

Version adaptée

Rapport d'analyse

Portrait des habitudes de vie des 0-5 ans montréalais

Produit par Montréal - Métropole en santé à partir d'un rapport remis par Léger

Léger



MONTRÉAL – MÉTROPOLE EN SANTÉ

200 - 5455, rue de Gaspé • Montréal • QC • H2T3B3

www.montrealmetropoleensante.ca



Table des matières

Mise en contexte	4
Approche méthodologique	4
Faits saillants.....	6
Résultats détaillés.....	11
1. Fréquentation d'un milieu de garde éducatif	11
2. Activités à l'extérieur.....	12
2.1 Fréquence en période estivale	12
2.2 Fréquence en période hivernale.....	13
2.3 Accès à un espace extérieur	13
2.4 Accès à un parc.....	14
2.5 Déplacement en transport actif	14
2.6 Pratique d'activité physique par les parents.....	15
2.7 Obstacles au temps de jeu extérieur	15
3. Activités à l'intérieur	16
3.1 Jeu actif	16
3.2 Jeu passif.....	17
3.3 Temps d'écran.....	17
4. Environnement entourant l'alimentation.....	18
4.1 Responsabilité du parent répondant	18
4.2 Heure des repas.....	19
4.3 Fréquence des repas en famille	19
4.4 Quantité de nourriture offerte	20
4.5 Nourriture et négociation.....	20
4.6 Insécurité alimentaire	21
4.7 Hygiène buccale	22
5. Aliments servis.....	23
5.1 Types de breuvages offerts	23
5.2 Types de repas offerts	24
5.3 Fréquence de l'offre de fruits et légumes.....	25
5.4 Fréquence de l'offre d'aliments sucrés du commerce	25
5.5 Réduction de la consommation de viande.....	26
5.6 Obstacles à offrir une alimentation saine et variée	27

6. Sommeil	28
6.1 Lit et chambre.....	28
6.2 Routine de sommeil	28
Profil des personnes répondantes.....	29
Références	30

Toutes données extraites de ce rapport de sondage de la firme Léger utilisées pour diffusion interne ou externe (publique) devront être associées à la citation suivante : Léger (2024).

Mise en contexte

Une saine alimentation et le maintien d'un équilibre quotidien entre les activités physiques, les comportements sédentaires et le sommeil influencent de façon majeure la croissance, le développement et la santé des tout-petits (0 à 5 ans) (CSEP, 2021). Les tout-petits devraient, entre autres:

- Participer tous les jours à des activités physiques variées, amusantes et sécuritaires dans une variété d'environnements (par exemple, à la maison, à la garderie, à l'extérieur, à l'intérieur, l'été, l'hiver) (CSEP, 2021).
- Se voir offrir chaque jour une variété d'aliments à valeur nutritive élevée et en quantité adéquate dans des environnements de repas propices à la saine alimentation et à la découverte des aliments (Québec, 2017).

Qu'en est-il à Montréal?

Ce projet de recherche, co-porté par Montréal physiquement active et la Direction régionale de santé publique de Montréal, avait comme objectif de brosser un portrait des habitudes de vie des 0-5 ans montréalais tant sur leurs activités physiques que sur leurs habitudes alimentaires, au sein des deux milieux de vie les plus importants pour les tout-petits : le milieu de vie familial et les services de garde éducatifs à l'enfance (SGÉE).

Approche méthodologique

Montréal Métropole en santé a mandaté la firme Léger pour réaliser un sondage auprès de parents montréalais d'enfants âgés de 0 à 5 ans afin de brosser un portrait de l'environnement dans lequel ces enfants évoluent, particulièrement en ce qui a trait à l'activité physique et l'alimentation.

Méthode	<p>Un sondage web a été réalisé auprès de 400 parents montréalais.</p> <p>En complément d'un échantillon tiré de son panel Léo, soit un panel représentatif de la population québécoise, Léger a utilisé un échantillon de convenance prélevé sur les plateformes de médias sociaux, reconnaissant qu'une telle méthode d'échantillonnage non probabiliste ne garantit pas que chaque individu de la population ait une chance connue d'être sélectionné.</p> <p>Il est important de noter qu'en raison de la méthode de sélection non aléatoire de l'échantillon, le concept de marge d'erreur, une mesure généralement applicable aux échantillons probabilistes pour estimer la confiance dans les résultats, ne s'applique pas à notre étude. Cette limitation souligne la nécessité d'interpréter prudemment les résultats, car ils ne peuvent pas être généralisés à l'ensemble de</p>
---------	--

	la population avec le même niveau de confiance statistique offert par les méthodes d'échantillonnage probabilistes. Échantillon en provenance du panel Léo : 125 répondants Échantillon en provenance des médias sociaux : 275 répondants
Marge d'erreur	À titre indicatif, un échantillon probabiliste de 400 répondants aurait une marge d'erreur de +/-4,9% , et ce 19 fois sur 20.
Quand?	Les données ont été collectées du 12 au 28 février 2024 .

Notes aux lecteurs

NSP La mention « NSP », qui apparaît dans le rapport, signifie « Ne sait pas ».

ARRONDISSEMENT Les données présentées ont été arrondies. Par conséquent, il est possible que les totaux diffèrent légèrement de 100%.

DIFFÉRENCES SIGNIFICATIVES Les résultats présentant des différences significatives et pertinentes sont indiqués dans une zone de texte à côté de la présentation des résultats globaux.

Dans le texte et les tableaux, les nombres en caractères **gras et rouges** indiquent une différence significative statistiquement **inférieure** par rapport au complément, alors que les nombres en caractères **gras et verts** indiquent une différence significative statistiquement **supérieure** par rapport au complément.

Regroupements géographiques

Des regroupements géographiques ont été réalisés pour permettre la lecture de certaines régions de la Ville de Montréal. Les arrondissements ont été regroupés en 4 zones, telles que présentées ci-contre.

Zone	Arrondissements	
Ouest	Baie d'Urfé Beaconsfield Dollard-des-Ormeaux Dorval Kirkland	L'Île-Bizard-Sainte-Geneviève Pierrefonds-Roxboro Pointe-Claire Sainte-Anne-de-Bellevue Senneville
Est	Anjou Ville de Montréal-Est Montréal-Nord Rivière-des-Praires-Pointe-aux-Trembles	
Périphérique Centre	Ahuntsic-Cartierville Lachine Lasalle Mercier-Hochelaga-Maisonneuve	Mont-Royal Rosemont-La Petite-Patrie Saint-Laurent Villeray-Saint-Michel-Parc-Extension
Centre	Côte-Saint-Luc Le Plateau-Mont-Royal	Ville-Marie Westmount

	Outremont Sud-Ouest Verdun	Côte-des-Neiges-Notre-Dame-de-Grâce Hampstead Montréal-Ouest
--	----------------------------------	--

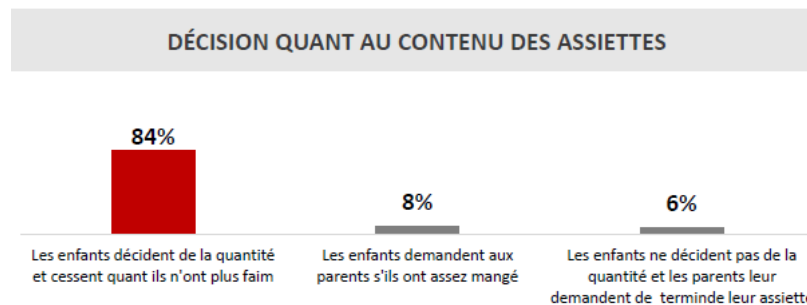
Faits saillants

Les parents sont à l'écoute de leurs enfants concernant l'appétit et la satiété. Peu nombreux sont ceux qui les obligent à terminer leur assiette.

Dans la grande majorité des familles (84%), les enfants décident habituellement de la quantité d'aliments qu'ils mangeront lors des repas pris à la maison et cessent de manger lorsqu'ils n'ont plus faim. Dans 8% des cas, les enfants questionnent les parents pour savoir s'ils ont mangé suffisamment et dans 6% des cas, ils doivent terminer l'assiette dont le contenu a été préalablement déterminé par les parents.

On remarque que les enfants sont plus souvent appelés à décider de la quantité de nourriture qu'ils mangeront dans les familles biparentales (85%) et celles dont les deux parents sont canadiens (87%). Aussi, les pères sont plus portés à demander à leurs enfants de terminer leur assiette (12%).

Dans près de trois familles sur dix (29%) la nourriture est utilisée comme outil de négociation, ne serait-ce qu'à l'occasion. On observe cependant que cette stratégie est plus fréquemment utilisée dans les familles où on compte au moins deux enfants de 0-5 ans (35%).

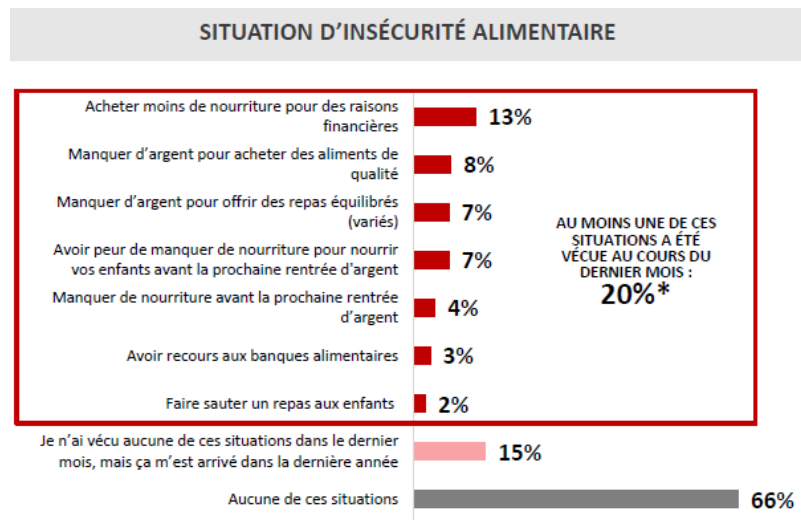


Au cours du mois précédent le sondage, une famille sur cinq s'est retrouvée en situation d'insécurité alimentaire.

Parmi les familles sondées, une sur cinq (20%) dit avoir connu au moins une situation reflétant de l'insécurité alimentaire au cours du mois précédent l'enquête. Pour la plus grande part, il s'agit d'avoir été contraint d'acheter moins de nourriture pour des raisons financières (13%) alors qu'un peu moins d'une famille sur dix a manqué d'argent pour acheter des aliments de qualité (8%) ou pour offrir des repas équilibrés (7%) ou a eu peur de manquer de nourriture pour nourrir leurs enfants avant la prochaine rentrée d'argent (7%).

De plus, une proportion non négligeable des familles (15%) dit n'avoir vécu aucune des situations présentées au cours du dernier mois, mais qu'au moins une d'entre ces situations lui est arrivée au cours de la dernière année.

Sans surprise, l'insécurité alimentaire touche davantage les familles à faible et moyen revenu (- de 80 000 \$) et les familles monoparentales (un seul revenu), car 40% et 41% respectivement admettent s'être retrouvées dans une de ces situations au cours du mois précédent le sondage. Il en va de même pour les familles vivant dans l'est de Montréal (32%) et celles dont les deux parents ont immigré au Canada (30%).



es répondants avaient la possibilité de choisir plus d'une réponse. Le total est donc inférieur à la somme des éléments qu'il contient.

D'ordre général, les parents d'enfants qui ont des dents veillent à ce que celles-ci soient brossées tous les jours : 42% à raison de deux ou trois fois par jour et 40% une fois par jour.

Dans un peu moins d'une famille sur dix (8%), le brossage des dents est donc effectué seulement quelques fois par semaine.

