SONDAGE SUR LE MIEUX-ÊTRE ET LE MILIEU D'APPRENTISSAGE DES ÉLÈVES

# 6e-12e année : Santé physique



**Zone 2**
Région de Fundy et de Saint John



**Province**
Nouveau-Brunswick

## Santé en général

| | | |
|---|---|---|
| Santé perçue, excellente ou très bonne % \| 2025-2026 | **48,1** | **51,0** |

### Poids

L'embonpoint et l'obésité pendant l'enfance et l'adolescence ont été associés à un risque pour la santé et à une morbidité élevée, ainsi qu'à une hausse des taux de mortalité à l'âge adulte. Ce sont des facteurs de risque pour un grand nombre maladies et affections graves comme l'hypertension artérielle, les maladies du coeur, le diabète, les AVC, certains cancers, et les problèmes de santé mentale.

| | | |
|---|---|---|
| Surpoids ou obésité % \| 2025-2026 | **26,1** | **26,9** |

## Activité physique, temps d'écran récréatif, et sommeil

### Activité physique

| | | |
|---|---|---|
| Activité physique quotidenne, 1 heure ou plus % \| 2025-2026 | **24,9** | **24,3** |

### Trajet scolaire

| | | |
|---|---|---|
| Se déplace activement % \| 2025-2026 | **9,8** | **9,5** |
| Se déplace inactivement % \| 2025-2026 | **75,4** | **77,3** |
| Mixte (activement et inactivement) % \| 2025-2026 | **14,8** | **13,2** |

### Temps d'écran récréatif

| | | |
|---|---|---|
| Passe 2 heures ou moins par jour de temps de loisir devant un écran % \| 2025-2026 | **11,1** | **11,3** |
| Moyenne d'heures et de minutes par jour de temps de loisir devant un écran Nombre \| 2025-2026 | **4,8** | **4,8** |

| | Zone 2 Région de Fundy et de Saint John | Province Nouveau-Brunswick |
|---|---|---|
| Passe 3 heures ou plus par jour à jouer à des jeux vidéo sur un appareil électronique, les jours de semaine % \| 2025-2026 | 25,0 | 24,6 |

### Sommeil

| | | |
|---|---|---|
| Dort 8 heures ou plus, jours de semaine % \| 2025-2026 | 60,0 | 62,9 |
| Moyenne d'heures et de minutes de sommeil par nuit, jours de semaines Nombre \| 2025-2026 | 8,7 | 8,8 |
| Utilise un appareil électronique avant le coucher % \| 2025-2026 | 87,7 | 87,0 |
| L'utilise un à trois soirs par semaine % \| 2025-2026 | 14,5 | 14,4 |
| L'utilise chaque soir % \| 2025-2026 | 61,4 | 61,1 |
| A du mal à s'endormir % \| 2025-2026 | 54,4 | 53,7 |

## Alimentation saine

**Le Guide alimentaire canadien recommande de manger une variété d'aliments sains tous les jours, incluant des légumes et des fruits en abondance, et de limiter la consommation d'aliments hautement transformés. Il recommande aussi de manger sans aucune distraction.**

### Type d'aliments

| | | |
|---|---|---|
| Mange des légumes ou des fruits 5 fois ou plus par jour % \| 2025-2026 | 56,9 | 57,3 |

### Habitudes alimentaires

| | | |
|---|---|---|
| Soupe avec la famille/tuteur(s) ou des amis, quotidiennement % \| 2025-2026 | 45,0 | 49,3 |
| Soupe avec la famille/tuteur(s) ou des amis, la plupart du temps % \| 2025-2026 | 60,4 | 64,2 |
| Déjeune, quotidiennement % \| 2025-2026 | 33,8 | 36,6 |
| Déjeune, la plupart du temps % \| 2025-2026 | 47,3 | 50,0 |

## Violence sexuelle

| | | |
|---|---|---|
| A été agressé sexuellement % \| 2025-2026 | 12,0 | 11,6 |
| Victime de violence dans les fréquentations, 12 derniers mois (parmi ceux qui ont fréquenté) % \| 2025-2026 | 13,8 | 12,3 |

# À propos de ce tableau

**Contenu et description**
Ce tableau présente les données recueillies auprès des élèves de la 6e à la 12e année dans le cadre du Sondage sur le mieux-être et le milieu d'apprentissage des élèves du Nouveau-Brunswick (SMEAE). Il contient des informations autodéclarées concernant le développement social et affectif des élèves de la 6e à la 12e année du Nouveau-Brunswick. Les sujets abordés comprennent : la santé en général, l'activité physique, le temps d'écran récréatif, le sommeil, l'alimentation saine, la sécurité, et la violence sexuelle.
Le questionnaire comprenait précédemment des modules, ce qui signifie que certaines questions étaient posées en alternance d'un cycle à l'autre.

**Pourquoi c'est important**
Ce n'est que lorsque nous comprenons qui sont nos élèves et quels sont leurs besoins que nous pouvons planifier les services et affecter les ressources pour répondre à leurs besoins en matière de santé et d'éducation.

**Disponibilité des données**
L'information dans ce tableau de données est disponible par district scolaire, secteur scolaire, et le Nouveau-Brunswick dans son ensemble, par les sept (7) zones de santé du Nouveau-Brunswick et les 33 communautés créées par le CSNB, ainsi que par groupes démographiques. De plus amples renseignements sont disponibles sur notre page Sondage sur le mieux-être et le milieu d'apprentissage des élèves du Nouveau-Brunswick.

**Note au sujet des groupes démographiques**
En 2023, le CSNB a entrepris une révision des questions démographiques de ses sondages afin de mieux rendre compte de l'expérience des citoyens qui s'identifient à des groupes particuliers. Ainsi, à partir de 2024, tous les groupes démographiques (caractéristiques) ont été ajustés pour refléter ce changement. Les tableaux de données et les pages d'indicateurs ont été ajustés pour permettre l'établissement de tendances, le cas échéant.

**Légende**

s.o. = Sans objet / donnée non disponible

S = Donnée supprimée pour des raisons de confidentialité ou en raison de la petite taille de l'échantillon

Performance supérieure à la moyenne

Performance inférieure à la moyenne