

# E2 – Campagne de promotion d'un mode de vie physiquement actif pour les préadolescents

WIXX

**Territoire de MRC :**  
**Rimouski-Neigette**

**Enjeu COSMOSS principal :**  
**saines habitudes de vie**

**Personnes visées :**  
**jeunes âgés de 9 à 13 ans**

**Principal changement :**  
**engagement du milieu scolaire, municipal et communautaire dans la bonification de l'offre d'activités physiques**

## Mise en contexte

L'adolescence représente une période charnière dans la poursuite d'un mode de vie physiquement actif. Dans cette perspective, Québec en Forme déploie, à partir de l'automne 2012, la campagne nationale de communication WIXX visant à promouvoir les loisirs et les déplacements actifs chez les jeunes âgés de 9 à 13 ans. Elle propose entre autres à des parents, à des intervenants ou à des jeunes de réaliser des activités sportives WIXX. Les partenaires du comité Saines habitudes de vie (SHV) de COSMOSS Rimouski-Neigette décident, à partir de l'été 2014, de s'associer à cette campagne et ainsi de bonifier leurs actions de promotion, de sensibilisation et d'animation auprès des milieux scolaires, municipaux et communautaires.

## Objectifs

- Prévenir la chute de l'activité physique lors du passage à l'adolescence
- Mobiliser et engager les milieux scolaires, municipaux et communautaires afin qu'ils améliorent et augmentent les occasions pour les jeunes de bouger au quotidien
- Rendre l'activité physique populaire auprès des jeunes

## Mise en œuvre

Depuis 2010, l'Escouade SHV, composée de plusieurs animateurs, réalise des activités de promotion d'un mode de vie physiquement actif sur le territoire (dans les terrains de jeu, lors d'événements organisés ou dans les écoles). Devenue l'Escouade WIXX à partir de l'été 2014, elle continue ses activités en utilisant les outils WIXX et en arborant les couleurs de cette campagne. Le déploiement de la campagne WIXX commence dans les camps de jour, ce qui rejoint un bassin important de jeunes sur le territoire. Elle se poursuit dans les écoles à l'automne grâce à la commission scolaire.

Pour inciter les milieux à réaliser des activités WIXX, un parcours mobile composé de plusieurs modules de bois et de stations est créé. La Ville de Rimouski se dote d'une remorque identifiée aux couleurs de WIXX pour transporter cet équipement, ainsi que tout le matériel d'animation sportive que l'Escouade SHV utilise depuis 2010.

Afin de permettre aux milieux d'emprunter la remorque et d'encourager la tenue d'activités WIXX, des ententes de service entre la Ville de Rimouski, les écoles et les municipalités rurales du territoire

sont mises en œuvre. En outre, des formations destinées aux milieux scolaires (éducateurs physiques et éducateurs en service de garde), municipaux (comités de loisir) et communautaires sont développées.

## Changements observés

La participation de l'Escouade WIXX et l'utilisation du parcours et des activités lors des événements déjà organisés permettent de diversifier les activités offertes aux jeunes. Par exemple, la remorque est prêtée à chaque école pendant une semaine. Les équipes-écoles en profitent pour améliorer les récréations, les activités spéciales ou les cours d'éducation physique. Ces efforts, appuyés par la campagne de promotion nationale, permettent d'ancrer rapidement les bonnes habitudes WIXX dans le milieu et de contribuer au rayonnement de ce mouvement sur le territoire.

D'ailleurs, les milieux remarquent rapidement que cette couleur WIXX a un impact positif important sur la participation des jeunes, la visibilité de leur événement et la bonification de leurs activités. De plus, le message de la campagne et l'accessibilité des activités sportives proposées démontrent aux milieux qu'il n'est pas nécessaire de réinventer la roue, mais plutôt d'adapter les activités déjà existantes selon les goûts des préadolescents tout en faisant preuve de créativité.

Les milieux sont maintenant mobilisés dans la réussite de ce projet. Ils sont devenus autonomes dans la réalisation d'activités, la mise en avant des couleurs WIXX et l'utilisation des outils WIXX par l'emprunt de la remorque. Puisqu'il n'est donc plus nécessaire de maintenir l'Escouade WIXX, celle-ci s'est terminée à l'été 2015. Ainsi, on voit les camps de jour de Rimouski continuer de « WIXXER » leur été, des écoles qui utilisent la remorque ou des municipalités rurales qui intègrent la campagne à leur offre de loisir.

Cette effervescence est reconnue sur le plan national par Québec en Forme qui considère le comité SHV de COSMOSS Rimouski-Neigette comme un modèle en ce qui a trait au rayonnement de la campagne WIXX.

## Ingrédients de réussite

L'association à une campagne nationale disposant d'outils concrets et de moyens de promotion importants est un élément essentiel de réussite. Le milieu peut se concentrer sur ses activités et sur l'optimisation des avantages de la campagne. L'implication des partenaires des différents réseaux (Commission scolaire des Phares, Ville de Rimouski, service des loisirs des municipalités rurales) facilite grandement le déploiement des différents volets du projet. Grâce à une collaboration fructueuse déjà établie entre eux, il est facile de convenir d'ententes et de partager les équipements. En outre, les travaux du comité SHV préparent bien le terrain à la campagne WIXX. L'accompagnement régional de Québec en Forme permet d'assurer un déploiement optimal sur le territoire.

## À retenir

Comme les partenaires du milieu adhèrent à une campagne nationale accrocheuse à laquelle les jeunes s'identifient facilement, la gamme des activités physiques offertes est bonifiée.

## Pour plus de renseignements

Ville de Rimouski, 418 724-3196

### Sources

- Entrevue avec M. Denis Blanchette, chef de division – sports, infrastructures sportives et plein air, responsable des sports, service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire de la Ville de Rimouski, août 2016.
- Site Internet de la campagne WIXX : <http://wixx.ca/>.
- Plans d'action locaux du comité Saines habitudes de vie de COSMOSS Rimouski-Neigette déposés à Québec en Forme de 2014 à 2016.
- Bilans déposés à Québec en Forme de 2014 à 2016.

