif. Pour le choix des SGEE, CMTL a également utilisé l'indice d'équité des milieux de vie de la Ville de Montréal⁶.

Il a été établi que trois types de milieux de garde seraient représentés : un centre de la petite enfance (CPE), une garderie privée subventionnée (GS) et une garderie privée non subventionnée (GNS). Nous avons aussi cherché à assurer une représentativité socio-économique, avec deux secteurs reconnus comme plus défavorables (niveaux de priorisation 3, 4, 5 et 6 de l'indice d'équité des milieux de vie) et un troisième secteur sans enjeu socio-économique (niveaux 0, 1 et 2)⁷.

Secteurs ciblés :

- **CPE : Verdun**

Le CPE n'est pas situé en zone 4, 5 ou 6, mais propose un horaire atypique, jumelé avec un organisme communautaire famille, ce qui rend son profil intéressant. La DRSP y a un contact.

- **Garderie non subventionnée : Rosemont–La Petite-Patrie (RPP)**

La garderie a été choisie en utilisant La Place 0-5⁸ pour cibler les installations dans les zones choisies de l'indice d'équité des milieux de vie. Plusieurs SGEE ont été contactés. Nous avons travaillé avec le premier qui nous a répondu positivement.

- **Garderie subventionnée : Villeray–Saint-Michel–Parc-Extension (VSP)**

⁶ L'indice d'équité des milieux de vie permet de localiser les milieux de vie cumulant des vulnérabilités urbaines afin d'assurer la priorisation et la convergence des investissements municipaux. <https://services.montreal.ca/indice-equite-milieux-vie/#10.33/45.5206/-73.6251>. Consulté le 15 janvier 2024.

⁷ Niveaux de priorisation de l'indice d'équité des milieux de vie : non vulnérable (0, 1, 2), vulnérable non prioritaire (3), vulnérable et prioritaire (4, 5, 6).

⁸ Guichet unique d'accès aux places en services de garde reconnus du Québec. www.laplace0-5.com. Consulté le 15 janvier 2024.

Au début, c'est l'est de Montréal-Nord qui était visé, sur recommandation de la DRSP. En l'absence de réponse, des recherches ont été faites dans VSP en suivant la même logique que dans RPP.

ÉLABORATION DES QUESTIONS

Afin de permettre l'analyse globale, les questions posées aux enfants ont été élaborées à partir des questionnaires pour les adultes (parents et SGEE), avec une adaptation à la réalité et à la compréhension des enfants.

Seules les questions pouvant être reliées au quotidien des enfants ont été retenues. Le nombre de questions retenues était plus élevé dans le volet activité physique que dans le volet alimentation (20 pour l'alimentation et 26 pour l'activité physique, voir annexes 1 et 2). Dans chaque volet, des questions spécifiques à la maison et au milieu de garde ont été posées.

Étant donné l'âge des enfants, et leur temps d'attention, nous avons également porté attention au nombre de questions (d'autant plus que certaines étaient posées en double, à la fois pour la maison et la garderie). Nous avons donc écarté certaines nuances pour nous concentrer sur les questions les plus claires pour les enfants. Par exemple, nous les avons interrogés sur la fréquence des sorties, en hiver et en été, à la garderie et à la maison, mais nous n'avons pas posé de question sur la durée des sorties, car c'est moins concret pour les enfants de cet âge, et cela aurait ajouté une série de quatre questions.

ACTIVITÉ PHYSIQUE

La méthodologie de ce volet a été élaborée avec le soutien de Véronique Gosselin, PhD en sciences de l'activité physique, et de Mariève Blanchet, professeure au Département des sciences de l'activité physique de l'UQAM.

Les questions posées pour chaque étape étaient les mêmes pour chaque groupe.

Étape 1 : discussion avec prise de notes

La première étape a consisté en une discussion de 5 à 10 minutes, échange au cours duquel la co-animatrice a noté les réponses des enfants.