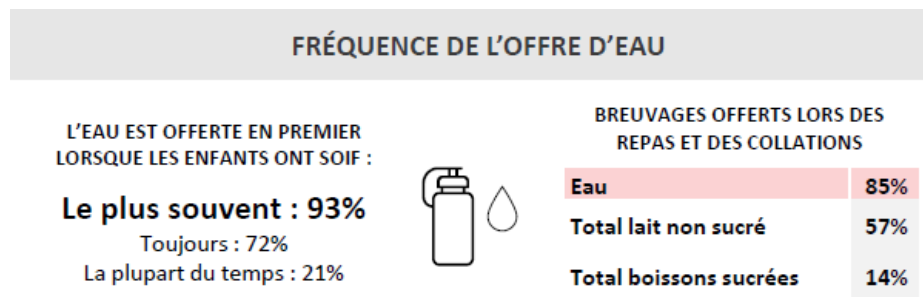
On observe cependant que dans certains sous-groupes sociodémographiques, l'irrégularité en matière de brossage de dents est plus fréquente : dans les familles monoparentales (18%), celles dont les deux parents sont immigrants (15%), celles qui ne comptent qu'un seul enfant de 0-5 ans (10%, contre 4% lorsqu'ils sont deux ou plus) et celles qui disposent d'un revenu annuel inférieur à 80 000 \$ (13%).

L'eau occupe une place importante dans l'alimentation des enfants de 0-5 ans. C'est ce qui leur est proposé en premier lorsqu'ils ont soif et c'est le breuvage qui accompagne le plus fréquemment les repas et les collations.

Presque tous les parents (93%) ont indiqué qu'ils offraient d'abord de l'eau à leurs enfants de 0-5 ans lorsque ceux-ci ont soif : en tout temps pour la plus grande part, soit 72%, et pour 21%, la plupart du temps. Les plus jeunes parents, soit ceux qui sont âgés de moins

de 35 ans, sont statistiquement plus nombreux à ne jamais offrir d'eau (4%) ou à le faire rarement (4%).

Interrogés de façon plus détaillée sur les types de breuvages principalement offerts pour accompagner les repas et les collations de leurs enfants de 0-5 ans, 85% des parents ont mentionné l'eau. Le lait (57%), sous ses différentes formes non sucrées vient ensuite : lait à 3,25% de matière grasse (28%), lait à 2% de matière grasse (17%) et lait maternel (11%). 14% des parents ont mentionné une boisson sucrée parmi les deux principaux types de breuvages offerts, dont 11% du jus de fruits. La proportion de parents ayant mentionné au moins une boisson sucrée est particulièrement élevée parmi les ménages à faible revenu (– de 40 000 \$: 25%*) et ceux qui résident dans l'est de Montréal (28%).



Les parents cuisinent sur une base régulière pour leurs enfants. Les mets préparés et les repas du restaurant occupent une place beaucoup moins importante dans l'alimentation des 0-5 ans.

Presque tous les parents interrogés (95%) cuisinent régulièrement pour offrir des repas faits maison à leurs enfants, dont plus de la moitié le font tous les jours (58%) et 37%, quatre à six fois par semaine. Seulement 1% admet ne jamais cuisiner.

Les plats cuisinés achetés à l'épicerie (63%), et les repas pris au restaurant (52%) ou pour emporter (51%) occupent une place beaucoup moins importante dans l'alimentation des enfants et ne sont servis qu'occasionnellement, soit environ une à trois fois par semaine par une majorité, ou jamais par une autre part importante des répondants (32%, 47% et 47% respectivement).

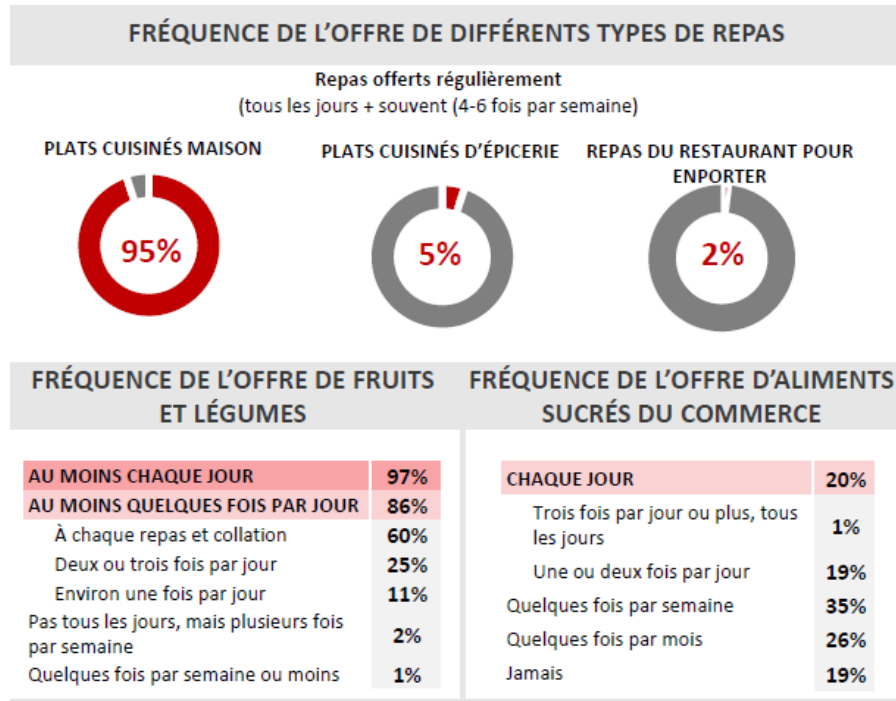
Les parents ayant un plus faible niveau de scolarité (primaire ou secondaire) et les parents anglophones se démarquent des autres en servant ces trois types de repas à leurs enfants sur une base régulière dans des proportions significativement supérieures (voir p.43).

Près de neuf parents d'enfants de 0-5 ans sur dix offrent des fruits et légumes à raison de plusieurs fois par jour.

En effet, 86% des parents servent des fruits et des légumes lors des repas et des collations pris à la maison à une fréquence d'au moins deux ou trois fois par jour, dont la majorité (60%) à chaque occasion. Les familles dont le revenu est inférieur à 80 000 \$ semblent avoir un peu plus de difficulté à offrir autant d'opportunités de manger ces aliments à leurs enfants : 93% en offrent au moins une fois par jour, et 78%, au moins deux ou trois. Il en va

de même dans les familles où les deux parents ont immigré, avec 93% et 73% respectivement.

Dans une famille sur cinq (20%), des aliments sucrés du commerce sont servis aux enfants de 0-5 ans chaque jour, surtout à raison d'une ou deux fois par jour (19%). Dans la plus grande part des familles, de tels aliments sont offerts seulement quelques fois par semaine (35%) ou par mois (26%) et pour 19%, ils ne sont jamais offerts.



*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

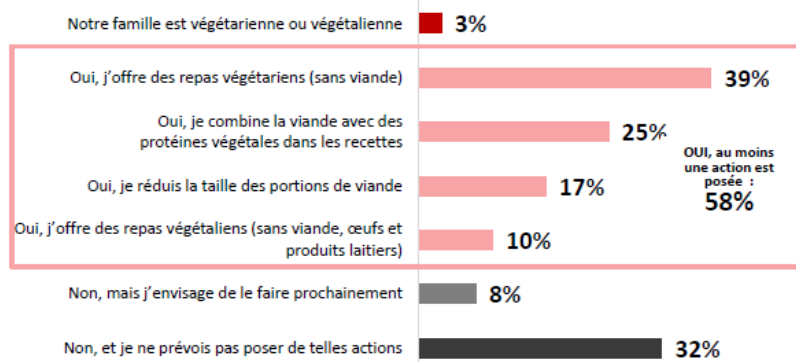
Deux familles sur trois partagent l'objectif de réduire leur consommation de viande.

Alors que 3% des familles interrogées sont déjà végétariennes ou végétaliennes, une majorité (58%) a adopté des pratiques alimentaires qui vont dans cette direction, les plus courantes étant l'offre de repas végétariens (39%) et la combinaison de viande et de protéines végétales dans les recettes (25%).

Les parents appartenant à certains sous-groupes sont plus enclins à poser au moins un geste pour réduire leur consommation de viande, soit les mères (60%), ceux qui habitent le secteur périphérique centre (64%) et les parents qui ont un niveau de scolarité universitaire (61%).

À l'inverse, les pères (46%), les parents ayant une scolarité de niveau primaire ou secondaire (46%) et les familles résidant dans les secteurs est (48%) et ouest (50%*) sont proportionnellement plus nombreux à ne poser aucun geste en ce sens et à ne pas envisager de changer les habitudes alimentaires de la famille.

ACTIONS POSEES POUR REDUIRE LA CONSOMMATION DE VIANDE



La gestion du temps : le plus grand obstacle des parents lorsqu'il est question d'offrir une alimentation saine et variée.

Finalement questionnée sur ce qui limite leur capacité à offrir une alimentation saine et variée à leurs enfants, une majorité de parents (60%) a soulevé au moins un obstacle. Parmi l'ensemble de ces obstacles, puisqu'aucun ne se démarque avec un pourcentage particulièrement élevé, la gestion du temps se retrouve néanmoins en tête de liste : manque de temps pour la préparation des repas (27%) et horaire de travail et d'activités (24%).

Parmi les familles à faible et moyen revenu (- de 80 000 \$), 69% ont mentionné au moins un obstacle en pointant dans une plus grande proportion l'association entre un budget limité et le coût des aliments sains (32%) et l'accès limité ou difficile à une épicerie (8%).

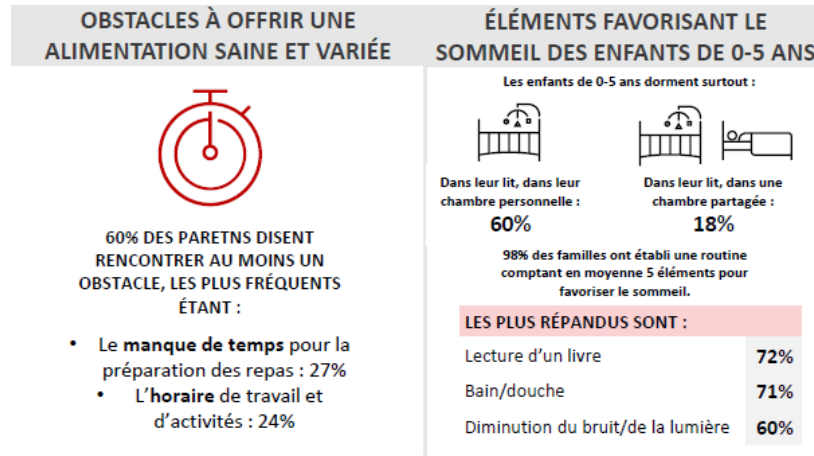
Il est à noter que 3% des parents ont indiqué manquer de connaissances sur l'alimentation équilibrée des enfants, proportion qui grimpe à 7% dans les familles où les deux parents sont issus de l'immigration. Sachant que les nouveaux arrivants constituent maintenant le segment de population qui connaît la plus forte croissance², il est fort probable que cette proportion augmente dans les prochaines années, constituant ainsi une opportunité en matière de communication.

Dans la plupart des familles, les enfants de 0-5 ans s'endorment dans des conditions favorables au sommeil.

Chez trois familles sur quatre (77%), les enfants ont leur propre lit. Celui-ci est plus souvent situé dans leur chambre personnelle (60%), mais dans près d'une famille sur cinq (18%), les enfants ont leur propre lit dans une chambre partagée, et dans une sur dix, dans la chambre des parents (11%). Chez 14% des familles, les enfants dorment dans le lit des parents, et cette proportion grimpe à 34% dans les familles monoparentales.

Dans le but de favoriser l'endormissement de leurs enfants de 0-5 ans, presque tous les parents sondés (98%) ont établi une routine du sommeil. En moyenne, celle-ci compte cinq activités ou aménagements qui amènent les enfants à s'endormir, les plus populaires étant : la lecture d'un livre (72%), le bain (71%) et la diminution du bruit et/ou de la lumière (60%).

On observe un écart significatif entre les pères et les mères quant au nombre d'activités et d'aménagements faisant partie de cette routine. Les mères ont sélectionné en moyenne 5,9 éléments et les pères, 3,0. Un tel écart est aussi observable entre les familles biparentales (5,5 activités/aménagements en moyenne) et monoparentales (3,3).



