

Appel à contribution pour une Stratégie nationale de prévention en santé du ministère de la Santé et des Services sociaux

Déposé conjointement par



Égale Action

Depuis 2001, Égale Action a pour mission de rendre le système sportif québécois équitable et égalitaire à l'égard des filles et des femmes et de soutenir ces dernières dans le développement de leur plein potentiel.

Lab PROFEMS

Le Laboratoire de recherche pour la progression des femmes+ dans les sports au Québec (PROFEMS) est une unité mixte de recherche qui vise à faire progresser l'égalité entre les femmes et les hommes dans le système sportif québécois par le biais de recherches axées sur l'innovation technologique et sociale.

Introduction

D'entrée de jeu, il nous importe de vous remercier de nous permettre de prendre part à cette consultation sur la future Stratégie nationale de prévention en santé au Québec en exprimant les priorités portées par nos organisations qui travaillent conjointement à rendre les milieux plus inclusifs pour les filles et les femmes afin qu'elles soient actives et poursuivent leur avancement dans le sport.

De plus, nous tenons à saluer chaleureusement l'engagement renouvelé du gouvernement du Québec en matière de promotion et de prévention de la santé. Par nos missions ainsi que pour le bien-être de la collectivité, nous nous sentons très interpellé-es par la présente stratégie.

Le sport est un puissant vecteur de développement et de santé physique, mentale, cognitive et sociale. Il correspond à l'action de prévention par excellence et il importe que tous et toutes puissent y avoir accès. Qui plus est, une attention particulière doit être portée aux filles et aux femmes issues de tous les profils sociodémographiques afin que leur expérience du sport et de l'activité physique soit favorable et sécuritaire tout au long de leur parcours de vie.

Basées sur l'état actuel des connaissances en sport au Québec, nous proposons les recommandations suivantes :

Recommandations

1. Reconnaître et valoriser le sport et l'activité physique comme leviers majeurs de santé publique

- Positionner le sport et l'activité physique comme des outils de prévention essentiels à la santé physique, mentale et sociale.
- S'assurer que la Stratégie et ses actions reconnaissent les effets différenciés du sport chez les filles et les femmes, encore sous-représentées (35% du membership sportif [Lab PROFEMS, 2025]).
- Tenir compte des spécificités sociales et culturelles ainsi que physiologiques chez les filles et les femmes (p.ex. puberté, cycle menstruel, contraception, grossesse, accouchement, allaitement, période post-natale, ménopause, image et diversité corporelles, etc.) et leurs impacts sur une vie active.
- Aménager et promouvoir des environnements de pratique sportive sécuritaires, accessibles et inclusifs – installations, équipements et horaires adaptés et équitables.
- Encourager des programmes flexibles, non-stéréotypés, valorisant la mixité réfléchie (Lab PROFEMS, 2025) et des objectifs variés de pratique (p.ex. bien-être, compétition, maintien de l'activité, etc.).

2. Intégrer une approche inclusive

- Appliquer l'*analyse différenciée selon les sexes* (ADS+) à toutes les étapes de la Stratégie nationale.
- Prendre en compte les réalités plurielles des filles et des femmes : autochtones, issues de la diversité ethnoculturelle, âgées, en situation de handicap, LGBTQIA2+, etc.
- Corriger les inégalités structurelles d'accès (p.ex. défavorisation sociale et matérielle, coûts, répartition territoriale, culture sportive) révélées notamment par des projets de cartographie des inégalités menés par le Lab PROFEMS.

3. Soutenir la recherche, la formation et le partage des bonnes pratiques pour favoriser l'équité

- Investir dans la recherche scientifique sur les enjeux liés à la participation sportive des filles et des femmes et à leur leadership dans le milieu sportif en contexte québécois.

- Documenter les barrières et freins à leur participation : sociaux, économiques, culturels, physiques.
- Promouvoir le leadership féminin, ainsi que les modèles diversifiés et inspirants dans tous les milieux.
- Valoriser l'éducation et la transmission des savoirs : formation continue des intervenant-es en matière de sport féminin, projets intersectoriels (santé, éducation, sport), outils pédagogiques développés et offerts par Égale Action.
- Intensifier l'accompagnement des structures et des individus des milieux sportifs et associatifs, mais également communautaires, municipaux et de l'éducation, vers des changements de pratiques.
- Soutenir les initiatives concrètes: reconnaissance publique (ex. Gala Femmes d'influence), communautés de pratique et de partage, projets terrain financés.
- Sous le leadership d'Égale Action, développer une stratégie conjointe et concertée, rassemblant les organismes d'expertise, tel le Lab PROFEMS, et d'accompagnement vers une offre cohérente, structurante et adaptée pour les filles et des femmes en sport, qui s'appuie sur des données probantes et l'expérience terrain.

Conclusion

La Stratégie nationale de prévention en santé est une occasion unique d'intégrer le sport comme outil structurant de santé pour **toutes** les populations. Pour qu'elle soit réellement mobilisatrice et équitable, elle doit reconnaître la diversité des parcours des filles et des femmes, dont celles qui se retrouvent à la confluence de différents vecteurs de marginalisation, soutenir une offre adaptée et inclusive, et miser sur la recherche et l'éducation. Égale Action et le Lab PROFEMS offrent leur pleine collaboration pour faire de cette Stratégie un levier durable d'égalité, de santé et de bien-être.

Contacts

Égale Action : info@egaleaction.com | egaleaction.com

Lab PROFEMS : lab.profems@fse.ulaval.ca | lab-profems.fse.ulaval.ca