Étape 2 : vote avec cartes

Les enfants disposaient d'un jeu de trois cartes (petit – moyen – gros), multiplié par le nombre de questions posées. Ils pouvaient ainsi choisir de répondre « un peu », « moyen » ou « beaucoup » selon les questions (p. ex. : « Quand il fait beau, à la garderie, est-ce que tu joues dehors un peu, moyen ou beaucoup ? »)

Les enfants votaient en mettant leur carte dans un panier (un panier par question). Chaque lot de cartes portait le même numéro pour que nous puissions retrouver les réponses d'un même enfant, en préservant son anonymat⁹.



Étape 3 : vote avec déplacement

Comme nous parlions d'activité physique, nous avons ajouté un volet afin que les enfants utilisent le mouvement pour voter. Ce volet portait sur le transport actif. On montrait aux enfants des images de différents moyens de transport, actifs ou pas, puis on les affichait dans le local.

On montrait ensuite aux enfants des photos de différentes activités. Pour chacune, les enfants se déplaçaient à côté du transport utilisé pour cette activité (ou restaient avec nous s'ils ne savaient pas).

⁹ Au cours de l'analyse des résultats, nous n'avons finalement pas eu besoin de recourir aux réponses d'un même enfant.

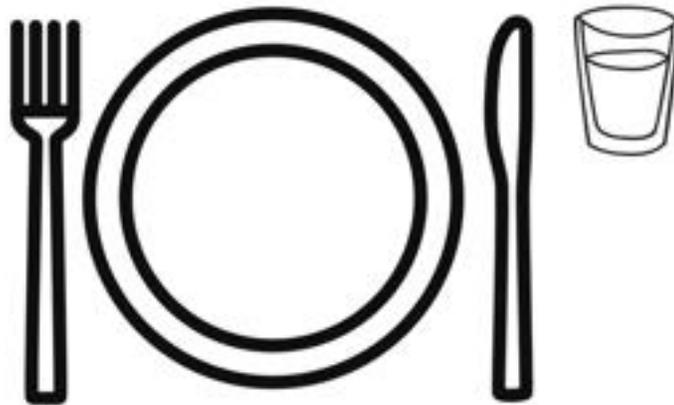
ALIMENTATION

Étape 1 : discussion avec prise de notes

La première étape a consisté en une discussion d'une quinzaine de minutes, au cours de laquelle la co-animatrice a noté les réponses des enfants. Ici aussi, les questions posées étaient les mêmes pour chaque groupe.

Étape 2 : dessins annotés

On a proposé aux enfants une feuille avec une assiette, des ustensiles et un verre, et on leur a donné la consigne de dessiner un bon repas (en précisant qu'on avait le droit d'ajouter des choses autour de l'assiette).



NOMBRE D'ENFANTS CONSULTÉS

Chaque groupe a été une surprise, comme dans toute consultation. Malgré les arrangements pris par courriel avec l'administration de chacun des SGEE, il est arrivé que les groupes soient modifiés, regroupés, ou que certains enfants aient moins de 4 ans. Nous avons dû, et c'est bien normal, nous adapter au quotidien des SGEE.

Dans les cas où nous n'avons pas obtenu les autorisations parentales, nous avons identifié l'enfant concerné, qui a tout de même pu participer à l'activité (sans que nous n'utilisions cependant ses propos ou ses dessins).

Sauf indication contraire, le nombre d'enfants indiqué concerne des personnes qui ont eu ou vont avoir 5 ans dans l'année scolaire en cours et entreront à l'école à la rentrée 2024.

Volet activité physique : 23 enfants consultés

Détail par secteur :

- Verdun : 10 (dont 2 enfants arrivés en cours d'activité)
- Rosemont–La Petite-Patrie : 5
- Villeray–Saint-Michel–Parc-Extension : 8

Volet alimentation : 28 enfants consultés

Détail par secteur :

- Verdun : 8
- Rosemont–La Petite-Patrie : 10

Dans ce groupe, deux enfants avaient moins de 4 ans, six allaient rester une année de plus en SGEE (enfants qui auront 5 ans après le 30 septembre 2024).

Par ailleurs, le groupe comptait 14 enfants, mais seulement 10 ont été pris en compte, car il manquait les autorisations parentales pour les 4 autres.