*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

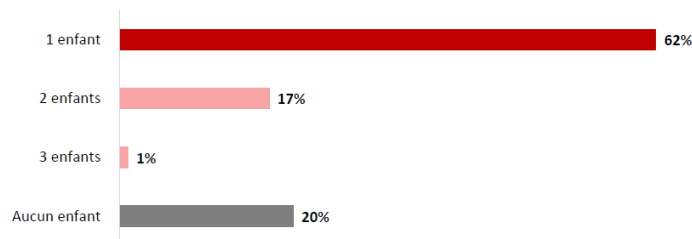
Résultats détaillés

Cette section présente les résultats de chaque question qui composait le sondage rempli par les familles participantes.

1. Fréquentation d'un milieu de garde éducatif

Q1. Parmi vos enfants ayant entre 0 et 5 ans, combien fréquentent un service de garde ou une maternelle 4 ans ? Par exemple un CPE, une garderie privée, une garderie en milieu familial ou une halte-garderie.

Base : Tous les répondants (n=400)

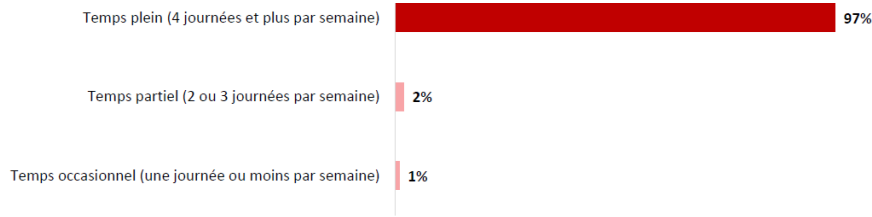


	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n=	400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
1 enfant	62%	54%	65%	60%	66%	61%	66%	60%	63%	64%	72%	44%
2 enfants	17%	32%	13%	19%	12%	18%	12%	18%	14%	21%	0%	48%
3 enfants	1%	0%	1%	1%	1%	1%	2%	1%	1%	0%	0%	3%
Aucun enfant	20%	14%	20%	20%	21%	20%	20%	21%	22%	14%	28%	6%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

Q2. Quel est le type de fréquentation de ces milieux éducatifs?

Base : Les répondants ayant indiqué avoir un enfant qui fréquente un milieu de garde éducatif (n=320)



	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n=	320	24*	55	169	72	285	33	214	108	76	183	137
Temps plein (4 journées et plus par semaine)	97%	96%	95%	96%	100%	96%	100%	98%	96%	95%	96%	98%
Temps partiel (2 ou 3 journées par semaine)	2%	4%	2%	3%	0%	2%	0%	2%	4%	2%	3%	1%
Temps occasionnel (une journée ou moins par semaine)	1%	0%	4%	1%	0%	1%	0%	1%	0%	3%	1%	1%

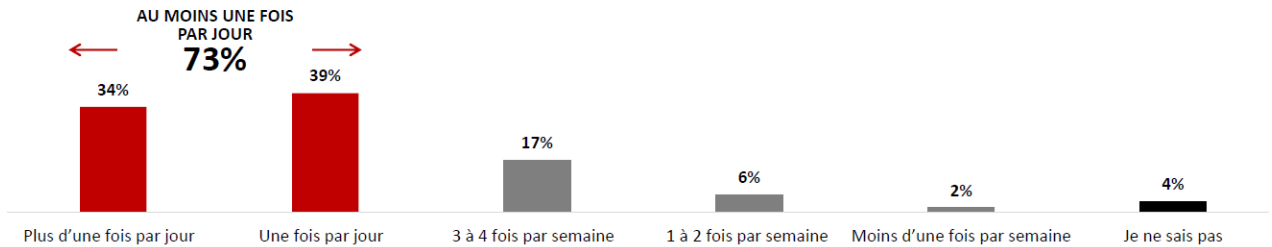
*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

2. Activités à l'extérieur

2.1 Fréquence en période estivale

Q3. En période ESTIVALE (de mai à octobre), à quelle fréquence vos enfants de 0-5 ans jouent-ils à l'extérieur (cour extérieure, parcs, ruelle, patinoire, marche/course, etc.) lorsqu'ils sont avec vous à la maison ?

Base : Tous les répondants (n=400)



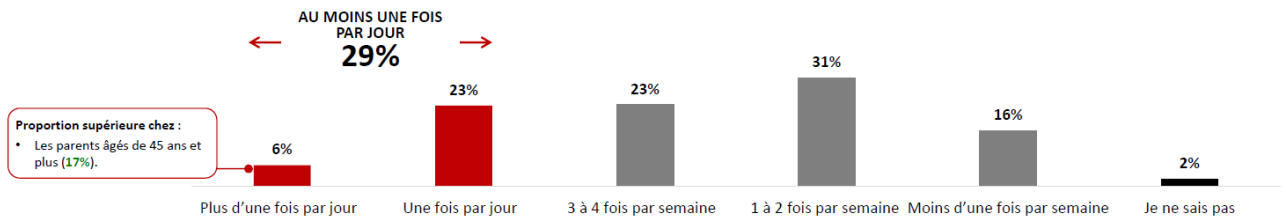
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n=	400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
AU MOINS UNE FOIS PAR JOUR	73%	61%	67%	74%	78%	73%	71%	76%	71%	67%	67%	81%
Plus d'une fois par jour	34%	32%	26%	35%	38%	34%	32%	40%	31%	22%	28%	44%
Une fois par jour	39%	29%	41%	39%	40%	39%	39%	36%	40%	45%	39%	37%
3 à 4 fois par semaine	17%	29%	23%	17%	9%	17%	20%	15%	19%	17%	19%	12%
1 à 2 fois par semaine	6%	7%	7%	4%	8%	5%	10%	4%	6%	8%	6%	5%
Moins d'une fois par semaine	2%	4%	3%	1%	0%	2%	0%	1%	1%	3%	2%	1%
Je ne sais pas	4%	0%	0%	4%	5%	4%	0%	4%	2%	5%	5%	1%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

2.2 Fréquence en période hivernale

Q4. En période HIVERNALE (de novembre à avril), à quelle fréquence vos enfants de 0-5 ans jouent-ils à l'extérieur (cour extérieure, parcs, ruelle, patinoire, marche/course, etc.) lorsqu'ils sont avec vous à la maison ?

Base : Tous les répondants (n=400)



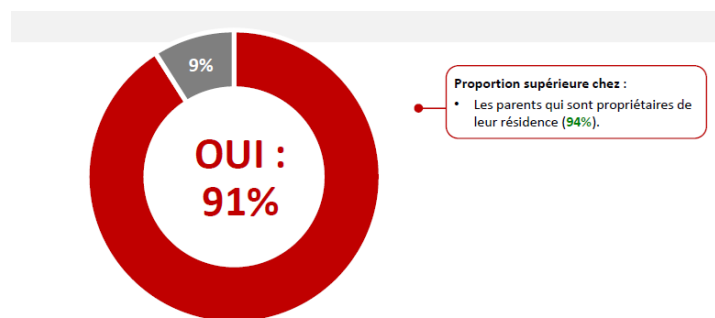
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n=	400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
AU MOINS UNE FOIS PAR JOUR	29%	21%	17%	32%	32%	29%	29%	35%	23%	21%	26%	34%
Plus d'une fois par jour	6%	11%	6%	4%	9%	7%	0%	7%	3%	7%	5%	8%
Une fois par jour	23%	11%	12%	28%	23%	22%	29%	27%	20%	14%	21%	26%
3 à 4 fois par semaine	23%	21%	17%	24%	26%	22%	29%	20%	31%	20%	22%	26%
1 à 2 fois par semaine	31%	32%	33%	30%	29%	31%	27%	30%	30%	33%	33%	26%
Moins d'une fois par semaine	16%	25%	32%	13%	8%	16%	15%	13%	15%	22%	17%	14%
Je ne sais pas	2%	0%	0%	1%	5%	2%	0%	2%	1%	4%	3%	1%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

2.3 Accès à un espace extérieur

Q5. De votre lieu de résidence principal, est-ce que vos enfants de 0-5 ans ont accès à un espace extérieur pour jouer et bouger librement (cour extérieure, parc, ruelle, etc.) ?

Base : Tous les répondants (n=400)



	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n=	400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
Oui	91%	82%	93%	92%	90%	91%	85%	95%	89%	82%	90%	91%
Non	9%	18%	7%	8%	10%	9%	15%	5%	11%	18%	10%	9%

2.4 Accès à un parc

Q6. Avez-vous accès à un parc à moins de 10 minutes à pied de votre résidence ?

Base : Tous les répondants (n=400)

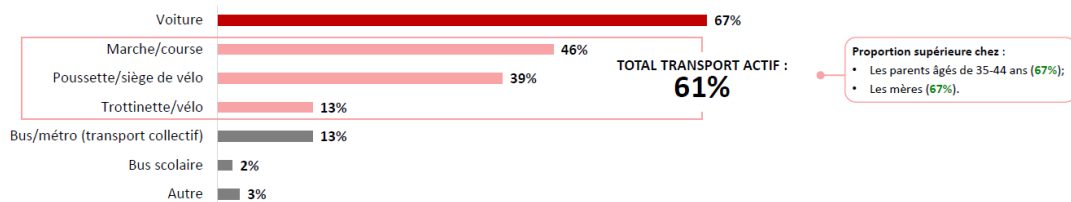


	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
Oui	n= 400 98%	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
Non	2%	4%	1%	2%	1%	2%	2%	1%	1%	4%	3%	0%

2.5 Déplacement en transport actif

Q7. Quel(s) moyen(s) de transport vos enfants de 0-5 ans utilisent-ils au moins 3 fois par semaine (ex. : pour aller au service de garde, à l'école ou voir un ami) ?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples



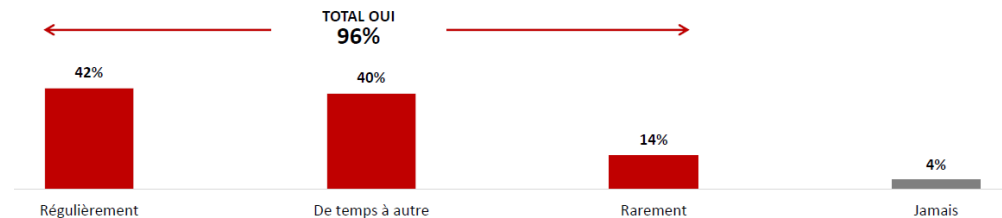
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
Voiture	n= 400 67%	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
TOTAL TRANSPORT ACTIF	61%	32%	39%	66%	77%	61%	61%	64%	64%	51%	64%	57%
Marche/course	46%	18%	30%	48%	60%	45%	54%	48%	44%	41%	44%	48%
Poussette/siège de vélo	39%	18%	23%	43%	47%	39%	39%	42%	43%	26%	40%	37%
Trottinette/vélo	13%	11%	7%	12%	20%	13%	12%	14%	15%	8%	11%	16%
Bus/méto (transport collectif)	13%	0%	16%	11%	18%	11%	27%	9%	16%	18%	15%	9%
Bus scolaire	2%	7%	6%	1%	0%	2%	5%	2%	3%	1%	2%	3%
Autre	3%	0%	1%	3%	2%	3%	0%	4%	0%	1%	3%	1%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

2.6 Pratique d'activité physique par les parents

Q9. Faites-vous de l'activité physique (marche, vélo, ballon, sport d'équipe, etc.) en compagnie de vos enfants de 0-5 ans. Les enfants peuvent participer, être dans la poussette ou être spectateurs ?

