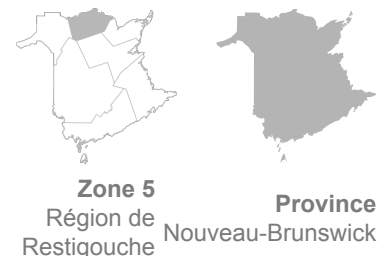


## SONDAGE SUR LE MIEUX-ÊTRE ET LE MILIEU D'APPRENTISSAGE DES ÉLÈVES

### 6<sup>e</sup>-12<sup>e</sup> année : Santé physique



#### Santé en général

Santé perçue, excellente ou très bonne %   2024-2025	46,6	46,9
--	------	------

#### 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 de maladies et affections graves comme l'hypertension artérielle, les maladies du cœur, le diabète, les AVC, certains cancers, et les problèmes de santé mentale.

Surpoids ou obésité %   2024-2025	28,4	27,0
-----------------------------------	------	------

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

##### Activité physique

Activité physique quotidienne, 1 heure ou plus %   2024-2025	21,5	23,9
--	------	------

Participe à des activités physiques organisée par l'école soit le matin avant le dîner, à l'heure du midi ou après les classes %   2024-2025	44,3	40,1
--	------	------

##### Trajet scolaire

Se déplace activement %   2024-2025	10,3	10,1
-------------------------------------	------	------

Se déplace inactivement %   2024-2025	77,8	77,0
---------------------------------------	------	------

Mixte (activement et inactivement) %   2024-2025	11,9	12,9
--	------	------

##### Temps d'écran récréatif

Passe 2 heures ou moins par jour de temps de loisir devant un écran %   2024-2025	9,8	12,3
---	-----	------

	<b>Zone 5 Région de Restigouche</b>	<b>Province Nouveau-Brunswick</b>
Moyenne d'heures et de minutes par jour de temps de loisir devant un écran Nombre   2024-2025	<b>5,0</b>	<b>4,7</b>
Passe 3 heures ou plus par jour à jouer à des jeux vidéo sur un appareil électronique, les jours de semaine %   2024-2025	<b>30,9</b>	<b>24,3</b>

## Sommeil

Dort 8 heures ou plus, jours de semaine %   2024-2025	<b>61,9</b>	<b>61,4</b>
Moyenne d'heures et de minutes de sommeil par nuit Nombre   2024-2025	<b>8,9</b>	<b>8,8</b>
Utilise un appareil électronique avant le coucher %   2023-2024	<b>92,2</b>	<b>88,9</b>
L'utilise un à trois soirs par semaine %   2023-2024	<b>13,2</b>	<b>14,7</b>
L'utilise chaque soir %   2023-2024	<b>69,0</b>	<b>62,1</b>
A du mal à s'endormir %   2023-2024	<b>62,4</b>	<b>60,9</b>

## 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 et de boissons

Mange des légumes ou des fruits 5 fois ou plus par jour %   2024-2025	<b>47,4</b>	<b>52,3</b>
Mange des aliments hautement transformés 1 fois ou aucune fois par jour %   2024-2025	<b>32,2</b>	<b>32,7</b>
Boit des boissons sucrées %   2024-2025	<b>67,1</b>	<b>68,0</b>
Boit des boissons énergisantes %   2024-2025	<b>20,4</b>	<b>19,4</b>

### Habitudes alimentaires

N'a pas mangé un repas d'un restaurant-minute, 7 derniers jours %   2023-2024	<b>29,9</b>	<b>32,2</b>
A mangé 3 fois ou plus un repas d'un restaurant-minute, 7 derniers jours %   2023-2024	<b>14,5</b>	<b>12,6</b>
N'a pas mangé en utilisant un appareil électronique, 7 derniers jours %   2023-2024	<b>24,8</b>	<b>24,5</b>

	Zone 5 Région de Restigouche	Province Nouveau-Brunswick
A mangé 7 fois ou plus en utilisant un appareil électronique, 7 derniers jours %   2023-2024	21,1	20,3
Soupe avec la famille/tuteur(s) ou des amis, quotidiennement %   2023-2024	46,1	44,1
Soupe avec la famille/tuteur(s) ou des amis, la plupart du temps %   2023-2024	60,4	59,4
Déjeune, quotidiennement %   2023-2024	30,0	35,6
Déjeune, la plupart du temps %   2023-2024	41,4	47,5

### Obstacles au déjeuner quotidien

N'a pas le temps %   2023-2024	22,5	26,6
N'a pas faim %   2023-2024	41,8	36,0
Se sent malade après le déjeuner %   2023-2024	16,0	16,3
Essaye de perdre du poids %   2023-2024	10,5	10,6
N'a rien à manger à la maison %   2023-2024	3,7	3,6

### Sécurité

Conducteur d'un véhicule tout-terrain - sous l'influence de l'alcool ou de drogues, 12 derniers mois %   2024-2025	14,1	10,3
Passager dans un véhicule routier - conduit par quelqu'un sous l'influence de l'alcool ou de drogues, 12 derniers mois %   2024-2025	17,5	14,8

### Violence sexuelle

A été agressé sexuellement %   2024-2025	13,8	12,5
Victime de violence dans les fréquentations, 12 derniers mois (parmi ceux qui ont fréquenté) %   2024-2025	13,8	13,4
Sait quand on peut légalement consentir à l'activité sexuelle %   2024-2025	67,8	70,3

## À propos de ce tableau

### Contenu et description

Ce tableau présente les données recueillies auprès des élèves de la 6<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> 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 6<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> 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 comprend des modules, ce qui signifie que certaines questions sont 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