- Villeray–Saint-Michel–Parc-Extension : 10

Dans ce groupe, quatre enfants avaient moins de 4 ans, et quatre avaient des besoins particuliers (TSA, troubles de comportement et de langage).

Total des enfants consultés : 51

CONCLUSION

Les résultats de la consultation auprès des enfants seront analysés avec ceux des questionnaires destinés aux adultes, et diffusés d'ici la fin de l'année 2024. Un rapport complet sera alors disponible.

Nous pouvons toutefois dire que les enfants, même au jeune âge de 4 et 5 ans, ont été tout à fait capables de nous parler de leur quotidien. L'équipe de CMTL est très intéressée par la façon dont leur parole va prendre place dans le rapport global du projet. En tant que membres du comité consultatif, nous restons bien entendu disponibles pour alimenter cette réflexion.

CMTL tient à remercier Montréal physiquement active ainsi que le comité consultatif d'avoir planifié le volet sur la consultation des enfants dès le début du projet. Cela fait partie des conditions gagnantes ayant permis d'intégrer la voix des enfants dans les résultats. Une autre condition gagnante a été de travailler, dès le début également, avec une personne responsable de la cohérence des données recueillies. Un grand merci, donc, à Véronique Gosselin pour son intérêt et son regard avisé.

En terminant, nous tenons à remercier les enfants qui ont participé à la consultation, les parents qui y ont consenti, et les équipes des SGEE qui nous ont accueillies chaleureusement.

ANNEXE 1 – QUESTIONS ACTIVITÉ PHYSIQUE

Questions d'introduction	Ton jeu préféré dehors, c'est quoi ?
	Ton jeu préféré dedans, c'est quoi ?
Discussion	Qu'est-ce qui te dérange pour aller jouer dehors ? Qu'est-ce qui t'en empêche parfois ?
	Tes parents, est-ce qu'ils bougent aussi ? Tu les vois bouger ? Tu bouges avec eux ?
	Quand tu joues dehors proche de la garderie, c'est où ?
	Quand tu veux jouer dehors proche de la maison, c'est où ?
	Est-ce que tu as un parc près de chez toi ?
	Si oui, est-ce que tu dirais qu'il est proche ou loin ?
Vote avec cartes « un peu – moyen – beaucoup » Cette série de questions a été posée deux fois (une fois pour la maison, une fois pour la garderie).	Quand il fait beau, est-ce que tu joues dehors... ?
	Quand c'est l'hiver, est-ce que tu joues dehors... ?
	Est-ce que tu bouges dedans... ? (Sauter, courir, grimper, danser, jouer au ballon, jouer à la cachette, etc.)
	Est-ce que tu fais des activités calmes... (lecture, bricolage, etc.) ?
	Est-ce que tu fais des activités avec des écrans... (téléphone, tablette, télé, etc.) ?
Vote avec déplacement pour chaque activité	Pour ces activités, comment tu y vas ?

ANNEXE 2 – QUESTIONS ALIMENTATION

<p>Discussion Cette série de questions a été posée deux fois (une fois pour la maison, une fois pour la garderie).</p>	Avec qui tu manges tes repas ?
	Est-ce que c'est long quand on mange à table ?
	On fait quoi pendant le repas ?
	Qui décide si tu as un peu, moyen ou beaucoup de choses dans ton assiette ?
	Quand tu prends ton repas ou ta collation, quand tu n'as plus faim, tu arrêtes ou tu dois manger encore un peu ?
	Qu'est-ce que tu bois ?
	Est-ce que, des fois, tu as le droit de manger quelque chose comme récompense, parce que tu as eu un bon comportement ?
	C'est quoi en général ?
	Est-ce que, des fois, tu n'as pas le droit de manger quelque chose parce que tu es puni / tu as eu une conséquence ?
<p>Discussion</p>	Est-ce que tu connais des gens qui ont des allergies ?
	Les choses qui sont dans ton assiette, elles viennent d'où ?
<p>Dessin</p>	Une feuille avec une assiette, des ustensiles et un verre : dessine un bon repas (tu as le droit d'ajouter des choses autour de l'assiette).