Base : Tous les répondants (n=400)



	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigré	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
TOTAL OUI	n= 400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
TOTAL OUI	96%	96%	99%	96%	96%	97%	90%	98%	93%	99%	97%	95%
Régulièrement	42%	39%	38%	42%	47%	43%	32%	50%	36%	30%	40%	47%
De temps à autre	40%	50%	41%	40%	36%	39%	44%	38%	43%	43%	42%	37%
Rarement	14%	7%	20%	14%	12%	14%	15%	10%	14%	25%	15%	12%
Jamais	4%	4%	1%	4%	4%	3%	10%	2%	7%	1%	3%	5%



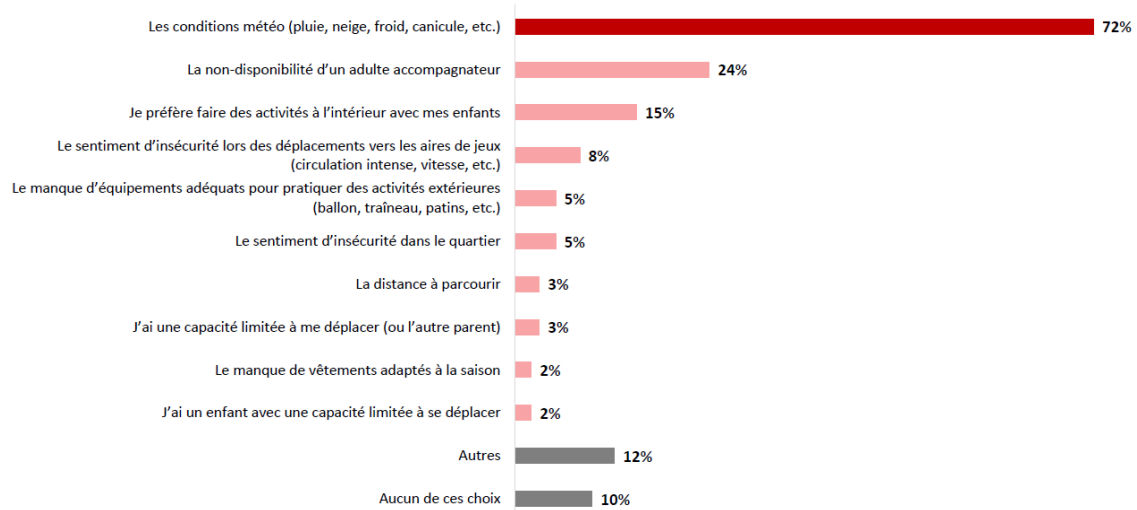
*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

21

2.7 Obstacles au temps de jeu extérieur

Q8. Qu'est-ce qui empêche principalement vos enfants de 0-5 ans de passer plus de temps à l'extérieur lorsqu'ils sont avec vous à la maison ?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples



Q8. Qu'est-ce qui empêche principalement vos enfants de 0-5 ans de passer plus de temps à l'extérieur lorsqu'ils sont avec vous à la maison ?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples

	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigré	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n= 400		28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
Les conditions météo (pluie, neige, froid, canicule, etc.)	72%	50%	68%	74%	75%	73%	63%	71%	71%	75%	69%	76%
La non-disponibilité d'un adulte accompagnateur	24%	32%	26%	25%	18%	24%	24%	23%	19%	33%	25%	22%
Je préfère faire des activités à l'intérieur avec mes enfants	15%	21%	14%	16%	11%	15%	20%	15%	13%	16%	13%	19%
Le sentiment d'insécurité lors des déplacements vers les aires de jeux (circulation intense, vitesse, etc.)	8%	0%	12%	8%	8%	8%	10%	8%	8%	7%	6%	12%
Le manque d'équipements adéquats pour pratiquer des activités extérieures (ballon, traîneau, patins, etc.)	5%	7%	1%	7%	2%	5%	7%	4%	7%	5%	5%	6%
Le sentiment d'insécurité dans le quartier	5%	4%	10%	3%	5%	5%	2%	6%	5%	1%	5%	5%
La distance à parcourir	3%	4%	3%	3%	4%	3%	2%	1%	6%	5%	4%	3%
J'ai une capacité limitée à me déplacer (ou l'autre parent)	3%	4%	4%	3%	1%	2%	15%	2%	6%	1%	4%	1%
Le manque de vêtements adaptés à la saison	2%	4%	3%	0%	4%	2%	2%	2%	1%	3%	3%	0%
J'ai un enfant avec une capacité limitée à se déplacer	2%	0%	1%	2%	3%	2%	5%	2%	3%	0%	3%	1%
Autres	12%	14%	9%	14%	11%	12%	15%	15%	12%	5%	11%	14%
Aucun de ces choix	10%	18%	9%	8%	12%	10%	5%	9%	8%	12%	11%	7%

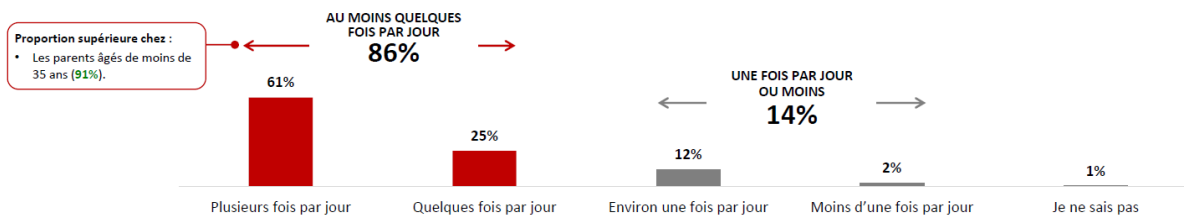
*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

3. Activités à l'intérieur

3.1 Jeu actif

Q10. Lors d'une journée typique à la maison, à quelle fréquence vos enfants de 0-5 ans ont-ils l'occasion de jouer ACTIVEMENT à L'INTÉRIEUR de votre domicile ?

Base : Tous les répondants (n=400)



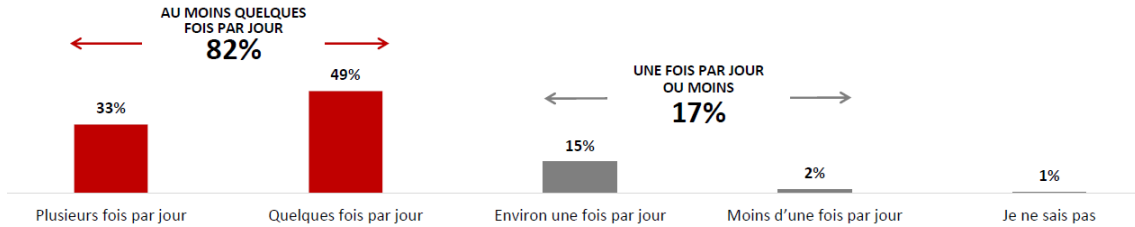
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigré	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n= 400		28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
AU MOINS QUELQUES FOIS PAR JOUR	86%	86%	84%	85%	87%	86%	83%	86%	88%	80%	83%	90%
Plusieurs fois par jour	61%	50%	65%	59%	66%	61%	61%	59%	64%	61%	59%	65%
Quelques fois par jour	25%	36%	19%	26%	21%	25%	22%	27%	24%	20%	24%	25%
UNE FOIS PAR JOUR OU MOINS	14%	14%	16%	14%	13%	14%	17%	13%	12%	20%	16%	10%
Environ une fois par jour	12%	14%	14%	11%	10%	11%	15%	10%	12%	16%	14%	8%
Moins d'une fois par jour	2%	0%	1%	2%	3%	2%	2%	3%	0%	4%	3%	1%
Je ne sais pas	1%	0%	0%	1%	0%	1%	0%	1%	0%	0%	0%	1%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

3.2 Jeu passif

Q11. Lors d'une journée typique à la maison, à quelle fréquence vos enfants de 0-5 ans pratiquent-ils des activités OÙ ILS BOUGENT PEU OU SONT ASSIS (lecture, jeux assis, jeux de société, temps d'écran, etc.) ?

Base : Tous les répondants (n=400)



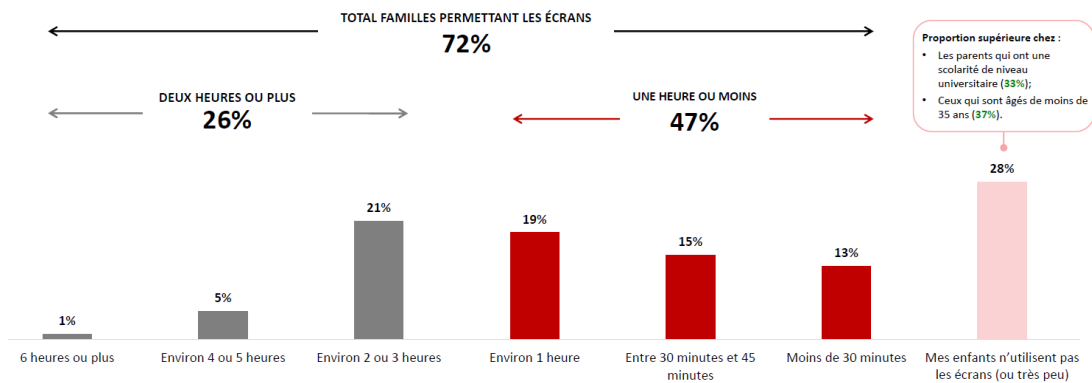
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadiens et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n= 400		28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
AU MOINS QUELQUES FOIS PAR JOUR	82%	64%	86%	83%	82%	82%	83%	84%	80%	80%	85%	77%
Plusieurs fois par jour	33%	21%	35%	33%	36%	33%	29%	36%	29%	32%	33%	34%
Quelques fois par jour	49%	43%	51%	50%	46%	48%	54%	48%	51%	49%	52%	43%
UNE FOIS PAR JOUR OU MOINS	17%	36%	13%	16%	18%	17%	17%	15%	20%	18%	14%	22%
Environ une fois par jour	15%	29%	13%	13%	16%	15%	15%	14%	16%	18%	12%	20%
Moins d'une fois par jour	2%	7%	0%	2%	1%	2%	2%	1%	5%	0%	2%	2%
Je ne sais pas	1%	0%	1%	1%	0%	1%	0%	1%	0%	1%	1%	1%

*En raison de sa taille (n=30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif

3.3 Temps d'écran

Q12. En moyenne, lors d'une journée typique passée à la maison, combien de temps vos enfants de 0-5 ans passent-ils devant les écrans (cellulaire, tablette, ordinateur, télévision, console de jeux) ?

Base : Tous les répondants (n=400)



Q12. En moyenne, lors d'une journée typique passée à la maison, combien de temps vos enfants de 0-5 ans passent-ils devant les écrans (cellulaire, tablette, ordinateur, télévision, console de jeux) ?

Base : Tous les répondants (n=400)

	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n=	400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
TOTAL FAMILLES PERMETTANT LES ÉCRANS	72%	89%	86%	69%	63%	70%	88%	73%	71%	68%	67%	81%
DEUX HEURES OU PLUS	26%	32%	41%	22%	21%	22%	51%	23%	28%	29%	23%	30%
6 heures ou plus	1%	4%	0%	0%	0%	0%	5%	0%	2%	0%	1%	0%
Environ 4 ou 5 heures	5%	14%	9%	2%	4%	4%	10%	3%	5%	8%	5%	4%
Environ 2 ou 3 heures	21%	14%	32%	19%	16%	18%	37%	20%	21%	21%	18%	26%
UNE HEURE OU MOINS	47%	57%	45%	48%	42%	48%	37%	50%	44%	39%	44%	52%
Environ 1 heure	19%	25%	22%	20%	11%	20%	10%	22%	17%	12%	17%	22%
Entre 30 minutes et 45 minutes	15%	18%	16%	16%	12%	14%	22%	15%	17%	12%	15%	16%
Moins de 30 minutes	13%	14%	7%	12%	19%	14%	5%	13%	10%	16%	12%	14%
Mes enfants n'utilisent pas les écrans (ou très peu)	28%	11%	14%	31%	37%	30%	12%	27%	29%	32%	33%	19%

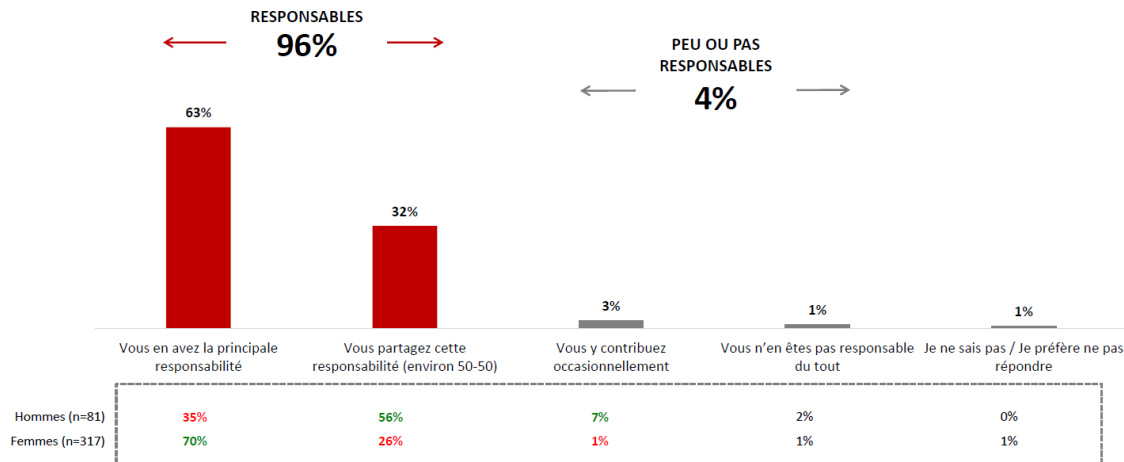
*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

4. Environnement entourant l'alimentation

4.1 Responsabilité du parent répondant

Q13. Concernant l'alimentation de vos enfants à L'EXTÉRIEUR DE LEUR MILIEU DE GARDE, diriez-vous que...

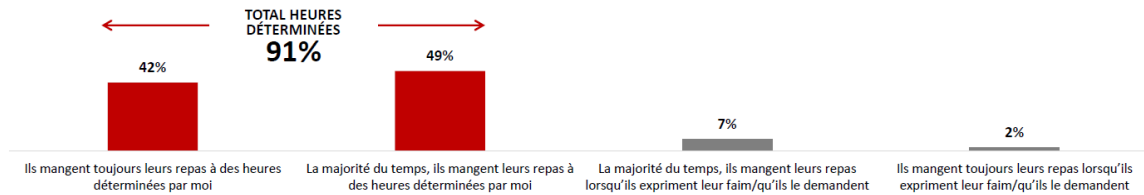
Base : Tous les répondants (n=400)



4.2 Heure des repas

Q13. Lorsqu'ils sont à la maison, est-ce que vos enfants de 0-5 ans mangent leurs repas à des heures déterminées par vous ?

Base : Tous les répondants (n=400)



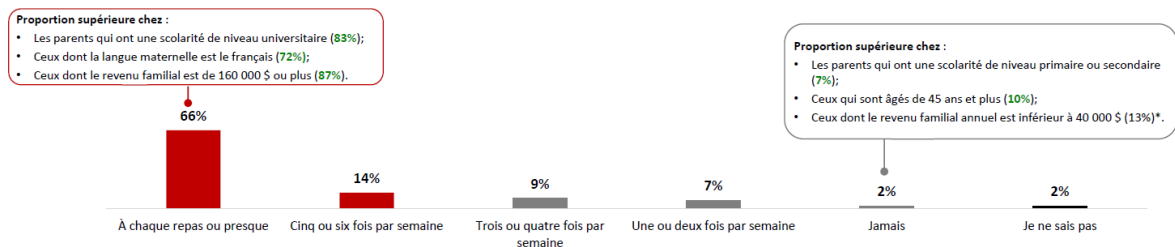
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigré	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n= 400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145	
TOTAL HEURES DÉTERMINÉES	91%	89%	91%	90%	92%	85%	92%	88%	93%	89%	94%	
Ils mangent toujours leurs repas à des heures déterminées par moi	42%	50%	42%	40%	44%	42%	39%	42%	44%	38%	37%	50%
La majorité du temps, ils mangent leurs repas à des heures déterminées par moi	49%	39%	49%	50%	48%	49%	46%	50%	44%	55%	52%	44%
La majorité du temps, ils mangent leurs repas lorsqu'ils expriment leur faim/qu'ils le demandent	7%	7%	6%	8%	8%	7%	7%	7%	9%	5%	9%	4%
Ils mangent toujours leurs repas lorsqu'ils expriment leur faim/qu'ils le demandent	2%	4%	3%	2%	0%	1%	7%	2%	3%	1%	2%	1%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

4.3 Fréquence des repas en famille

Q18. À quelle fréquence les repas à la maison sont-ils pris en famille (avec au moins un adulte), autour de la table ET SANS DISTRACTION (télévision, écrans, autres) ?

Base : Tous les répondants (n=400)



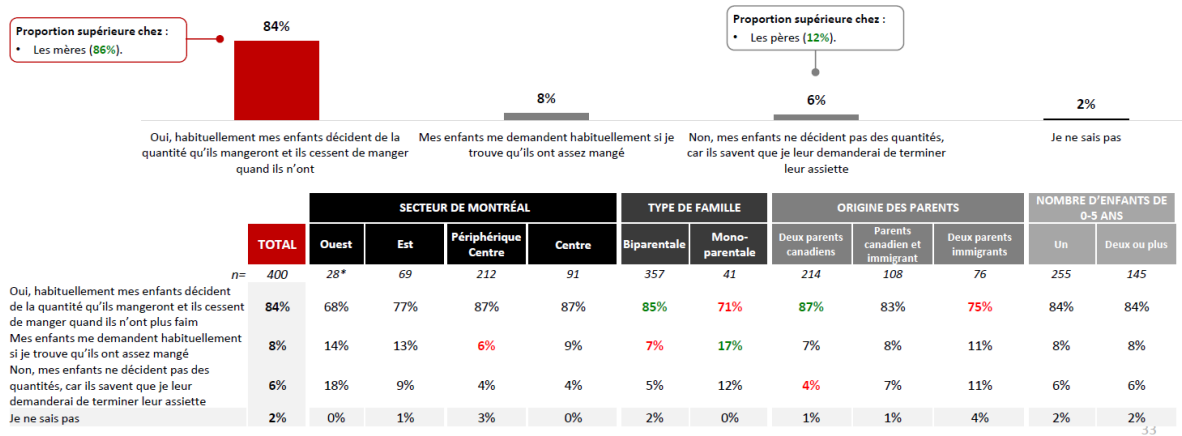
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigré	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n= 400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145	
À chaque repas ou presque	66%	57%	67%	67%	67%	68%	51%	69%	65%	62%	61%	76%
Cinq ou six fois par semaine	14%	18%	10%	14%	13%	13%	17%	12%	15%	14%	14%	13%
Trois ou quatre fois par semaine	9%	7%	13%	8%	9%	8%	17%	9%	9%	8%	11%	4%
Une ou deux fois par semaine	7%	7%	7%	7%	8%	7%	7%	6%	8%	11%	9%	5%
Jamais	2%	4%	3%	2%	1%	2%	5%	2%	2%	3%	3%	1%
Je ne sais pas	2%	7%	0%	2%	2%	2%	2%	2%	1%	3%	3%	1%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

4.4 Quantité de nourriture offerte

Q14. Lors des repas à la maison, est-ce que vos enfants de 0-5 ans sont en mesure de décider de la quantité d'aliments qu'ils mangeront, selon leur appétit et leurs préférences ?

Base : Tous les répondants (n=400)

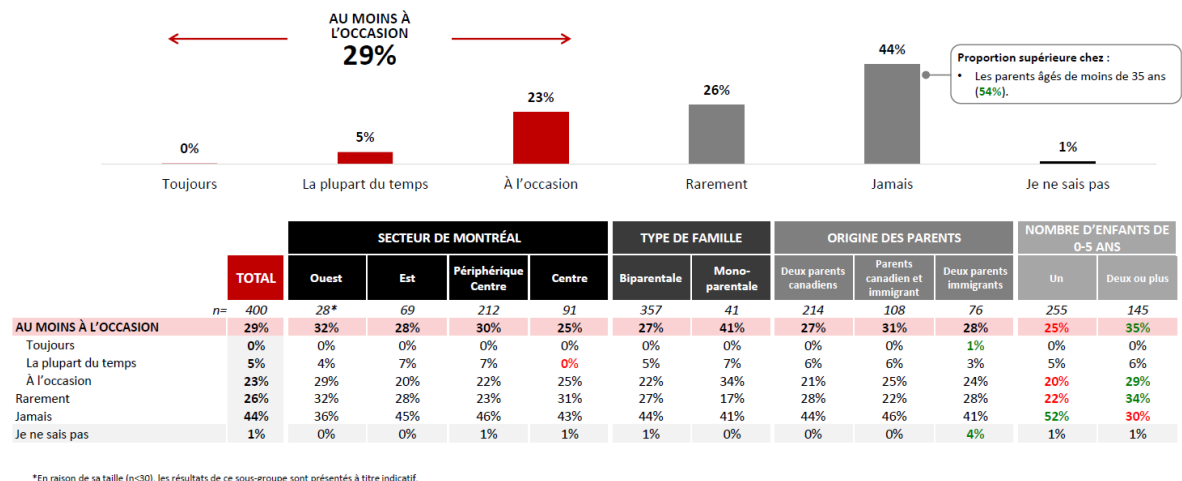


*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

4.5 Nourriture et négociation

Q15. À quelle fréquence utilisez-vous la nourriture comme récompense ou punition ?

Base : Tous les répondants (n=400)

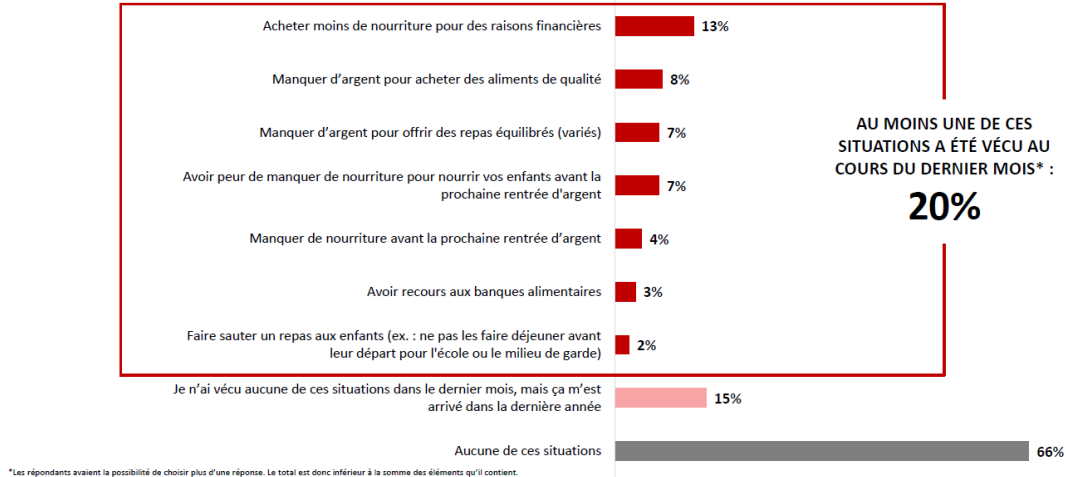


*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

4.6 Insécurité alimentaire

Q17. Dans le dernier mois, vous est-il arrivé de rencontrer les situations suivantes ?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples



Q17. Dans le dernier mois, vous est-il arrivé de rencontrer les situations suivantes?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples

	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
ONT VÉCU AU MOINS UNE SITUATION AU COURS DU DERNIER MOIS	20%	29%	32%	17%	13%	17%	41%	18%	16%	30%	18%	22%
Acheter moins de nourriture pour des raisons financières	13%	11%	23%	11%	8%	11%	29%	13%	11%	12%	12%	14%
Manquer d'argent pour acheter des aliments de qualité	8%	11%	14%	6%	5%	6%	22%	6%	8%	12%	7%	8%
Manquer d'argent pour offrir des repas équilibrés (variés)	7%	11%	17%	3%	7%	5%	20%	4%	7%	13%	7%	6%
Avoir peur de manquer de nourriture pour nourrir vos enfants avant la prochaine rentrée d'argent	7%	7%	17%	5%	2%	5%	22%	5%	7%	11%	7%	5%
Manquer de nourriture avant la prochaine rentrée d'argent	4%	4%	13%	3%	1%	3%	15%	1%	5%	12%	4%	4%
Avoir recours aux banques alimentaires	3%	0%	10%	1%	4%	3%	10%	2%	2%	9%	3%	3%
Faire sauter un repas aux enfants (ex. : ne pas les faire déjeuner avant leur départ pour l'école ou le milieu de garde)	2%	7%	1%	1%	3%	2%	5%	1%	2%	7%	3%	1%
Je n'ai vécu aucune de ces situations dans le dernier mois, mais ça m'est arrivé dans la dernière année	15%	4%	13%	17%	12%	14%	17%	14%	17%	13%	12%	19%
Aucune de ces situations	66%	68%	55%	65%	75%	68%	41%	68%	68%	57%	69%	59%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

Q17. Dans le dernier mois, vous est-il arrivé de rencontrer les situations suivantes?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples

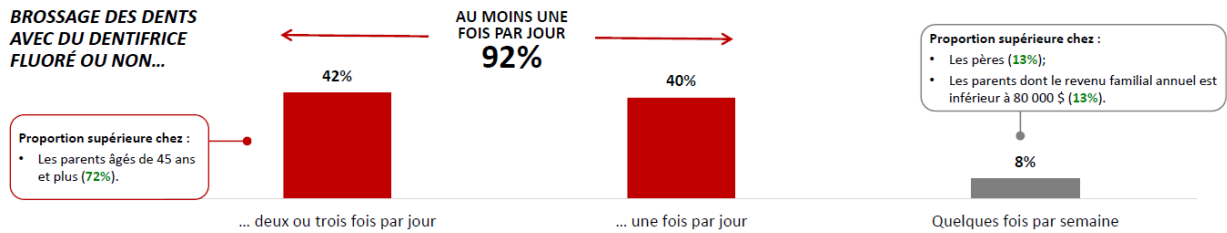
	TOTAL	REVENU ANNUEL DU MÉNAGE			
		Moins de 80 000 \$	De 80 000 à 99 999 \$	De 100 000 à 159 999 \$	160 000 \$ et plus
ONT VÉCU AU MOINS UNE SITUATION AU COURS DU DERNIER MOIS	n= 400 20%	96 40%	38 21%	131 15%	110 5%
Acheter moins de nourriture pour des raisons financières	13%	26%	8%	9%	4%
Manquer d'argent pour acheter des aliments de qualité	8%	16%	11%	5%	1%
Manquer d'argent pour offrir des repas équilibrés (variés)	7%	19%	3%	2%	2%
Avoir peur de manquer de nourriture pour nourrir vos enfants avant la prochaine rentrée d'argent	7%	20%	5%	2%	0%
Manquer de nourriture avant la prochaine rentrée d'argent	4%	13%	0%	1%	0%
Avoir recours aux banques alimentaires	3%	10%	0%	1%	0%
Faire sauter un repas aux enfants (ex. : ne pas les faire déjeuner avant leur départ pour l'école ou le milieu de garde)	2%	5%	3%	2%	0%
Je n'ai vécu aucune de ces situations dans le dernier mois, mais ça m'est arrivé dans la dernière année	15%	16%	16%	17%	11%
Aucune de ces situations	66%	45%	63%	68%	85%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

4.7 Hygiène buccale

Q19. Quelle est la routine d'hygiène de la bouche de vos enfants durant une journée typique ?

Base : Tous les répondants, excluant qui ont indiqué que la question ne s'appliquait pas à eux, car leur enfant n'a pas encore de dents (n=370)



BROSSAGE DES DENTS AVEC DU DENTIFRICE FLUORÉ OU NON...	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
AU MOINS UNE FOIS PAR JOUR	n= 370 92%	27 89%	68 93%	193 91%	82 96%	328 93%	40 83%	197 94%	104 92%	67 85%	227 90%	143 96%
... deux ou trois fois par jour	52%	41%	50%	51%	60%	53%	43%	60%	43%	40%	48%	58%
... une fois par jour	40%	48%	43%	39%	37%	40%	34%	49%	45%	41%	38%	38%
Quelques fois par semaine	8%	11%	7%	9%	4%	7%	18%	6%	8%	15%	10%	4%

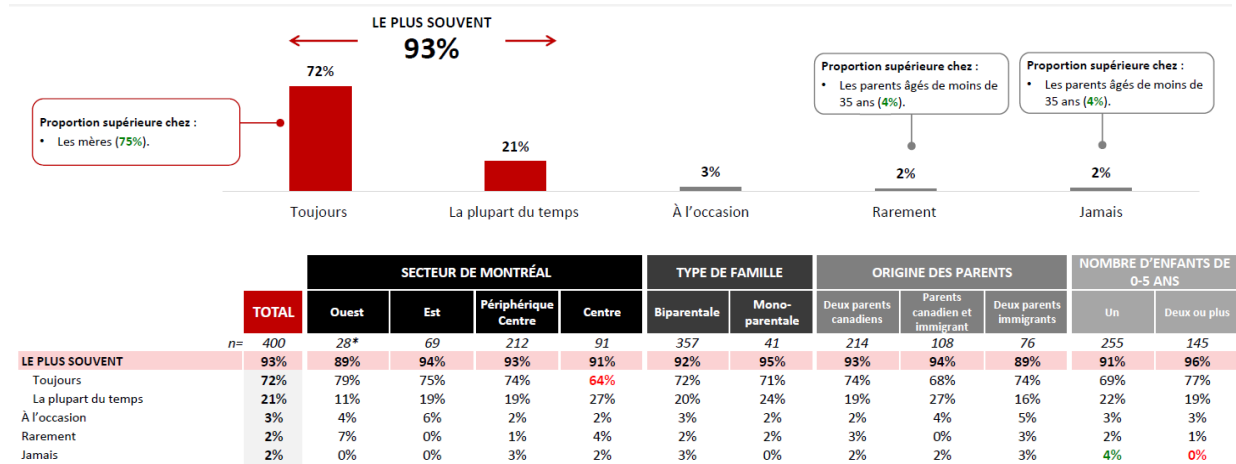
*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

5. Aliments servis

5.1 Types de breuvages offerts

Q20. À la maison, si vos enfants ont soif, leur offrez-vous d'abord de l'eau ?

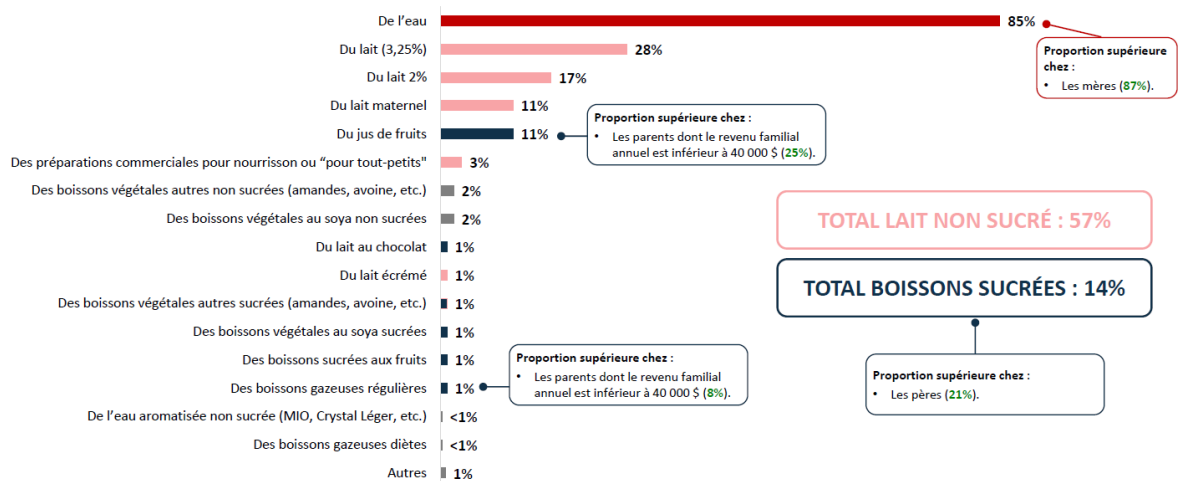
Base : Tous les répondants (n=400)



*En raison de sa taille (n=30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

Q21. Que boivent principalement vos enfants aux repas ou aux collations lorsqu'ils sont avec vous à la maison ?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples



Q21. Que boivent principalement vos enfants aux repas ou aux collations lorsqu'ils sont avec vous à la maison?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples

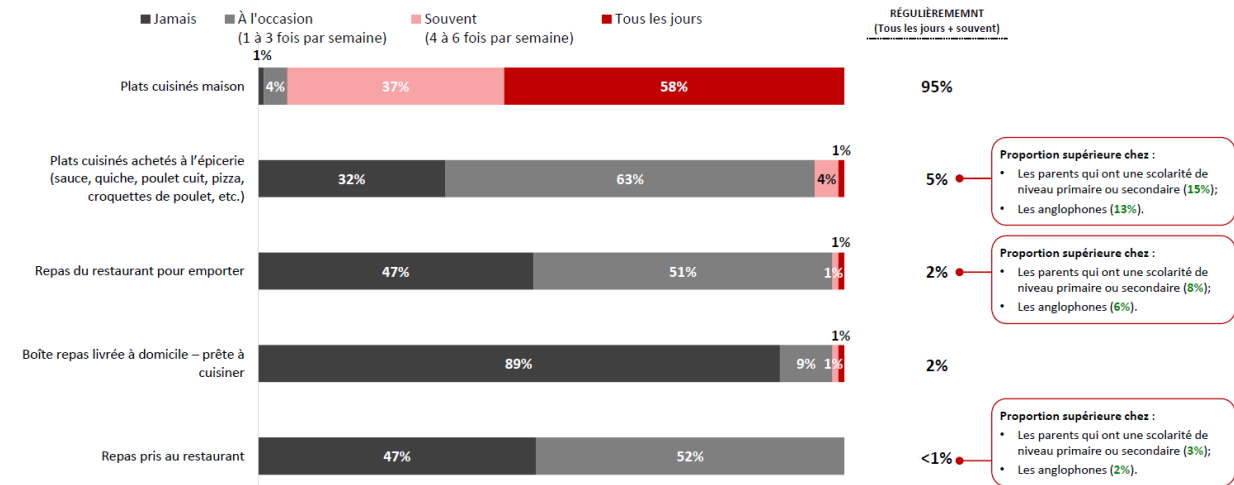
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n=	400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
TOTAL LAIT NON SUCRÉ	57%	64%	52%	62%	48%	58%	51%	59%	58%	50%	56%	59%
TOTAL BOISSONS SUCRÉES	14%	4%	28%	11%	14%	13%	22%	11%	17%	18%	13%	15%
De l'eau	85%	82%	77%	87%	86%	84%	88%	85%	88%	82%	84%	86%
Du lait (3,25%)	28%	32%	29%	29%	24%	29%	20%	28%	28%	29%	26%	32%
Du lait 2%	17%	32%	16%	17%	11%	16%	24%	18%	19%	11%	16%	19%
Du lait maternel	11%	0%	4%	13%	12%	11%	5%	12%	9%	8%	11%	9%
Du jus de fruits	11%	0%	20%	8%	12%	10%	15%	7%	12%	16%	11%	9%
Des préparations commerciales pour nourrisson ou "pour tout-petits"	3%	0%	4%	3%	3%	3%	2%	3%	4%	3%	5%	1%
Des boissons végétales autres non sucrées (amandes, avoine, etc.)	2%	4%	0%	3%	1%	2%	2%	3%	3%	0%	2%	3%
Des boissons végétales au soya non sucrées	2%	0%	1%	1%	4%	2%	0%	1%	3%	0%	1%	3%
Du lait au chocolat	1%	0%	4%	1%	0%	1%	2%	1%	1%	1%	1%	1%
Du lait écrémé	1%	0%	3%	1%	0%	1%	0%	1%	0%	1%	1%	1%
Des boissons végétales autres sucrées (amandes, avoine, etc.)	1%	4%	0%	1%	1%	1%	2%	1%	2%	0%	0%	2%
Des boissons végétales au soya sucrées	1%	0%	1%	1%	0%	1%	2%	0%	1%	1%	0%	2%
Des boissons sucrées aux fruits	1%	0%	1%	0%	1%	1%	0%	0%	1%	0%	0%	1%
Des boissons gazeuses régulières	1%	0%	1%	0%	0%	0%	2%	0%	1%	0%	0%	1%
De l'eau aromatisée non sucrée (MIO, Crystal Léger, etc.)	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Des boissons gazeuses diètes	0%	4%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	1%
Autres	1%	0%	0%	1%	1%	1%	2%	1%	0%	1%	1%	0%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

5.2 Types de repas offerts

Q22. En général, dans une semaine type, à quelle fréquence offrez-vous à vos enfants des repas de chacune des catégories suivantes ?

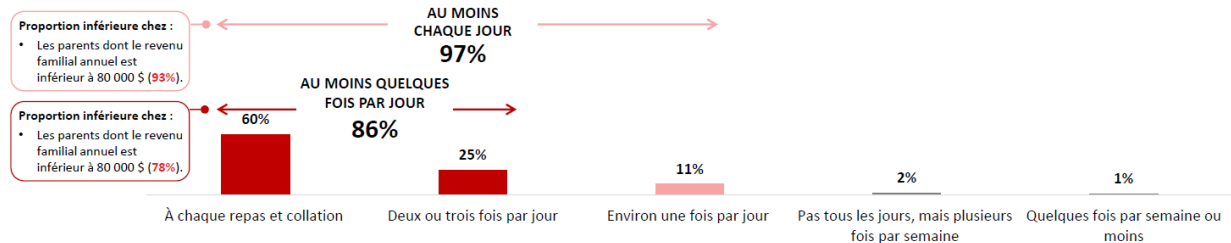
Base : Tous les répondants, excluant qui ont indiqué que la question ne s'appliquait pas à eux, car leur enfant ne boit encore que du lait (n=377)



5.3 Fréquence de l'offre de fruits et légumes

Q23. À quelle fréquence vos enfants de 0-5 ans ont-ils l'occasion de manger des fruits et des légumes lors des repas et des collations PRIS À LA MAISON ?

Base : Tous les répondants, excluant qui ont indiqué que la question ne s'appliquait pas à eux, car leur enfant ne boit encore que du lait (n=386)



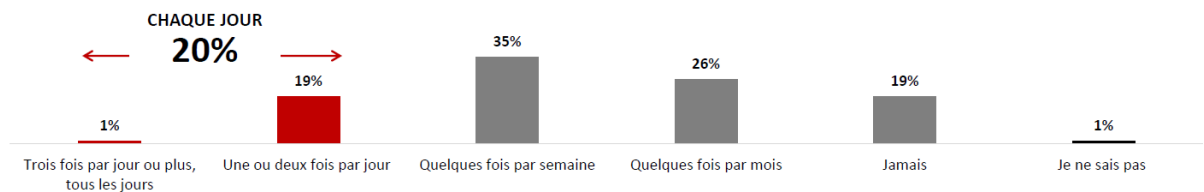
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n= 386		28*	68	202	88	343	41	205	106	73	241	145
AU MOINS CHAQUE JOUR	97%	96%	96%	98%	98%	98%	95%	98%	98%	93%	97%	97%
AU MOINS QUELQUES FOIS PAR JOUR	86%	75%	79%	89%	86%	86%	88%	92%	85%	73%	84%	88%
À chaque repas et collation	60%	46%	59%	63%	60%	60%	63%	62%	62%	53%	59%	63%
Deux ou trois fois par jour	25%	29%	21%	26%	26%	26%	24%	29%	23%	19%	26%	25%
Environ une fois par jour	11%	21%	16%	8%	11%	12%	7%	6%	13%	21%	13%	9%
Pas tous les jours, mais plusieurs fois par semaine	2%	0%	4%	1%	2%	2%	2%	1%	1%	5%	2%	3%
Quelques fois par semaine ou moins	1%	4%	0%	1%	0%	1%	2%	0%	1%	1%	1%	0%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

5.4 Fréquence de l'offre d'aliments sucrés du commerce

Q27. À quelle fréquence offrez-vous à vos enfants des desserts, collations ou boissons sucrées du commerce ?

Base : Tous les répondants (n=400)



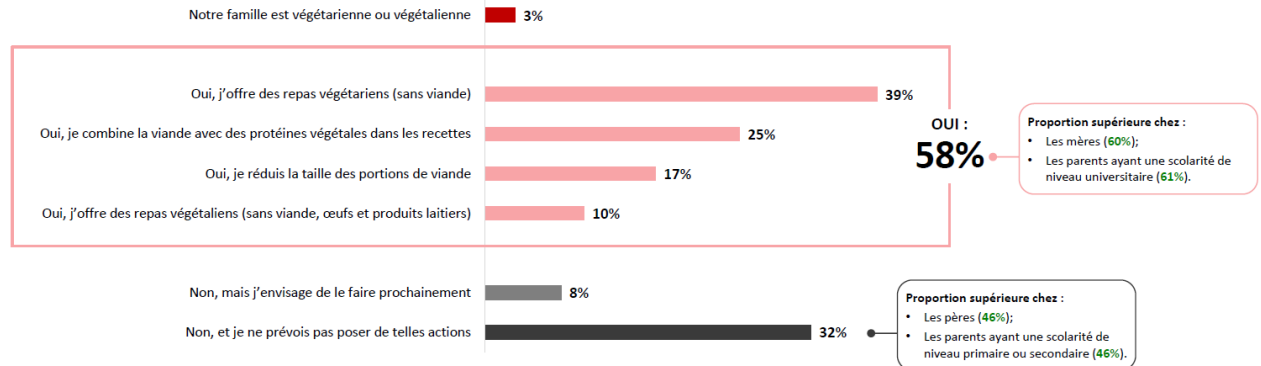
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n= 400		28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
CHAQUE JOUR	20%	29%	28%	15%	22%	19%	24%	19%	20%	20%	19%	20%
Trois fois par jour ou plus, tous les jours	1%	4%	0%	0%	3%	1%	0%	0%	1%	4%	2%	0%
Une ou deux fois par jour	19%	25%	28%	15%	19%	18%	24%	19%	19%	16%	18%	20%
Quelques fois par semaine	35%	43%	32%	36%	32%	33%	49%	36%	32%	38%	35%	35%
Quelques fois par mois	26%	14%	29%	27%	24%	27%	17%	26%	28%	22%	20%	35%
Jamais	19%	14%	10%	21%	21%	20%	10%	18%	19%	20%	24%	10%
Je ne sais pas	1%	0%	1%	1%	1%	1%	0%	2%	0%	0%	2%	0%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

5.5 Réduction de la consommation de viande

Q26. Posez-vous des gestes pour réduire la consommation de viande de votre famille ?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples



Q26. Posez-vous des gestes pour réduire la consommation de viande de votre famille ?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples

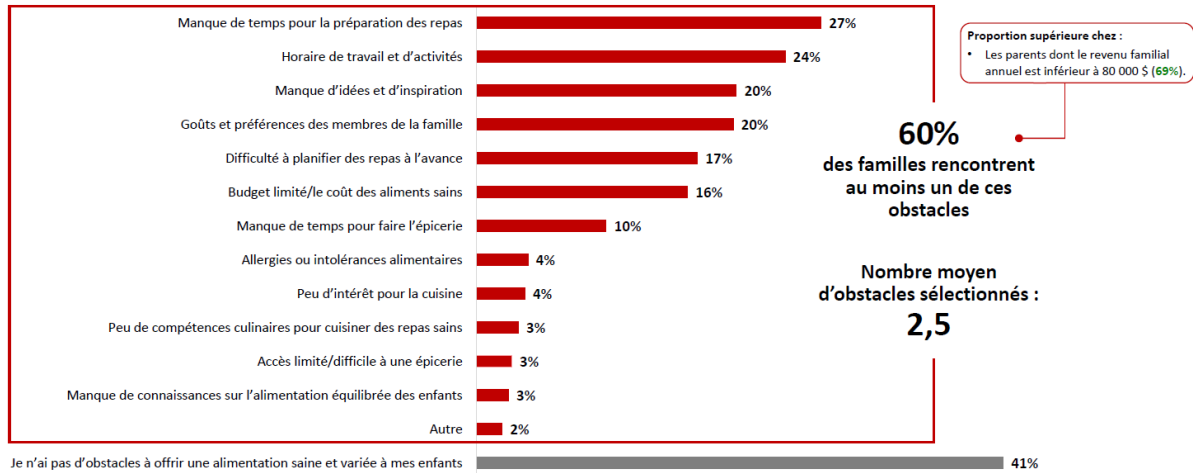
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n= 400		28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
Notre famille est végétarienne ou végétalienne	3%	0%	3%	4%	1%	3%	2%	4%	4%	0%	2%	4%
TOTAL OUI	58%	39%	43%	64%	59%	58%	51%	56%	57%	63%	57%	58%
Oui, j'offre des repas végétariens (sans viande)	39%	11%	17%	47%	44%	39%	37%	44%	37%	26%	40%	36%
Oui, je combine la viande avec des protéines végétales dans les recettes	25%	14%	23%	25%	30%	26%	15%	23%	25%	32%	24%	27%
Oui, je réduis la taille des portions de viande	17%	11%	12%	17%	21%	17%	12%	14%	20%	20%	18%	14%
Oui, j'offre des repas végétaliens (sans viande, œufs et produits laitiers)	10%	11%	7%	9%	12%	10%	5%	12%	7%	8%	10%	9%
Non, mais j'envisage de le faire prochainement	8%	11%	6%	7%	10%	7%	12%	9%	5%	8%	7%	8%
Non, et je ne prévois pas poser de telles actions	32%	50%	48%	25%	30%	32%	34%	31%	34%	29%	33%	30%

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

5.6 Obstacles à offrir une alimentation saine et variée

Q16. Dans votre famille, quels sont les obstacles qui limitent votre capacité à offrir une alimentation saine et variée à vos enfants ?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples



Q16. Dans votre famille, quels sont les obstacles qui limitent votre capacité à offrir une alimentation saine et variée à vos enfants ?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples

	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n=	400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
AU MOINS UN OBSTACLE	60%	68%	58%	58%	63%	59%	71%	60%	62%	54%	59%	60%
Manque de temps pour la préparation des repas	27%	18%	16%	27%	35%	26%	29%	27%	26%	26%	27%	25%
Horaire de travail et d'activités	24%	29%	17%	25%	23%	24%	24%	25%	21%	24%	24%	24%
Manque d'idées et d'inspiration	20%	25%	12%	21%	22%	20%	20%	20%	21%	18%	20%	21%
Goûts et préférences des membres de la famille	20%	14%	19%	19%	24%	20%	15%	21%	22%	12%	18%	23%
Difficulté à planifier des repas à l'avance	17%	14%	14%	19%	15%	16%	24%	18%	17%	16%	18%	14%
Budget limité/le coût des aliments sains	16%	7%	26%	14%	18%	15%	32%	15%	17%	17%	17%	15%
Manque de temps pour faire l'épicerie	10%	18%	6%	8%	14%	9%	20%	9%	12%	11%	12%	7%
Allergies ou intolérances alimentaires	4%	4%	4%	3%	5%	4%	2%	4%	6%	3%	4%	5%
Peu d'intérêt pour la cuisine	4%	7%	3%	3%	5%	3%	7%	5%	3%	3%	4%	3%
Peu de compétences culinaires pour cuisiner des repas sains	3%	4%	4%	3%	2%	3%	7%	3%	3%	5%	4%	3%
Accès limité/difficile à une épicerie	3%	4%	4%	2%	3%	2%	7%	3%	3%	3%	3%	2%
Manque de connaissances sur l'alimentation équilibrée des enfants	3%	0%	3%	2%	3%	3%	0%	2%	1%	7%	3%	2%
Autre	2%	7%	0%	2%	2%	1%	7%	2%	4%	0%	3%	1%
Je n'ai pas d'obstacles à offrir une alimentation saine et variée à mes enfants	41%	32%	42%	42%	37%	41%	29%	40%	38%	46%	41%	40%

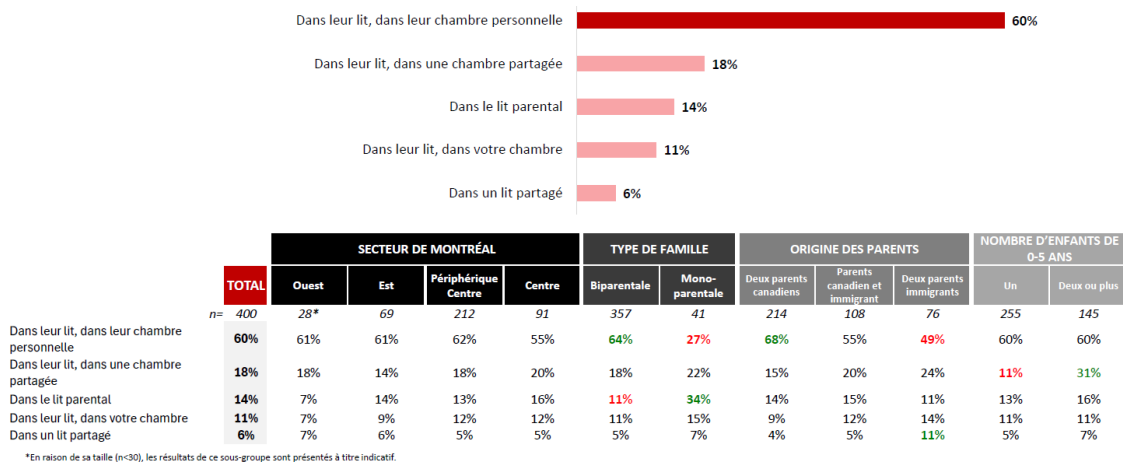
*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

6. Sommeil

6.1 Lit et chambre

Q28. Dans quelle pièce vos enfants de 0-5 ans dorment-ils la grande majorité du temps ?

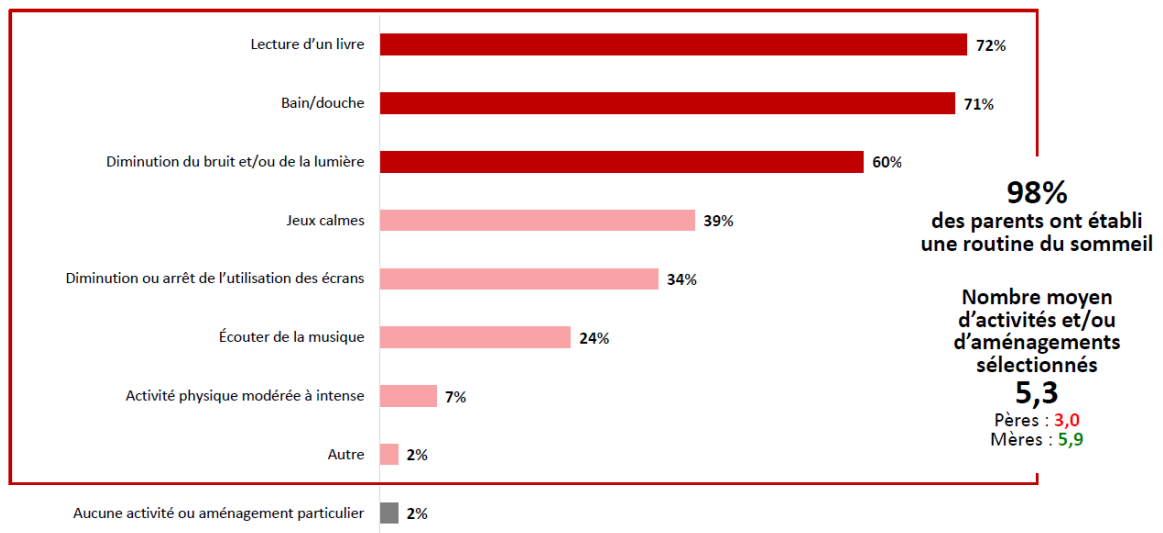
Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples si plusieurs enfants



6.2 Routine de sommeil

Q29. Quels sont les activités et aménagements que vous faites entourant les périodes de sommeil de vos enfants ?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples



Q29. Quels sont les activités et aménagements que vous faites entourant les périodes de sommeil de vos enfants?

Base : Tous les répondants (n=400) – mentions multiples

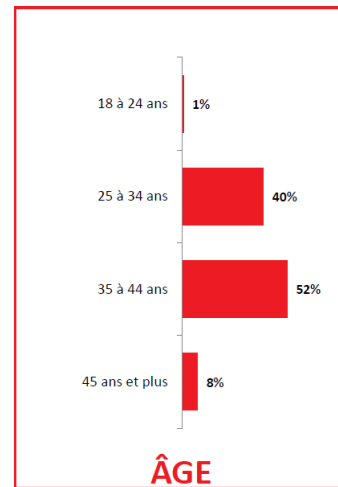
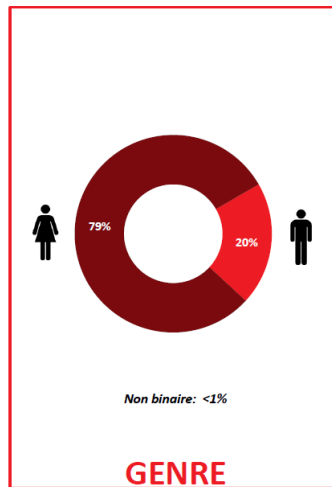
	TOTAL	SECTEUR DE MONTRÉAL				TYPE DE FAMILLE		ORIGINE DES PARENTS			NOMBRE D'ENFANTS DE 0-5 ANS	
		Ouest	Est	Périphérique Centre	Centre	Biparentale	Mono-parentale	Deux parents canadiens	Parents canadien et immigrant	Deux parents immigrants	Un	Deux ou plus
n=	400	28*	69	212	91	357	41	214	108	76	255	145
AU MOINS UNE ACTIVITÉ/AMÉNAGEMENT	98%	96%	99%	99%	96%	97%	100%	99%	98%	96%	97%	99%
Lecture d'un livre	72%	50%	59%	77%	78%	73%	71%	78%	74%	55%	68%	80%
Bain/douche	71%	50%	77%	77%	58%	71%	76%	78%	70%	53%	68%	76%
Diminution du bruit et/ou de la lumière	60%	39%	48%	63%	67%	59%	66%	57%	68%	57%	59%	60%
Jeux calmes	39%	36%	35%	42%	36%	39%	37%	40%	41%	34%	36%	43%
Diminution ou arrêt de l'utilisation des écrans	34%	25%	42%	33%	35%	32%	54%	35%	37%	30%	32%	38%
Écouter de la musique	24%	18%	19%	26%	22%	23%	27%	25%	22%	21%	23%	25%
Activité physique modérée à intense	7%	18%	10%	4%	8%	8%	2%	6%	7%	9%	7%	8%
Autre	2%	0%	0%	3%	3%	2%	2%	2%	3%	1%	3%	1%
Aucune activité ou aménagement particulier	2%	4%	1%	1%	4%	3%	0%	1%	2%	4%	3%	1%
Moyenne	5,3	5,8	4,3	4,6	7,3	5,5	3,3	4,6	5,0	6,4	6,0	4,0

*En raison de sa taille (n<30), les résultats de ce sous-groupe sont présentés à titre indicatif.

Profil des personnes répondantes

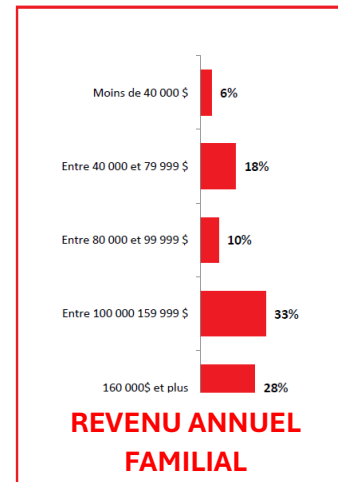
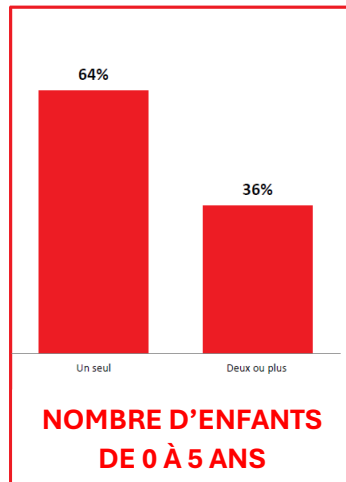
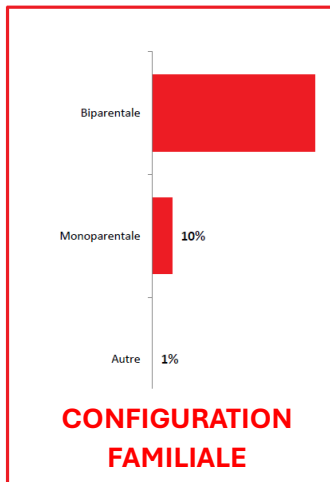
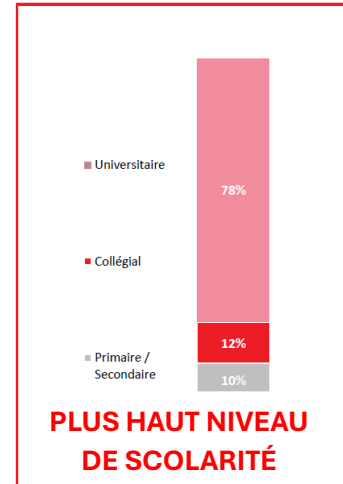
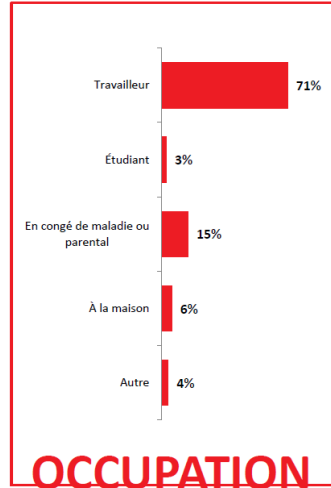
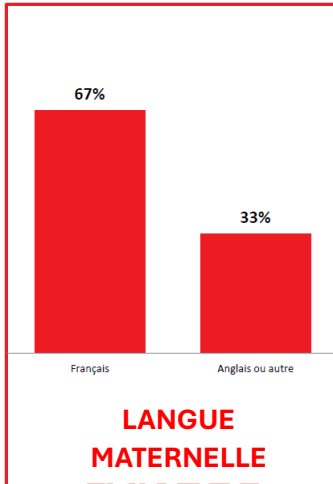
ARRONDISSEMENT OU VILLE LIÉE	
Ouest	7%
Baie d'Urfé	<1%
Beaconsfield	0%
Dollard-des-Ormeaux	2%
Dorval	<1%
Kirkland	<1%
L'Île-Bizard-Sainte-Geneviève	1%
Pierrefonds-Roxboro	2%
Pointe-Claire	1%
Sainte-Anne-de-Bellevue	0%
Senneville	0%
Est	17%
Anjou	3%
Ville de Montréal-Est	2%
Montréal-Nord	4%
Rivière-des-Prairies-Pointe-aux-Trembles	7%
Périphérique Centre	53%
Ahuntsic-Cartierville	10%
Lachine	3%
Lasalle	3%
Mercier-Hochelaga-Maisonneuve	12%
Mont-Royal	1%
Rosemont-La Petite-Patrie	14%
Saint-Laurent	3%
Villeray-Saint-Michel-Parc-Extension	7%
Centre	23%
Côte-Saint-Luc	1%
Le Plateau-Mont-Royal	6%
Outremont	1%
Sud-Ouest	4%
Verdun	4%
Ville-Marie	3%
Westmount	0%
Côte-des-Neiges-Notre-Dame-de-Grâce	5%
Hampstead	<1%
Montréal-Ouest	1%

LIEU DE RÉSIDENCE



Base : Tous les répondants (n=400)

Note : Pour chacune des catégories de profil, le complément à 100% correspond aux mentions « Ne sait pas » et « Refus ».



Références

Canadian Society for Exercise Physiology (2021). Directives canadiennes en matière de mouvement sur 24 heures pour les enfants de 0 à 4 ans.

<https://csepguidelines.ca/language/fr/directives/petit-enfances/>

Québec (2017). Cadre de référence Gazelle et Potiron. Ministère de la Famille, Direction du développement des enfants. [https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/famille/publications-](https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/famille/publications-adm/Service_de_garde/santeseurite/guide_gazelle_potiron.pdf)

[adm/Service de garde/santeseurite/guide_gazelle_potiron.pdf](https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/famille/publications-adm/Service_de_garde/santeseurite/guide_gazelle_potiron.pdf)